

الكلية	جامعة الأنبار – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
القسم	-
المادة باللغة الانجليزية	Football
المادة باللغة العربية	كرة القدم
المرحلة الدراسية	الدراسات الأولية – المرحلة الرابعة
اسم التدريسي	إعداد: المدرس الدكتور سلمان احمد ناصر
عنوان المحاضرة باللغة الانجليزية	Football Lectures
عنوان المحاضرة باللغة العربية	محاضرات مادة كرة القدم
رقم المحاضرة	1
المصادر والمراجع	

محتوى المحاضرة

المحاضرة الاولى :

المبادئ العامة في التعليم التدريبي :

جميع نظريات التعلم تناقش كيفية او طريقة توصيل المعلومات الى المتعلم ، ولم كانت الرياضة البدنية هي حركات يتعلمها المتعلم تدريجيا لهذا فان المعلومات الواصلة الى المتعلم هي جزء من عملية التعلم مضافة الى معرفة مراحل التعلم الحركي التي يمر بها المتعلم . ان معرفة هذه الامور من قبل المدرب تساعد على بناء قاعدة جيدة للتعلم يتمكن من الاستمرار مستقبلا نحو مستوى عال وعلى هذا الاساس قسمت مراحل التعليم الى اربع مراحل وهي :

اولا / تعلم المهارات الاساسية الفنية : اذ ان كل مهارة حركية تحتاج الى صفات بدنية وعقلية خاصة ومثال على ذلك الضربة القوسية بكرة القدم ، فهذه المهارة تحتاج الى ركلة خاصة وهذه الخاصية تأتي عن طريق الشكل البدني الخاص لتلك الركلة وكذلك الشعور العضلي العصبي بها ، ولهذا فان الاطفال عند تعليمهم لتلك المهارة يحاولون ان يستعملوا عضلات وقوة وزوايا مختلفة لادائها ولهذا في اول مراحل التعليم تكون الحركة غير صحيحة وباشكال جسمية غير مرتبة ولذلك يحاول المدرب دائما تصحيح الاخطاء من خلال الكلام والتطبيق العملي الصحيح لذا يجب عدم ترك الطفل

يؤدي الحركات الخاطئة لانه بتكرار الخطا تبني عند الطفل حركات ومهارات اساسية خاطئة لهذا فان عمل مدرب الفئات العمرية الثغير متعب لان بناء المهارات الفنية الاساسية هي من المهمات الاساسية للبناء الخططي مستقبلا .لذا ينبغي تاكيد الحركات الصحيحة وكذلك استعمال العضلات الخاصة لتلك المهارة .

ثانيا / التطور الاساسي للمهارة الفنية يتم عن طريق :

1 – التعريف بالمهارة : يمكن التعريف بالمهارة عن طريق الشرح والوصف ، والوصف نعني به اداء المهارة من قبل المدرب او من قبل بعض اللاعبين ذوي

المستوى المهاري ولكن في بادىء الامر يجب ان يؤدي المدرب بنفسه المهارة لان جميع اعضاء الفريق هم من المبتدئين .

2 – محاولة اللاعب اداء المهارة : يحاول اللاعب اداء المهارة والشعور بالحركة العامة لتلك المهارة ويحاول التدرب عليها مرارا بتشجيع من قبل المدرب لان اهم عنصر من عناصر التعليم التشجيع وهو الحافز القوي والمؤثر في تكرار الحركات ومحاولة التعلم من قبل اللاعب . فعند تعلم اي مهارة يجب التركيز على واحدة فقط مع عدم التركيز على التفاصيل الدقيقة في اول مراحل التعلم لان استيعاب الاطفال للتفاصيل يكون بسيط وقليل .

3 – تصحيح الاءطاء : لما كان استيعاب الاطفال قليل مقارنة بالكبار هنا يكون دور المدرب تصحيح الاءطاء الرئيسة وليس التفاصيل الدقيقة في اولى مراحل التعليم ويكون تصحيح الاءطاء مثلا للساقين او الجذع او الراس ومع الايام وبعد اجراء عدة وحدات تدريبية يمكن تصحيح الاءطاء الدقيقة مثل سرعة الحركة زوايا الجسم قوة الضربة و غير ها اى يكون التصحيح بالتدريج من السهل الى الصعب .

الحركة تلقائية ولكن بصورة خاطئة لانها دخلت مخزن الذاكرة طويلة الامد لهذا من الصعب جدا تصحيحها لهذا يجب التاكيد على المهارات الاساسية الصحيحة منذ الصغر ليكون أداؤها تلقائيا بصورة صحيحة مستقبلا .

رابعاً / تكيف المهارة لحالة اللعب : اثناء اللعب يمكن تطبيق المهارات التي تعلمها اللاعب ولكن المهارة لا تطبق بصورة صحيحة حتى لو كانت تلقائية عند اللاعب لان الكرة التي تأتيه تكون مختلفة القوة والسرعة او الاتجاه وكذلك حركة اللاعب نفسه والاهم من ذلك وجود منافس يزاحمه على تسلم الكرة ، كل هذه الحقائق يجب التدريب عليها أي تطبيقها اثناء اللعب وبوجود منافس يفتقد اللاعب خاصيته الاوتوماتيكية عند اللعب ضد منافس او في المباراة ولهذا يجب تطبيق المهارات من حالة التدريب على المهارة والتدرج بها الى الصعوبة وباتجاهات مختلفة وبشدة مختلفة والوصول بها الى حالة اللعب ضد المنافس أي يبدأ بتدريب المهارة من السهل الى الصعب بدون منافس بعدها تدريجيا يدخل المنافس .

