التعلم والمهارات الأساسية

في كرة القدم



الأستاذ الدكتور موفق أسعد محمود

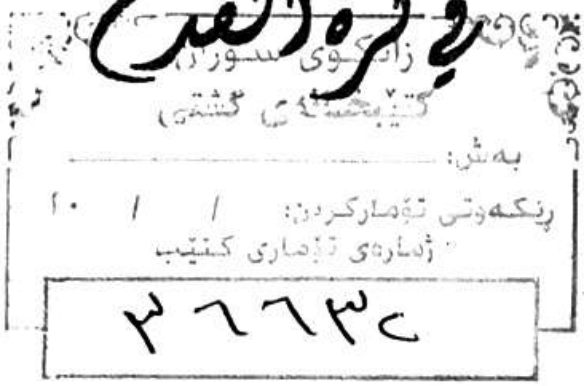
دار الرضوان للنشر والتوزيع

جامعة الأنبار
UNIVERSITY OF ANBAR

Preview sample - page 1 of 8 - Soran University Academic Digital Library

التعلم والمهارات الأساسية

في كرة القدم



زانكۆی سۆران
کتێبخانەی گشتی
بەش:
رێکەوتی تۆمارکردن: / / ٢٠
ژمارەی تۆماری کتێب
٢٦٦٣٧

٧٩٦
٤٣٤

تأليف

الأستاذ الدكتور: موفق أسعد محمود

الطبعة الثانية

2009 م – 1430 هـ

Preview sample - page 2 of 8 - Soran University Academic Digital Library

المحتويات

الموضوع	الصفحة
المقدمة	
الفصل الأول: التعلم والتعلم الحركي	
المبحث الأول: مفهوما التعلم والتعلم الحركي	
المبحث الثاني: المهارة	
المبحث الثالث: أنواع المهارات الحركية	
المبحث الرابع: أقسام المهارات الحركية	
المبحث الخامس: تعلم المهارة	
المبحث السادس: شروط التعلم	
المبحث السابع: أهمية التعلم	
المبحث الثامن: خطوات التعلم	
المبحث التاسع: دور المعلم (المدرب) في عملية التعلم	
المبحث العاشر: هدف تعلم المهارة	
المبحث الحادي عشر: انتقال أثر التعلم	
المبحث الثاني عشر: مراحل تعلم المهارات	
المبحث الثالث عشر: مبادئ تعلم وتحسين المهارة بكرة القدم	
المبحث الرابع عشر: التدريب من أجل التعلم	
المبحث الخامس عشر: التعلم الخططي	
المبحث السادس عشر:مراحل التعلم الخططي	
الفصل الثاني: الإعداد المهاري	
المبحث الأول: مفهوم إعداد المهاري بكرة القدم	
المبحث الثاني: التكنيك بكرة القدم	

Preview sample - page 3 of 8 - Soran University Academic Digital Library

المبحث الثالث: أهمية التكنيك بكرة القدم	66
المبحث الرابع: التكنيك والمهارة	67
الفصل الثالث: المهارات الأساسية بكرة القدم	69
المبحث الأول: مفهوم وأهمية المهارات الأساسية بكرة القدم	71
المبحث الثاني: أقسام المهارات الأساسية بكرة القدم	74
1. ضرب الكرة القدم	76
– المناولة	92
– التهديف	104
2. الدحرجة بالكرة	112
3. السيطرة بالكرة	127
4. الإخماد	128
5. ضرب الكرة بالرأس	150
6. المراوغة والخداع	167
7. المهاجمة وقطع الكرة	175
8. الرمية الجانبية	190
9. مهارات حارس المرمى	194
الفصل الرابع: علم النفس الرياضي	223
المبحث الأول: مفهوم وأهمية علم النفس الرياضي	225
المبحث الثاني: مفهوم الأعداد النفسي	227
المبحث الثالث: الأعداد النفسي بكرة القدم	229
الفصل الخامس: قانون كرة القدم	241
التعديلات	243
المادة (1) ميدان اللعب	244
المادة (2) الكرة	253

Preview sample - page 4 of 8 - Soran University Academic Digital Library

المحتويات

الموضوع	الصفحة
المقدمة	
الفصل الأول: التعلم والتعلم الحركي	
المبحث الأول: مفهوما التعلم والتعلم الحركي	
المبحث الثاني: المهارة	
المبحث الثالث: أنواع المهارات الحركية	
المبحث الرابع: أقسام المهارات الحركية	
المبحث الخامس: تعلم المهارة	
المبحث السادس: شروط التعلم	
المبحث السابع: أهمية التعلم	
المبحث الثامن: خطوات التعلم	
المبحث التاسع: دور المعلم (المدرب) في عملية التعلم	
المبحث العاشر: هدف تعلم المهارة	
المبحث الحادي عشر: انتقال أثر التعلم	
المبحث الثاني عشر: مراحل تعلم المهارات	
المبحث الثالث عشر: مبادئ تعلم وتحسين المهارة بكرة القدم	
المبحث الرابع عشر: التدريب من أجل التعلم	
المبحث الخامس عشر: التعلم الخططي	
المبحث السادس عشر:مراحل التعلم الخططي	
الفصل الثاني: الإعداد المهاري	
المبحث الأول: مفهوم إعداد المهاري بكرة القدم	
المبحث الثاني: التكنيك بكرة القدم	

Preview sample - page 5 of 8 - Soran University Academic Digital Library

المبحث الثالث: أهمية التكنيك بكرة القدم	66
المبحث الرابع: التكنيك والمهارة	67
الفصل الثالث: المهارات الأساسية بكرة القدم	69
المبحث الأول: مفهوم وأهمية المهارات الأساسية بكرة القدم	71
المبحث الثاني: أقسام المهارات الأساسية بكرة القدم	74
1. ضرب الكرة القدم	76
- المناولة	92
- التهديف	104
2. الدحرجة بالكرة	112
3. السيطرة بالكرة	127
4. الإخاد	128
5. ضرب الكرة بالرأس	150
6. المراوغة والخداع	167
7. المهاجمة وقطع الكرة	175
8. الرمية الجانبية	190
9. مهارات حارس المرمى	194
الفصل الرابع: علم النفس الرياضي	223
المبحث الأول: مفهوم وأهمية علم النفس الرياضي	225
المبحث الثاني: مفهوم الأعداد النفسي	227
المبحث الثالث: الأعداد النفسي بكرة القدم	229
الفصل الخامس: قانون كرة القدم	241
التعديلات	243
المادة (1) ميدان اللعب	244
المادة (2) الكرة	253

Preview sample - page 6 of 8 - Soran University Academic Digital Library

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة

انتهى القرن العشرون ولعبة كرة القدم قد أخذت حيزاً شعبياً ودوليا كبيراً، وجاء القرن الواحد والعشرون لتبادر الكثير من الفضائيات بالتخصص في مجال الرياضة، واللعبة المفضلة دوليا وجماهيريا وبالذات تأخذ المجال الأوسع من التغطيات والنقل المباشر والتسجيل على السواء.

كل ذلك حدا بالمربين عموما واللاعبين خصوصا إلى إظهار مهاراتهم وقدراتهم وخبراتهم بشكل أكبر وأفضل، وصار المدربون يبحثون عن عصارات الأفكار من أجل تنفيذها على الملعب الأخضر، وبات هم الإتحاد الدولي لكرة القدم (الفيفا) والاتحادات القارية والوطنية ينصبّ في إصدار التعديلات والقوانين من أجل نظافة اللعب وجماليته، إمتاعاً للمشاهد وإبراز للقدرات والخبرات، مما ركز النظر على كون الفريق أو المنتخب الفلاني أفضل تنظيماً، ولاعبوه أكثر لياقة وأجمل لعبا وتناغما وتماسكا من الفريق أو المنتخب الآخر.

ويأتي هذا الكتاب إضافة أخرى على هذا الطريق، مبينا، ومن أول كلمات عنوانه، أهمية التعلم وضرورة الإتقان للمهارات الأساسية لهذه اللعبة، مبتدأ هذه الرحلة بالتعلم والتعلم الحركي، مرورا بالمهارات الأساسية لهذه اللعبة، ومضيفاً لفقرات جديدة في توضيح تمارين مشابهة لما يحدث في المباريات، ومؤكدا على إتقان تكنيك الأداء بعرض وشكل جديدين، كما مر قطار الرحلة في هذا الكتاب بمحطة علم النفس الرياضي لينهل من بعض معارفه وعلومه وتوجيهاته، ثم يصل قطارنا إلى قانون اللعبة وأهم التعديلات التي جرت عليه، وبذلك يختتم رحلة تجمع بين المهارة والتعلم والتعديل القانوني.

ومن نافلة القول أن نعرج على المكتبة الرياضية في عراقنا العزيز، راجين أن يكون هذا الإسهام الجديد في عرضه المتواضع في بزته وشكله، قد أضاف إلى الكرة العراقية دافعاً جديدا، ولمدربينا فكرة متجددة، وللناشئة أرضاً وأساس وقوة دافعة نحو رياضة متكاملة رصينة متقنة.

Preview sample - page 7 of 8 - Soran University Academic Digital Library

إلى هذا المكان وصل بنا المطاف، وجف حبر القلم على ورق الملاعب والساحات، ليعد العدة لرحلة أخرى، لن تكون قديمة في واقع الملاعب، وإنما إبراز لنقطة أخرى قد يسقط عليها ضوء إنارة الملاعب لتنقل فكرة أخرى في طريق الوصول إلى هدف جديد.

المؤلف

أ.د. موفق الهيتي

Preview sample - page 8 of 8 - Soran University Academic Digital Library