

# الدورة رقم 2: العناصر المهمة

اللاعب ضمن الفريق

"عندما تصل إلى نادي برشلونة فإنهم أولاً يعلمونك أنّ التفكير هو . فكّر ثم فكّر ثم فكّر"  
(تشافى هيرنانديز في باربيرو، 2011،

<http://www.rtve.es/deportes/20110211/xavi-hernandez/404399.shtml>)

انطلاقاً من المساهمة التي قدمتها علوم التعقيد ومن منظور نادي برشلونة Futbol Club Barcelona يتم التفكير في اللاعب من وجهة نظر متعددة الأبعاد (سيرول لو، 2016)؛ إذ يتم تقييم الاحتياجات العاطفية للرياضيين تتركز على اتصال دائم مع نموذج اللعب والتفكير والشعور والاستمتاع فهو ما تسميه هذه المؤسسة "هويتنا" أو بالأحرى "حمضنا النووي".

لذلك، يتمكن اللاعب من خلال عملية التدريب التي يمر بها خلال التجربة في الرياضات الحركية من وذلك من خلال التغيرات التطبيقية. أما إذا كان الاتجاه غير خطي فإننا نستخدم طريقة احتياجات السيناريوهات المختلفة وغير المؤكدة التي تقترح وتكشفها اللعبة.

"عندما تركز الأفكار على لعبة مثل كرة القدم لا يظهر العلم بل تظهر بدائل اللعبة، وبدائل المعرفة، وعناصر يمكن تفسيرها بطرق مختلفة (سيرول لو، 2016).

من الضروري مساعدة اللاعب لأجل مهارته والمطالب التي تفرضها اللعبة. إذا تم فهم مهارة اللاعب من منظور نظامي فإننا نشير إلى ما يسميه (سيرول لو، 2005) الظهور الفوري لـ"بصمة الدخول" التي ميزتها التبادلات في هياكلها. بهذه الطريقة يجب تقديم التدريب المناسب للمراحل المختلفة لعملية التدريب الرياضي عبر المراقبة الدائمة التي تستنتج الحصول على مزيد من المعلومات حول تطورهم في جوانب اللعبة المختلفة، والتي تم التأكيد عليها في فكرة "لعبتنا".

في التفاعل بين اللاعب والفريق، نجد أن النية هي دمج اللاعب في الفريق دون التخلي عن موهبته؛ لهذا السبب، من الضروري مراقبة نموذجنا ولاعب كرة القدم لدينا والتحكم فيهما لتطبيقها في مراحل التدريب.

لفهم هذا الموضوع يجب ألا يتخصص اللاعب في موقع معين بهذه الطريقة وفهم اللعبة يجب أن ويستكشف كل المواقع كطريقة لتحسين الذكاء العاطفي.

الأهداف الرئيسية عند التعاون مع اللاعب والهيكل المختلفة التي يتكون منها هي أن جميع الفرق التي تشكل جزءاً من المؤسسة لديها نفس الفكرة والفلسفة في اللعب.

لذلك فإن الأحداث المختلفة التي يمر بها اللاعب خلال التمرين ستكون تجارب حاسمة وفريدة من نوعها لتشكيل كل واحد منهم، وإمكانيات الترابط الخاصة بهم في البيئات المعقدة للرياضات التفاعلية في الفضاء المشترك (DIEC) كما هو الحال في كرة القدم (سيرول لو، 2017).

الاعتبار الرياضي البشري كهيكلي معقد تم تكوينه من خلال التفاعلات وردود الفعل، التي تتجلى من خلال عمليات الأنظمة والأنظمة الفرعية المختلفة التي تشكلها.

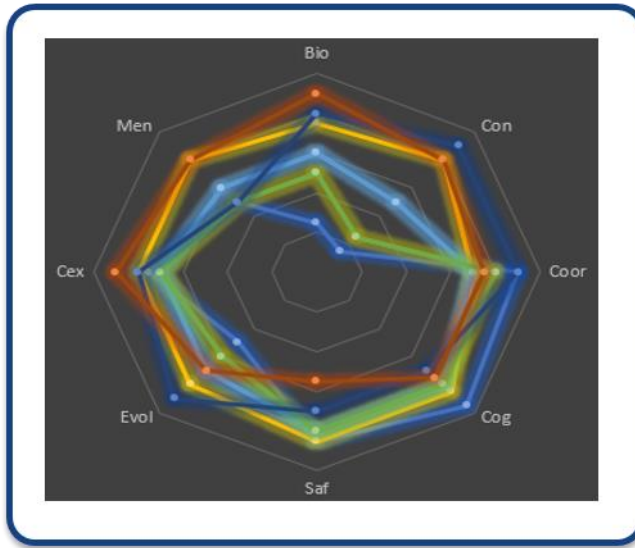
يتم إنشاء العمليات المشتركة التي يمر بها الرياضي من خلال تفاعلات وردود فعل دائمة لا تنضب من خلال التقاطعات المختلفة التي تنشأ من الممارسة، ومن ثم تسمح بتشكيل اللاعب (سيرول لو، 2005).

تحويل الطاقة الميكانيكية إلى حرارة تبديد الطاقة من خلال العمليات الأساسية التي تتجلى من خلال هذه الهياكل المختلفة:

- هيكل الطاقة الحيوية.
- الهيكل الشرطي.
- الهيكل التنسيقي.
- البنية المعرفية.
- الهيكل الاجتماعي العاطفي.
- الهيكل العاطفي الإرادي.
- الهيكل التعبيري الإبداعي.
- التركيب العقلي.

الشكل رقم 1: تدفق الهياكل

## Interacción de estructuras humano deportivas



المصدر: المؤلفون.

Interacción de estructuras humano deportivas

تفاعل الهياكل الرياضية - البشرية

يمثل الشكل رقم 1 الهياكل المختلفة التي تشكل جزءًا من اللاعب، ولا يتم التعبير عنها من حيث البيانات الإحصائية، ومن ثم يجب وضعها في الاعتبار عند نظر الأنظمة الديناميكية القائمة على تدفق التفاعلات (وردود الفعل) التي يمر بها الرياضي في سياق معين، سواء كانت مهمة (حصّة) تدريبية أو مسابقة.

في هذا المعنى، تسمح العلاقة غير القابلة للتجزئة بين اللاعب والفريق واللعبة بإعداد مواقف تدريب للرياضات الجماعية، تتناسب مع الواقع الوظيفي للرياضي البشري؛ مما يسمح بالتوفيق بين نظرية الأنظمة، وممارسة التدريب في الرياضات التفاعلية في الفضاء المشترك (سيرول لو، 2017).

لهذا السبب، من المهم إجراء تقييم دائم وتفسير كل من الهياكل المذكورة أعلاه؛ لأنها جزء من اللاعب طوال حياته الرياضية.

يتم تمييز النقاط البارزة لكل هيكل أدناه، ويتم النظر في البيئة، والتفاعلات، وتسلسل التشكيل، والثقافة الجماعية للعبة.

يجب أن نبدأ بالإشارة إلى أن الرياضة بشكل عام وكرة القدم بشكل خاص تعتبر أداة تعليمية؛ لأنها السيناريو الذي يُظهر فيه الرياضيون معارفهم، واحتياجاتهم، ومسؤولياتهم؛ أي مجال التعبير الذي تتفاعل فيه هياكله بشكل دائم.

كرة القدم هي أفضل لعبة (رياضة الرياضات) بسبب هيكلها الداخلي نتيجة العلاقة التي تسمح بها بين اللاعبين (زملاء الفريق والمنافسين)، ولأنها تجري في ملعب كبير، ولأن المساحة مشتركة، ولأنها تُلعب بالأقدام، ولأنها تحتوي على قواعد بسيطة جدًا، إضافة إلى ذلك، تشكل بديلاً للعلاقات بين الأشخاص التي تشبه إلى حد كبير الحياة الحقيقية واليومية للإنسان (سيرول لو، 2016)

#### هيكل الطاقة الحيوية

ترتبط إحدى الخصائص التي تحيط بهذا الهيكل بمساهمة الطاقة بناءً على الجهد الذي يتعرض له الرياضي في موقف معين؛ أي أن اللاعب يحتاج إلى الطاقة لاتخاذ القرارات وتنفيذها، وهذا سيسمح له بالحفاظ على التركيز والاستخدام الأمثل لأجهزة الاستشعار المختلفة لديه. بدورها، تفترض العمليات المعرفية فيما يتعلق بالأنظمة التنسيقية (الإجراءات الحركية المختلفة في السياقات المتغيرة والتنظيم الذاتي الدائم) إنفاقًا للطاقة. وفقًا للممارسة المحددة سيسمح كل من الراحة والتغذية بتحسين أداء اللاعب.

#### الهيكل الشرطي

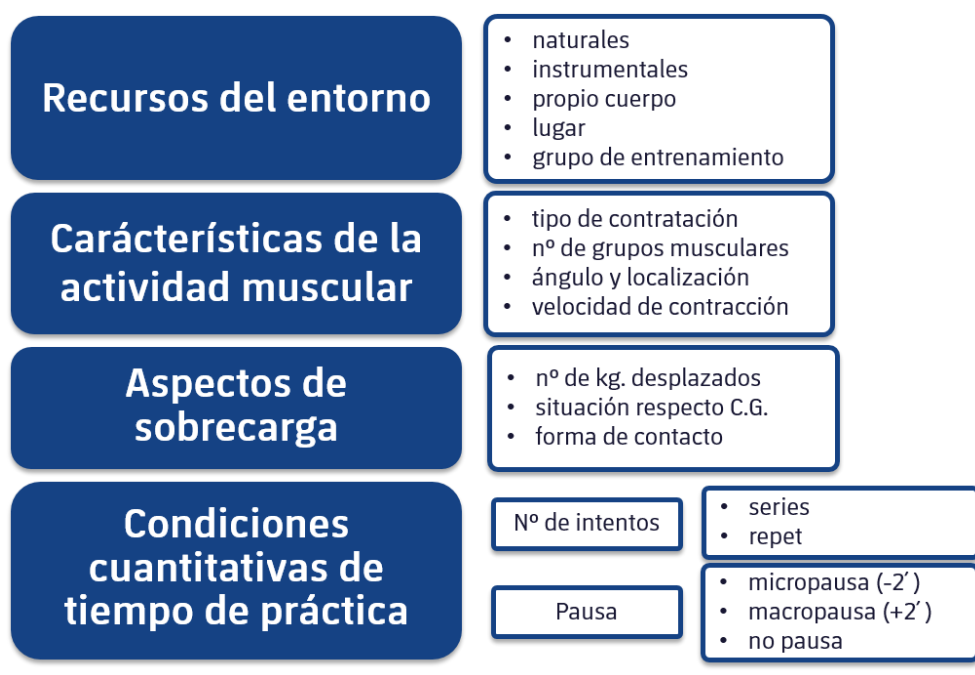
من بين الهياكل الأخرى التي يتكون منها اللاعب وموهبته ما يسمى بالشروط، وهو معروف بجهود القدرات البدنية؛ لأنه يعالج التفاعلات بين الأنظمة التي تشكل القدرات البدنية، مثل: القوة، والسرعة، والتحمل (أساسية)، فضلًا عن المرونة (عوامل ميسرة).

وفقًا للنهج المنهجي التقليدي كان للهيكل الشرطي (القدرات الجسدية) أهمية كبيرة في عمليات التحليل والتقييم (الكمية) للاعب، وربط نتائج الاختبارات والتجارب المختلفة بإمكانية أن تصبح جزءًا من فريق أو لا، على سبيل المثال. هذا الاتجاه التحليلي الاختزالي التبسيطي يحلل أداء الرياضي البشري في ظل ظروف مجزأة في المواقف المعزولة عن البيئة حيث يبني اللاعب نفسه ويزيل أي إمكانية للتنظيم الذاتي بناءً على تجاربه التي عاشها في حالات متنوعة تحت قيود المهام المحددة التي تمثله.

ضمن هذا الهيكل، يتم تسليط الضوء على أهمية التعاون في التوازن الجسدي للرياضي من خلال رياضة خاصة بكل حالة، وتطوير برنامج متعدد التخصصات يتوافق مع الخدمة الطبية للنادي.

باختصار، من الرؤية العامة التي يتم التعبير عنها في العلاقات غير الخطية (غير المباشرة) في السياقات المفتوحة والديناميكية التي تنشأ عن الإجراءات الناشئة يُقترح وضع الجوانب العامة في الاعتبار من أجل تحسين الهيكل المذكور دون إهمال التركيز النوعي.

الجدول رقم 1: العناصر التي يجب مراعاتها للتعاون في البنية الشريطية



المصدر: سيرول لو، 2001، ص. 10.

Recursos del entorno .naturales .instrumentales .propio cuerpo .lugar .grupo de entrenamiento	موارد البيئة طبيعية مفيدة جسده الخاص المكان مجموعة (فئة) التدريب
Características de la actividad muscular .tipo de contratación .número de grupos musculares .ángulo y localización .velocidad de concentración	خصائص نشاط العضلات . نوع التوظيف عدد مجموعات العضلات الزاوية والموقع سرعة التركيز
Aspectos de sobrecarga .número de kg. desplazados .situación respecto C.G. .forma de contacto	جوانب زيادة الحمولة عدد الكيلوغرامات المزاحة (المنقولة) . حالة خاصة بـ C.G. نموذج الاتصال
Condiciones cuantitativas de tiempo de practica  Numero de intentos: .series .repeticiones  Pausa:	الشروط الكمية لوقت الممارسة  عدد المحاولات: سلسلة التكرار  وقت مستقطع (استراحة): . استراحة مصغرة (-2)

.micropausa (-2')	.استراحة مصغرة (2+)
.macropausa (+2')	. بدون استراحة
.no pausa	

في هذا النهج الجديد يشكل التدريب والتفاعل بين الهياكل عملية فريدة لتحسين أداء الرياضي (سيرول لو، 2002)

### الهيكل التنسيقي

البحث عن تحسين أداء الرياضيين يعتمد الهيكل التنسيقي على الرياضات الجماعية لبناء مهام بيئية ومرنة يتغير فيها تقدم اللاعبين بمعدلات ومتطلبات مختلفة تنشأ من اللعبة نفسها. من المفترض أن لكل لاعب خصائص مختلفة (مسافرت ماريمون، م. 2017). بمعنى؛ يتأمل الهيكل التنسيقي العلاقة (المباشرة أو غير المباشرة) بين اللاعب والكرة، واللعبة، والعوامل المساندة، والحركات، وتغييرات الاتجاه، والانعطافات، وغيرها.

تطابق القيمة الحقيقية والاسمية للحركة الحركية قدر الإمكان، وتعزز دقة واستقرار حركة النموذج الحركي (مسافرت وسيريس، 2005).

اشترك كلٌّ من (سيرول لو ومسافرت 2001) في تطوير مقترح القدرات التنسيقية في إطار ثلاثة مجالات تمثيلية كبيرة للتعبير عن الحركة:

### الجدول رقم 2: مكونات القدرات التنسيقية

Área de ejecución motriz	Área de representación espacial	Área de percepción temporal
Capacidad de control del movimiento	Capacidad de implantación en el espacio	Capacidad de adecuación temporal
<ul style="list-style-type: none"> <li>• discriminación kinestética</li> <li>• discriminación segmentaria</li> <li>• variabilidad del movimiento</li> <li>• combinación de movimientos</li> <li>• control guiado del movimiento</li> <li>• fluidez y relajación</li> <li>• amplitud del movimiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientación del movimiento</li> <li>• Direccionalidad del movimiento</li> <li>• Localización topográfica del movimiento</li> <li>• Ubicación del movimiento en el espacio</li> <li>• Equilibrio estático dinámico</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• anticipación – reacción motriz</li> <li>• diferenciación rítmica</li> <li>• variabilidad rítmica</li> <li>• adaptación temporal</li> <li>• sentido rítmico</li> </ul>

المصدر: سيرول لو ومسافرت، 2001، ص. 62.

Área de ejecución motriz	Área de representación espacial	Área de percepción temporal
Capacidad del movimiento	Capacidad de implantación en el espacio	Capacidad de adecuación temporal
.discriminación kinésica .discriminación segmentaria		.anticipación-reacción motriz

.variabilidad del movimiento .control guiado del movimiento .fluidez y relajación .amplitud del movimiento	.Orientación del movimiento .Direccionalidad del movimiento .Localización topográfica del movimiento .Ubicación del movimiento en el espacio .Equilibrio estático dinámico	.diferenciación rítmica .variabilidad rítmica .adaptación temporal .sentido rítmico
منطقة تنفيذ الحركة القدرة على الحركة التمييز الحركي التمييز القطاعي تقلب الحركة التحكم في الحركة الموجهة . السيوولة والاسترخاء نطاق الحركة	منطقة تمثيل خاصة قدرة الانتشار في الفضاء اتجاه الحركة اتجاهية الحركة الموقع الطبوغرافي للحركة موقع الحركة في الفضاء التوازن الديناميكي الساكن	منطقة الإدراك الزمني القدرة المؤقتة على التكيف تفاعل الترقب الحركي التمايز الإيقاعي تأقلم إيقاعي التكيف المؤقت إحساس إيقاعي

ضمن هذا الهيكل على أن القدرات التنسيقية (من منظور منهجي مرتبط باحتياجات اللاعب واللعبة) لا تتطور بمعزل عن بعضها، ومع ذلك فإن المكونات التي تظهر كوظيفة الإيماءة التقنية المحددة سيسيئر بعضها على بعض.

إن وجود منظمة منهجية ترافق عملية التدريب سيجعل من الممكن تسليط الضوء على دور الهيكل التنسيقي معتبراً إياه أحد عناصر التكوين التي يجب دعم ممارسة الرياضات الجماعية فيها، والسماح وانعكاسها من منظور الرياضة في التقنية الفردية، ومن الرياضي في حركة معينة (مسافرت وماريمون، 2017).

في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم تحدث اضطرابات دائمة يتم التعبير عنها في سيناريوهات شاملة، وفي ظروف الشك واستحالة اليقين. ستكون هذه هي الوسيلة للتعاون وتحسين القدرة الحركية للاعب في تشكيله المتكامل.

الجدول رقم 3: العناصر الواجب مراعاتها للتعاون في هيكل التنسيق:

### Variaciones en la ejecución del movimiento

- matices (más fuerte, más débil, más rápido, más despacio)
- amplitud (encadenados, no encadenados)
- simetrización (localización en cuanto al eje corporal)

### Combinación de movimientos

- sucesivos
- alternativos
- simétricos

### Variaciones espaciales en la ejecución

- orientación
- direccionalidad
- móviles

### Variaciones temporales en la ejecución

- anticipación
- adaptación
- variaciones de ritmo

### Tareas en estado de fatiga

- por exceso de información
- cansancio fisiológico
- acúmulo de tareas

المصدر: سيروول لو، 2001، ص. 11.

Variaciones en la ejecución del movimiento : .matrices (más fuerte, más débil, más rápido, más despacio) .amplitud (encadenados, no encadenados) .simetrización (localización en cuanto al eje corporal))	تباينات في تنفيذ الحركة: . الصفوف (أقوى، أضعف، أسرع، أبطأ) السعة (مقيّد، غير مقيّد) تناظر (الموقع بالنسبة لمحور الجسم)
Combinación de movimientos : .sucesivos .alternativos .simétricos	مزيج من الحركات: متتالية بديلة متماثلة
variaciones especiales en la ejecución: .orientación .direccionalidad .móviles	اختلافات خاصة في التنفيذ: اتجاه الاتجاهية متحركة (متنقلة)
Variaciones temporales en la ejecución: .anticipación .adaptación .variaciones de ritmo	الاختلافات الزمنية في التنفيذ: توقع التكيف اختلافات الإيقاع
Tareas en estado de fatiga: .por exceso de información .cansancio fisiológico	المهام في حالة التعب: للحصول على معلومات زائدة التعب الفسيولوجي

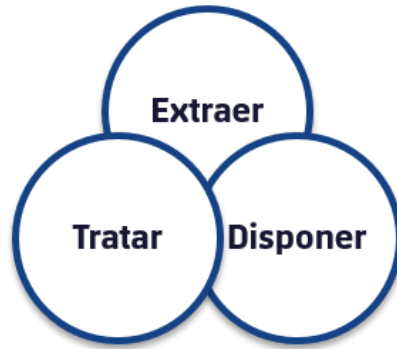
## الهيكل المعرفي

يشير إلى تفسير وفهم اللعبة بشكل عام و"لعبتنا" بشكل خاص.

يُفهم التدريب على الرياضات الجماعية على أنه هيكل يتكون من جميع العمليات فيما بينها وداخل النظام، التي تحدث للاعب وتسمح له بتحسين وظائفه من أجل:

- استخراج.
- محاولة.
- تزويد.

الشكل رقم 2: العمليات داخل النظام وفيما بينه



المصدر: التفصيل الخاص بناءً على سيرول لو، 2013، ص. 1.

Extraer	استخراج
Tratar	محاولة
Disponer	قدر

يحتوي هذا الهيكل على جميع المعلومات المستمدة من العمليات، مضافة إلى المكونات المختلفة التي تحدث في البيئات المختلفة والمتعددة وفقاً للمواقف التي يتعرض لها اللاعب خلال تفاعله سواء في المنافسة أو في التدريبات (سيرول لو، 2013).

يعبر زيسكو إسبار (2017) توفر القدرات المعرفية إمكانية معرفة العناصر المعلوماتية التي تسهل الإجراءات التي يقوم بها اللاعبون في الميدان، والتعرف عليها، وتدّجّرها. يتم تنفيذ هذه الإجراءات في الوقت والمكان المثاليين، بما يتوافق مع النيات والرغبات التي تنبثق من اللاعب.

إذا تم تناول فكرة الوظيفة المعرفية مرة أخرى فإنها تقدم مساهمات للاعب فيما يتعلق بتعقيد البيئة بهدف إعادة تفسير الحساسية التي تمر من خلالها. من هنا يتم تمييز 3 مكونات تدعم هذا الهيكل:

(1) استخراج (الوظيفة المعرفية 1):

يتم التعبير عن الهدف الرئيسي بالتناغم مع مظهر اللاعب خلال اللعبة، وتم تحسين هذه الوظيفة خلال التدريب طوال اللعبة.

يجب على اللاعب أن يستنتج من نفسه كل المعلومات التي أخذها من التدريب الخاص باللعبة من خلال "الأنظمة" المختلفة التي تسمح له بتسجيل الحالات والتغيرات بجميع أنواعها والتي تكون موجودة في جميع الأوقات من تدخله النشط أو السلبي في الأحداث.

الشكل رقم 3: الأنظمة المشاركة في الوظيفة المعرفية (2)



المصدر: التفصيل الخاص بناءً على سيرول لو (2013)

Sistemas de intervención	Sensación	Representación	Atención	Percepción	Memorización
أنظمة التدخل	إحساس	التمثيل	انتباه	الإدراك	الحفظ

(2) علاج (الوظيفة المعرفية 2)

ستتعامل الأنظمة والأنظمة الفرعية للبنية المعرفية مع جميع المعلومات المدمجة التي تأتي من:

- المشاركة.
- التنشئة الاجتماعية.
- اللفظ (الكلام الملفوظ)
- التصور.

الشكل رقم 4: الأنظمة الفرعية للوظائف المعرفية 3

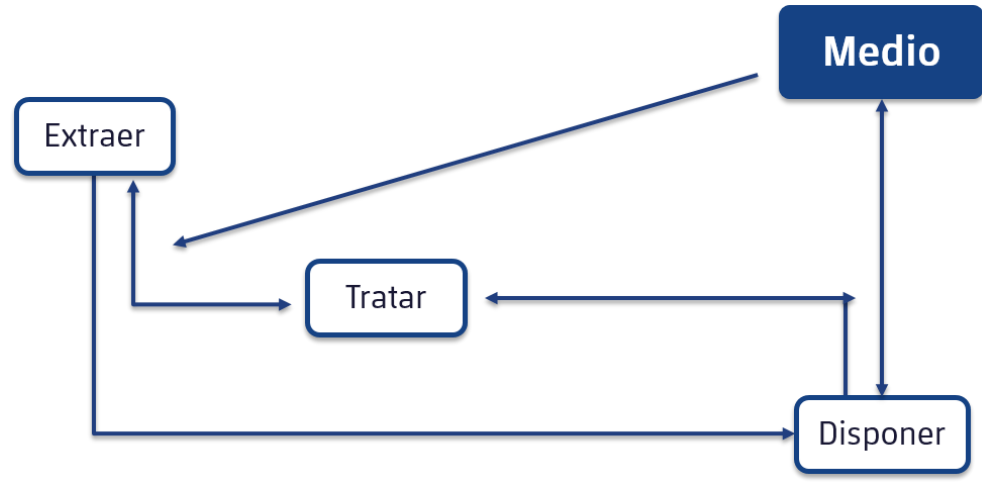


المصدر: التفصيل الخاص بناءً على سيرول لو (2013).

Tratar	Socialización: Las interacciones con las demás personas que comparten la practica	Conceptualización: Conocer las experiencias mediante las técnicas utilizadas y las estrategias alcanzadas	Verbalización: La comunicación verbal y no verbal establecida	Participación Las conductas realizadas en las interacciones de cada suceso (motriz y no motriz) vivido
محاولة	التنشئة الاجتماعية: التفاعلات مع الأشخاص الآخرين الذين يشاركون في هذه الرياضة	التصور: تعرف على الخبرات من خلال التقنيات المستخدمة والإستراتيجيات المحققة	اللفظ: التواصل الشفهي وغير الشفهي	مشاركة السلوكيات التي تتم في تفاعلات كل حدث (حركي وغير حركي)

(3) توفير (الوظيفة المعرفية 3)

بمجرد معالجة المعلومات تصبح متاحة لنقلها إلى مستوى الإجراء الذي يحدث في بيئة اللعبة وتحويلها بالمعنى المرغوب فيه والمتوقع.



المصدر: التفصيل الخاص بناءً على سيرول لو (2013).

Extraer	Tratar	Disponer	Medio
استخراج (استخلاص)	محاولة	قدر	متوسط

تمثل عملية صنع القرار في الألعاب الرياضية ذات التفاعل المشترك تعقيدًا كبيرًا لحظة إنشائها بسبب الكم الهائل من العناصر التي يجب وضعها في الاعتبار لتنفيذها. ومع ذلك، فإن تدريبهم الخاص سيجعل خبراتهم المباشرة أقرب ما تكون إلى تقدم أسرع نحو فاعلية اللعبة (إسبر، 2017). لهذا السبب سيسمح التفاعل والحساسية - كأدوات للتعاون في عملية تشكيل الرياضي- بتحفيز الأنظمة التي تدعم الهيكل المذكور.

أخيرًا، توفر العناصر المعرفية التي تظهر من اللعبة جميع المعلومات التي يجب على اللاعب معالجتها. بهذه الطريقة، إذا كان المدرب يعرف العناصر المختلفة المكونة فسيكون قادرًا على تصميم المواقف ومهام التدريب التي تهدف إلى تحسين أداء اللاعب. على حد تعبير سيرول لو (2012)؛ يحتوي كل عنصر من هذه العناصر على مكونات مختلفة تحمل نوعًا من المعلومات المهمة.

#### الهيكل الاجتماعي العاطفي

"الإدارة الذاتية للمجموعة هي السفينة الوحيدة القادرة على الإبحار في المسار المطلوب في بحر اللعبة المعقدة" (سيرول لو، 2016).

في مناسبات لا حصر لها يُسمع التعبير في ظل تحليلات مختلفة "يلعب هذا الفريق عن ظهر قلب" أو "يلعب هذان (اللاعبان) عن ظهر قلب". من منظور التدريب المنظم المرتبط بالتفاعل الدائم بين اللاعبين، في رياضة مفتوحة وديناميكية وشاملة مثل كرة القدم، إذ يعتبر استخدام مصطلح الرنين الحازم التأكيدي ملائمًا أو مناسبًا. يشير مفهوم (الرنين الحازم التأكيدي) إلى التواصل الحركي الحازم الذي يبدأ من الفهم العاطفي القائم على التعاطف بين الأشخاص، والذي لا يتنبأ بالمهارات الحركية التي سيشترك فيها شريكنا فقط ولكن أيضًا بما سيشعر به في اللحظات الموالية مباشرة. (سيرول لو، 2004).

من ناحية أخرى، إذا تم تحليل الرياضة من منظور تقليدي فإن جوهر اللعب له علاقة مباشرة وخطية بالنتيجة (الفوز). هذه نظرة مغلقة وتحليلية بحتة محصورة في التركيز الكمي، ومن ثم تتخلى عن إمكانية الخوض في "كيف" أو "لماذا" على الرغم من أن هذه جوانب ذات أهمية كبيرة عند التفكير في الرياضات الجماعية. يقول سيرول لو: للفوز في هذه الرياضات من الضروري "الاعتماد على الآخرين" (2016). بهذه الطريقة، من الضروري بناء روابط

مستقرة ومُرضية (بين الأفراد والمجموعات) تظهر خلال اللعبة. هذه العلاقات هي التي تمثل النجاح الحقيقي في الفريق (سيروول لو، 2017).

ممارسة رياضة التفاعل في مساحة مشتركة تُعرض الشخص لكي يتأقلم مع بيئة متغيرة يجب أن يتطور فيها بالتعاون مع بقية الأعضاء الذين يشاركون في الفريق. يشير هذا إلى أن التعاون يسمح بالتفاهم بين الأشخاص (اللاعبين)، وإذا لم يكن هو الأمثل فسيكون له تأثير غير مرغوب فيه على تطور وأداء ذلك الرياضي.

تُظهر العلاقة الجدلية بين الفرد والمجموعة أن لعبة مثل كرة القدم ممكنة فقط إذا شارك فيها زملاؤك في الفريق. بهذه الطريقة -من خلال التفاعل بين اللاعبين- من الممكن جعل المعنى الفردي للفوز مرئيًا، وتحويله إلى عنصر رئيسي (الأمر الذي كان له أهمية كبيرة في التيار التقليدي). بهذه الطريقة ولد ما يسمى بالثقافة الجماعية للعبة، حيث يتم بناء العلاقات بين الأشخاص ويمكن تحديد إشارات الاتصال المختلفة؛ أي يتم إنشاء رابطة جماعية مع العناصر المختلفة للفريق اعتمادًا على الأحداث التي تظهر في اللعبة (سيروول لو، 2004).

في هذا السياق، بالتركيز على اللاعب وتفاعله مع الآخرين وعملية التنظيم الذاتي الخاصة به ينشأ معيار "الشريك" لهذه البنية، والذي يتم تحديده من معرفة اللعبة ومن التأثير الاجتماعي (سيروول لو، 2017).

قد تكشف العوامل التي تنشأ من العلاقات بين اللاعبين عن المواجهات والخلافات التي يمر بها الأشخاص في الفريق. يسلط هذا الضوء على أهمية البحث والحصول على التوقعات والهويات التي تعزز حواس الاتصال وتسمح بتجانس وتوافق المعاني المختلفة في المجموعة (التي تظهر وتبرز خلال المواجهات والمباريات) وإعادة تعريف التفاعلات المحيطة.

بهذه الطريقة يمكن بيان التوقعات المختلفة التي يمر بها اللاعب على النحو التالي:

- الشعور بالاهتمام والاحترام داخل المجموعة.
- الاتفاق بين أعضاء المجموعة.
- الشعور بمتعة الانسجام مع المجموعة داخل الملعب وخارجه.
- وجود مستوى عالٍ من الرضا الشخصي.

نتيجة لتعدد المواقف التي يدمجها كل لاعب ويشارك فيها يتضح أهمية أنه لا يمكن -للحصول على الأداء الأمثل- تحقيق الازدهار والتطور بشكل فردي. ستسمح لك إدارة العلاقات الشخصية الجيدة باكتساب القدرة على تحقيق القرار الصحيح وتحديده في حالة المباراة. على سبيل المثال: في جلسة تدريبية، يتم تنفيذ المهام التي تهدف إلى تطوير هذا الهيكل من خلال تطوير عناصر التشكيل التي ستبحث عن مهام اللعبة -وفقًا لنموذج اللعبة الذي تمت تجربته- في ترسيم الحدود القريبة (الجانب مع لاعب الوسط المركزي أو الوسطي والجانب)؛ أي أنه سيتم إنشاء المهام التي توفر هذا التفاعل الديناميكي والتي بدورها تتناسق مع احتياجات اللاعبين لتحسين الهيكل الاجتماعي والعاطفي. سيكون الغرض من المدربين هو بناء المواقف التي تتوافق مع الواقع التنافسي؛ لذا عندما يتم مشاركة مساحات المساعدة المتبادلة في المباراة ويكون وقت اتخاذ القرار ضيقًا يجب أن تقدم الدورات التدريبية مهامًا يتم فيها مواجهة مواقف مشابهة لتلك التي سيختبرونها في المباريات باستمرار من أجل تحقيق ذلك الصدى العاطفي بين اللاعبين، الذي يعني جزءًا كبيرًا من التفهم.

باختصار، تشمل الإجراءات التي يطبقها اللاعب خلال تطوير اللعبة عوامل التفاعل التي يشاركها مع المجموعة طوال حياته الرياضية خلال سياق معين.

عند الكشف عن مصطلح "سياق محدد/ خاص" لا يتم التركيز على إطار المنافسة أو التدريب فقط ولكن أيضًا على تلك المشاعر التي يدمجها اللاعب من خلال التعايش والحفاظ على علاقات تأكيدية ومرنة مع المدربين، والمدربين، وزملائه، والمشجعين.

إن تحسين الهيكل الاجتماعي العاطفي هو نتيجة العمليات المختلفة التي يقوم بها اللاعب قبل وأثناء وبعد تجربة مواقف العلاقات الشخصية التي تم تطويرها في ممارسة محددة؛ أي في بيئات التدريب أو المنافسة. يتم تقديم هذه السيناريوهات وفقاً ل (سيروول لو 2017) كمصدر يعطي كل لاعب أسباباً لتكوينه الاجتماعي واكتشافاته العاطفية.

أثناء المباريات، يفسر كل لاعب ويفك شيفرة مستوى معين من المعلومات لإصدار أحكامه، التي يُمكن الكشف عنها في بعض الأبعاد:

- معرفة حدوث اللعبة التي تم تحديدها من خلال تجارب التدريب والمنافسة السابقة.
- مستوى توقعات المجموعة في ظل ذلك الحدث.
- التزام اللاعب في هذا الاتصال بالتدخل في الحدث.
- حالة الثقة بين اللاعب والأفراد الآخرين في الفريق.
- عوامل أخرى.

المضافة إلى الأبعاد الأخرى التي تنشأ بمستويات أعلى من الخصوصية تتعاون في تشكيل اللاعب وتحسينه، وتسمح له باكتساب الثقة اللازمة خلال المواجهات التالية (سيروول لو، 2004).

### الهيكل العاطفي الإرادي:

"بدون عاطفة لا يوجد إخلاص ولذلك الجهد ضروري ليهدف شيء أمثل" (سيروول لو، 2016)

يتم تحليل الهيكل التالي من المكونات المختلفة التي يمر بها اللاعب والتي تشكل جزءاً منه. في هذا المعنى، يمكن تحديد تلك العناصر التي تنتمي إلى الإنسان الرياضي ويجب وضع ذلك في الاعتبار عند بناء مهام تدريبية تشبه الواقع التنافسي.

الغرض من ذلك هو إعادة تفسير الفهم العام المعروف حتى الآن بهذه الطريقة، والذي يقترب من تحسين الأداء. ضمن هذا الهيكل يكون للإرادة دور راجح وتعتبر شرطاً لا غنى عنه لـ "كل شيء".

الجوانب التي يجب مراعاتها:

- القصد.
- رغبة.
- قابلية.
- التزام.
- المشاعر.
- التفاؤل.
- التحفيز.

وفقاً لدامونت وليتوسا (2015)، يمكن تقسيم ما يحفز الرياضي لأداء مهمة ما إلى حاجتين اثنتين: الجوهرية أو ما ينبع من الداخل، والعرضية أو ما ينبع من الخارج (الدخيل).

على سبيل المثال: هذه هي حالة التحفيز (الجوهرية والخارجية) التي تم تحليلها من نهج قائم على الاحتياجات، مع التأكيد على الدرجة التي يختار بها الناس سلوكياتهم (دامونت وليتوسا 2015 ، مقتبس من جياسنو، 2015).

من هذا المفهوم، يهدف السلوك ذو الدوافع الجوهرية إلى متعة الفرد أو الاهتمام الشخصي عند تنفيذه؛ أي أنه مدعوم باحتياجات نفسية محددة تشمل: السببية الشخصية، والفاعلية، والفضول (مونروي، أ. و. سايز، جي؛ 2011).

من ناحية أخرى، فإن الدافع الخارجي هو الاستقبال الذي يأتي من الخارج؛ على سبيل المثال: التأثير الذي يتلقاه الرياضي من خلال أشخاص آخرين -سواء بشكل مباشر أو غير مباشر- من خلال تقدير الزملاء أو المجتمع. يشير دامونت وليتوسا (2015) إلى أن هذه الأنواع من السيناريوهات هي التي يهيمن عليها المدربون (لكن ليس أفضل ما يسيطرون عليه)؛ فنظرًا لكونك شخصًا خارجيًا على الرياضي فإن ذلك يشكل مستويات منخفضة من الصعوبة في تقربك منه وتأثيرك عليه.

نحن نعلم أن الدافع الخارجي تم دراسته على نطاق واسع ووضعه موضع التنفيذ من قبل عوامل مختلفة تشكل جزءًا من اللاعب الرياضي بما في ذلك المدربون، والأسرة، والصحافة، وغيرهم. تم تطبيق هذه النظرية على تنسيق الجانب الجوهري للدافع وتقريب الجزء المدروس بالفعل (الدافع الخارجي) من الجزء المراد دراسته (الدافع الداخلي). بهذه الطريقة، تتأرجح نحو توازن بين الاحتمالات للتأثير دون إغفال العلاقات غير الخطية الحالية والتأثير النوعي الذي يغير ويعدل تشكيل اللاعب في البحث المستمر عن استقلاليتته وعلاقاته ومنافسته.

من أجل تحسين البنية الإرادية العاطفية في الدافع الداخلي للاعب يجب مراعاة الأهداف التالية:

- البحث عن الكفاءة في المهمة المراد القيام بها. يجد الرياضيون أن من المحفز الشعور بأنهم يتحسنون في أدائهم.
- الاستقلالية في اتخاذ القرار. يجد الرياضيون أن من المحفز ملاحظة أنهم يستطيعون تحديد كيف ومتى يفعلون ما يفعلونه.
- تنمية علاقاتك الشخصية. يجد الرياضيون أن من المحفز الشعور بأن علاقاتهم بزملائهم تتحسن في المهمة التي يقومون بها. (دامونت وليتوسا، 2015).

من وجهة النظر فإن البداية الجيدة لدمج هذه المفاهيم في الدورة التدريبية سيكون تقييدها بحيث تظهر بعض هذه الأهداف بطريقة غير تفضيلية (دامونت وليتوسا، 2015). هذا يعني أنه لا بد من وجود أهداف أخرى في التدريب -بالإضافة إلى الهدف الذي يشير إلى البنية الإرادية العاطفية- بحيث يكون لها خصوصية معينة أقرب إلى واقع اللعبة، ومن ثم تساعد الهدف العاطفي الإرادي. من المفهوم أنه إذا كانت مهمة التدريب مشابهة للمباراة فإن ذلك سيجعل اللاعبين يميلون إلى المشاركة فيها بحثًا عن تطوير كفاءاتهم.

#### بنية إبداعية معبرة

في المقام الأول، تدعونا البنية التعبيرية الإبداعية إلى التفكير في العلاقة بين اللاعب والمكان والوقت (كمفهوم نظري غائب في الممارسة الحقيقية) والعنصر (الكرة)؛ المكونات التي يتعرض لها الفريق في السيناريوهات المختلفة (المتغيرة) التي تشكل جزءًا من رياضات التفاعل في الفضاء المشترك؛ أي: في تسلسل زمني، ما الذي يجب أن نفعله قبل الاستحواذ على الكرة، وأثناء ذلك وبعده؟

في المجال المعرفي التصريحي ترتبط هذه البنية بالقدرة على التعرف على الأنماط المخفية وبالتالي إنشاء روابط جديدة بين المواقف والإجراءات غير المرتبطة. بهذه الطريقة يساعد اللاعب على تهيئة ذهنه لاستيعاب إمكانيات جديدة، ومن ثم قرارات جديدة. وبهذا المعنى، فإن المعرفة الجديدة التي يكتسبها اللاعب ستسمح له بالتنظيم الذاتي في المواقف الجديدة من عدم اليقين والتنوع التي يتعرض لها وإنشاء طرق جديدة لحلّ المواقف الجديدة.

بهذا المعنى يجب على كل لاعب إظهار عمل مفاجئ ضد المنافس في كل مسابقة. يشير هذا إلى الحاجة إلى بناء وتمكين موضوعات إبداعية بذكاء قادرة على إحداث اضطراب ومفاجأة في مرحلة ما وفهم مفاجآت أقرانهم (التأثير الاجتماعي) في الآخرين (كاستنيوس، 2017).

ومع ذلك، في التنسيق الإجرائي والمجال المعرفي (ضروري لظهور الفعل الحركي) يكتسب الإبداع رجحاناً (تفوقاً) أكبر ويمنح اللاعب الفرصة لاستكشاف المواقف المختلفة/ الإجراءات التي لم تكن ممكنة حتى ذلك الحين. في الوقت نفسه، يزيد من المرونة التنسيقية بحيث تظهر الحركات المتكيفة مع موقف معين، ويسمح لك باستكشاف حركات جديدة أو تكييف إجراء معروف سابقاً ولكن مع اختلافات في إيقاع أو تسلسل كيفية تنفيذه. يتطلب الإبداع دمج مهام تدريبية متنوعة بحيث يكون هذا العنصر "الجميل" الجديد فعالاً أيضاً. ويجب فهمه بهذه الطريقة من جانب عملية تشكيل كل رياضي بشري.

يحتاج اللاعب المبدع إلى التمكين من قبل المدرب. يجب أن يشعر اللاعبون بأن المدرب يثق بقدرتهم على اتخاذ القرار الإبداعي (التعبيري الإبداعي) في المواقف التي لا يستطيع فيها "تكتيك غرفة الملابس" التحكم في عدم القدرة على التنبؤ باللعبة ومبادرة الخصم (كاستنيوس، 2017).

يهدف الإبداع الذي يفهم من العمل الحركي الذي ينشأ عن تفاعل الأجزاء المختلفة من نظام اتخاذ القرار إلى التقاط الحركة كتعبير عن نية اللاعب بالتواصل. بهذه الطريقة يصبح اللاعب أقل قابلية للتنبؤ به ويدمج -من خلال مهام مختلفة- عددًا أكبر من الإمكانيات في مواجهة البيئة المتغيرة التي ينشط فيها (المنافسة). ومن ثم فإن ، المدرب الذي لا يلبي احتياجات هذا الهيكل، ولا يملك عناصر لتحسينها، بل سيبنى لاعباً لديه موارد أقل لحل مشاكله في وجه نظام مشروح (منفتح)، وديناميكي، ومتغير مثل كرة القدم. على العكس من ذلك، فإن اللاعب الذي يقوم بتحسين بنيته سيكون لديه المزيد من العناصر بحيث يكتيف العمل الحركي الذي يقرر استخدامه في موقف -زمان ومكان معين- بشكل أفضل مع احتياجات اللعبة، ويحقق نجاحاً أكبر.

إن التباين في مهام التدريب -سواء كان ذلك معبراً عنه في التغييرات في القواعد، والمساحة، والتغييرات في وضع اللاعبين، إضافة إلى عوامل أخرى- سيزيد من الموارد، حيث تتجلى قدرة الاتصال بين حامل الكرة والمستقبلين المحتملين لها انطلاقاً من مهام الاستكشاف الدائم. من المهم تسليط الضوء على أنه لتحسين أداء الرياضي في تطوره الجماعي. من الضروري للاعب استكشاف، والتحقق، والتفاعل مع زملائه في الفريق، واتخاذ قرارات جديدة بناءً على المقترحات التي تم تحديدها مسبقاً من قبل المدرب، وتعديل سلوكه ضمن المهمة (التدريب). تفضل الحركة أو التعبير (التواصل غير اللفظي) الإبداع، وهذا يحتاج إلى شجاعة عاطفية ليتم وضعها موضع التنفيذ؛ لذلك فإن الاكتشاف الموجه سيكون حليفاً أساسياً، ويجب على المدربين والرياضيين المرور به لا محالة.

## الهيكل العقلي

الغرض من هذا الهيكل -بشكل عام- هو فهم، واستيعاب، وتحديد معنى وهدف وجودنا.

أي: ما أهداف اللاعب؟ وماذا يريد أن يصبح؟

يشير التركيب العقلي إلى الأشكال التي تؤثر على اللاعب، وما يسمى بالحالات غير المتوقعة، وكيف يتغلب على السيناريو المجهول الجديد الذي لم يكن جزءاً من تخطيطه العقلي؛ مما ينتقص من هدفه الأولي ويبعده عن دوافعه. كل هذا الانطلاق للأفعال الناشئة ينشأ خلال لعب الكرة؛ أي في منافسة كاملة. هذه العلاقة بين العقلية والسياق محصورة ضمن الأحاسيس الجوهرية التي يعاني منها الشخص في بيئته المتغيرة؛ على سبيل المثال: كيف تؤثر نتيجة المباراة على اتخاذ القرار، وكيف يتصرف اللاعب في مواجهة الاستفزاز المتكرر من قبل الخصم، وفي مواجهة قرارات التحكيم التي لا يوافق عليها، وفي مواجهة قرارات المدرب التي ليست مصادفة للحدث، وأمور أخرى كثيرة. تلك الأحداث التي تحدث خلال المنافسة تقترح على اللاعب إعادة تعديل قراره الدائم على السياق الحالي.

تعايش هذه البنية وتتفاعل بطريقة وظيفية مع الآخرين. بهذا المعنى -على سبيل المثال- يمكن أن تكون حالة اللعبة التي تكون فيها نتيجة الفريق غير مواتية مرتبطة بالبنية الاجتماعية العاطفية؛ لأن اللاعب يفهم -في هذه الحالة بالذات- أنه يخذل زملاءه في الفريق.

من هذا المنظور، يعتبر استخدام هذا الهيكل ذا أهمية كبيرة لسببين:

- السبب الأول هو الحاجة إلى تحديد هذه المجموعة من القيود التي تظهر بشكل خاص خلال اللعبة.
  - السبب الثاني هو دمج -داخل نفس الهيكل- تلك الإجراءات التي يمكن تحسينها من خلال القواعد الاستفزازية في المهام التدريبية من خلال المقترحات التي تولد مواقف مماثلة لتلك التي تم الكشف عنها خلال المنافسة.
- ستسمح نية تحسين هذا الهيكل بتزويد اللاعب بطرق جديدة للمضي قدمًا في إطار مجموعة من الاحتمالات المقدّمة في البيئات المتغيرة التي تحدث في اللعبة. بهذه الطريقة سيتمكن اللاعب من الحفاظ على أفعاله أو تكييفها بشكل صحيح (على النحو الأمثل) بغض النظر عما قد يحدث خلال المنافس؛ أي أن حالات التوتر التي يمر بها اللاعب في مباراة كرة القدم لن تؤثر عليه بطريقة سلبية، وسيحتفظ بالعزم على فعل ما يراه مناسبًا في لحظة معينة، ويتجنب -نتيجة لذلك- الوقوع في الهزيمة، أو الإحباط، أو النشوة (الأخطاء).
- من الناحية العملية، سيُشعر اللاعب بالإحباط إذا تلقى فريقه هدفًا ثانيًا مقابل دافع خارجي (متعلق بالبنية الإرادية العاطفية) يهدف إلى الفوز بتلك المباراة (تم تطويره في مهام التدريب ضمن منظور تشكيل العناصر التي تلبي حاجة الرياضي) ولن يكون قادرًا على منع الانفعالات المتعلقة بالامتناع (عدم الرغبة) التي تجتاحه. ومع ذلك، باستعمال الذهنية المُحسّنة لن يؤثر ذلك على اتخاذ القرار وسيظل متناسقًا مع النيات التكتيكية وفكرة الفريق عن اللعبة.
- بهذه الطريقة نستنتج أنه من خلال فهم الإنسان والتعقيد الذي ينغمس فيه يمكننا بناء عناصر جديدة ومواقف تدريبية تنتج هذه التفاعلات بين الهياكل المتعددة المستويات للأنظمة المختلفة التي تشكل الإنسان، ومن ثم يتم تبرير العديد من المواقف التي ظهرت سابقًا كعقيدة ضمن تدريب أصول التدريس التقليدية (سيرول لو، 2002).
- ومن ثم فإن البعد المتعدد العوامل وتنوع الرياضات التفاعلية في الفضاء المشترك (، DIEC) يوفر لنا إمكانية عدم تركيز الأداء على قدرة رياضي واحد، ولا على محتوى معين من الرياضة، بل في السعي إليها من خلال المشاركة المشتركة. بعبارة أخرى؛ إن التقلبات التي يمر بها الرياضي في كرة القدم (والتي تنشأ من عمليات مختلفة في ظروف الشك والارتباك) تعني أنه يوجد في تشكيل وتفاعل الأنظمة التي تشكل هياكلها ضمن صيغة "لا شيء هو الأهم".
- سيكون التواصل بين جميع القدرات والأنظمة التكوينية للشخص الرياضي ومشاركتهما المناسبة ومزيجًا لكل مرحلة من مراحل حياته الرياضية التي ستقر به من الأداء الرياضي الأمثل (مسافرت ومريمون، 2017).
- في الوقت نفسه، من المهم ملاحظة أن القدرة على تحسين أداء اللاعب (الشامل) في كرة القدم من خلال التدريب والتحليل المستمر تتم من خلال ملف (سجل) اللاعب. لا يؤدي هذا دورًا أساسيًا للاعب نفسه فقط ولكن أيضًا للمدرب؛ لأنه يسمح بتقييم تلك العمليات التي يمر من خلالها الرياضي البشري ويقيم تحسنه وتطوره خلال كل مرحلة من مراحل التشكيل.
- أي: لتحقيق المحتوى اليومي لبطاقة ملقّه يمكن للاعب تدريب إمكانياته الخاصة وتحسين قدرات لعبته وشخصيته.

عملية التدريب على مراحل:

### 1. مرحلة البدء:

- البداية (1) ← فئة ما قبل البراعم وفئة البراعم (من 7 إلى 9 سنوات).
- البداية (2) ← البراعم (من 10 إلى 11 سنة).

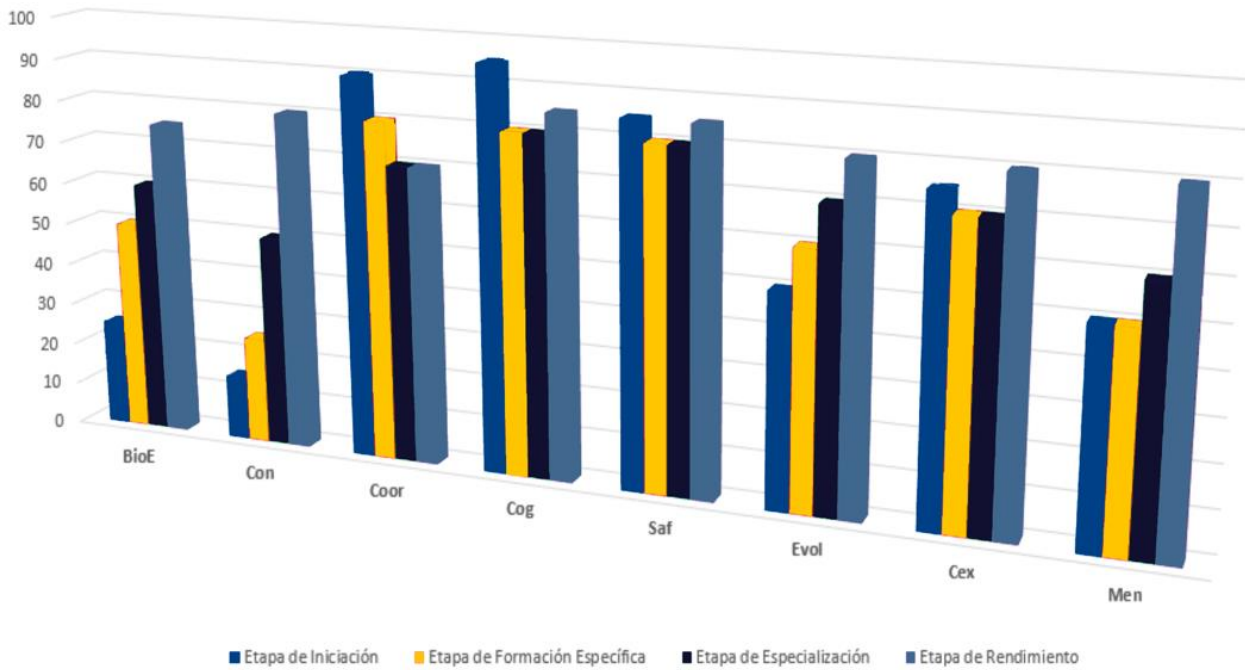
### 2. مرحلة التخصص:

- تدريب خاص ← الأمل والناشئين (من 12 إلى 14 سنة).
- التخصص ← الطلاب والأشبال (من 15 إلى 17 سنة).

### 3. مرحلة الأداء:

- الأداء ← الشباب واللاعبين (أكبر من 18 سنة).
- أداء عالٍ ← الفريق الأول.

الشكل رقم 6: المنهجية حسب الهياكل في مراحل مختلفة من التشكّل



المصدر: المؤلفون.

Etapa de iniciación	Etapa de Formación Específica	Etapa de Especialización	Etapa de Rendimiento
مرحلة البدء	مرحلة تدريب خاصة	مرحلة التخصص	مرحلة الأداء

"من الضروري أن يتم توجيه كل رياضي طوال حياته من خلال مشروع يسمح بتجنب الأخطاء المتكررة جدًا عند التعجيل وتسارع الأحداث الرياضية، وعدم احترام المعايير العامة لتحسين أداء الفرد بشكل مؤقت" (سيرول، ف. 2004، ص 3).



Ficha de jugador	ملف اللاعب
Temporada	الموسم
Nombre y apellidos	الاسم واللقب
Equipos	الفريق
Entrenadores	المدرّبون
Habilidades/talentos (A potenciar)	المهارات/ المواهب (ليتم تمكينها)
Debilidades/insuficiencia (A optimizar)	نقاط الضعف/ القصور (يجب تحسينها)
Aspectos a eliminar o corregir	الجوانب المراد إزالتها أو تصحيحها

الجدول رقم 5: ملف اللاعب حسب الهياكل

Ficha de jugador (F7)		Temporada 2015 - 16
Estructuras	Explicación para la valoración y evaluación	
Bioenergética (Bio)		
Condicional (Con)		
Coordinativa (Coo)		
Cognitiva (Cog)		
Socio-afectiva (Saf)		
Emotivo-volitiva (Evo)		
Creativo-expresiva (Cex)		
Mental (Men)		
Observaciones		

المصدر: المؤلفون.

Ficha de jugador	ملف اللاعب
Temporada	الموسم
Estructuras	الهياكل
Explicación para la valoración y evaluación	شرح للتقييم والتقويم
Bioenergética (Bio)	الطاقة الحيوية
Condicional (Con)	الشرط
Coordinativa (Coo)	التنسيقي
Cognitiva (Cog)	الإدراكي
Socio-afectiva (Saf)	مؤثرة اجتماعيًا
Emotivo-volitiva (Evo)	عاطفية إرادية
Creativo-expresiva (Cex)	معبّرة إبداعية
Mental (Men)	عقلي
Observaciones	ملاحظات

الجدول رقم 6: ملف ل لاعب في مرحلة الانتعاش

Ficha de jugador (F7)		Temporada 2015 - 16	Equipo
Nombre y apellidos:			Laterales
Entrenadores			
Data del informe			
		30/9/2015	31/1/2016
		30/5/2016	
Zona	Fase de recuperación	Valor 1 -5	
A	Mantener la estabilidad de la línea (comunicación)	•	
	Identificación de marcas del marcaje	•	
	Atención / actuación sobre adversario con balón	•	
	Control del espacio	•	
	Control de la zona de riesgo (área)	•	
	Organización defensiva centrados en el balón parado	•	
	Liberar (desalojar) el área	•	
	Anticipación de secuencias (rechazos, 2º jugada, etc.)	•	
B	Mantener la estabilidad de la línea (comunicación)		
	Identificación de marcas del marcaje		
	Atención / actuación sobre adversario con balón		
	Control del espacio		
	Conceptos para la recuperación en zonas B, C y D		
C	Mantener la estabilidad de la línea (comunicación)		
	Buscar superioridades: tipo		
	Control del espacio		
	Conceptos para la recuperación en zonas C y D		
D	Superioridades y conceptos para recuperación en zona D	•	

المصدر: المؤلفون.

Ficha de jugador	ملف اللاعب
Temporada	الموسم
Equipo	الفريق
Nombre y apellidos	الاسم واللقب
Laterales	جانبيات
Entrenadores	المدرّبون
Data del informe	بيانات التقرير
Zona	منطقة
Fase de recuperación	مرحلة التعافي
A: Mantener la estabilidad de la línea (comunicación) Identificación de marcas del marcaje Atención/actuación sobre adversario con balón Control del espacio Control de la zona de riesgo (área) Organización defensiva centrados en el balón parado Liberar (desalojar) el área Anticipación de secuencias (rechazos, segunda jugada, etc.)	أ: الحفاظ على استقرار الخط (التواصل) تحديد علامات التأشير الانتباه/ العمل على الخصم بالكرة السيطرة على الفضاء السيطرة على منطقة الخطر (المساحة) ركز التنظيم الدفاعي على الكرة الثابتة تحرير (إخلاء) المنطقة توقع التسلسل (الرفض، اللعبة الثانية الموالية... إلخ)

<p>B:</p> <p>Mantener la estabilidad de la línea (comunicación)</p> <p>Identificación de marcas del marcaje</p> <p>Atención/actuación sobre adversario con balón</p> <p>Control del espacio</p> <p>Conceptos para la recuperación en zonas B, C y D</p>	<p>ب:</p> <p>الحفاظ على استقرار الخط (التواصل)</p> <p>تحديد علامات التأشير</p> <p>الانتباه/ العمل على الخصم بالكرة</p> <p>السيطرة على الفضاء</p> <p>مفاهيم استرجاع الكرة في المناطق (أ) و(ب) و(ج)</p>
<p>C:</p> <p>Mantener la estabilidad de la línea (comunicación)</p> <p>Buscar superioridades: tipo</p> <p>Control del espacio</p> <p>Conceptos para la recuperación en zonas C y D</p>	<p>ج:</p> <p>الحفاظ على استقرار الخط (التواصل)</p> <p>ابحث عن التفوق: اكتب</p> <p>السيطرة على الفضاء</p> <p>مفاهيم استرجاع الكرة في المناطق (ج) و(د)</p>
<p>D:</p> <p>Superioridades y conceptos para la recuperación en zona D</p>	<p>د:</p> <p>التفوق ومفاهيم استرجاع الكرة في المنطقة (د)</p>

الجدول رقم 7: بطاقة اللاعب في مرحلة استرجاع الكرة

Data del informe		30/9/2015	31/1/2016	30/5/2016
Zona	Fase de posesión	Valor 1->5		
A	P-R	.		
	P-R	.		
	P-R	.		
	R	.		
	R	.		
	R	.		
B				
C				
D				

المصدر: المؤلفون.

Data del informe	Zona	Fase de posesión
بيانات التقرير	المنطقة	مرحلة حيازة

عند تسجيل مراقبة اللاعب ورؤية تطوره وفي نفس الوقت تحسين أدائه الرياضي. للقيام بذلك يجب على اللاعب أولاً قبول التحدي المتمثل في تعديل الجوانب الخاصة به من أجل تكوين نفسه بشكل أفضل كلاعب في أسلوب لعبنا ضمن السياق الذي يجد فيه نفسه.

#### اللاعب والمدرب

"موقف السلوك، والوهم، والرغبة في التعلّم، والرغبة في تمرير المعرفة هي أكثر ما يهم حقًا في المدرب" (فيلا، 2016).

من الخصائص الرئيسية التي تتمتع بها كرة القدم التفاعل الذي يمثل -من وجهة نظر شاملة- اللعبة في بيئات متفاوتة التعقيد. وبهذه الطريقة، فإن المدرب وفريقه من المعلمين هم الذين سيتعين عليهم البحث عن عناصر مطابقة لبناء المهام التي تؤثر على السلوكيات الجماعية وتساعد الفريق على حل "المشكلات" بطريقة منسقة ومواتية لمصالحنا (مورينو، 2013).

على حد تعبير كانو (2014)، يجب على المدربين التفكير في "اللاعبين" وليس "من أجل" اللاعبين، حيث لا توجد لعبة لعرضها عليهم، ولكنهم (اعتمادًا على مشاعرهم وأفكارهم) سيظهرون اللعبة المحتملة، ومعها أيضًا اللعبة المحتملة.

#### الجوانب السلوكية للمدرب:

جوانب التحليل في تدريب وسلوك المدربين:

#### 1. الاهتمام والجوانب الشكلية:

##### • إدارة الوقت:

• في التدريب: الالتزام بالمواعيد، وإدارة الوقت في التدريبات، وما إلى ذلك.

• في المباريات: التحكم في الوقت والتغييرات حسب النتيجة... إلخ.

• في المحادثات: المدة، والأولوية... إلخ.

##### • الملابس:

• لائق ووفقًا لمعايير نادي برشلونة FCB.

##### • العناية بالموارد المستخدمة:

• في التدريب (الموقع، والرعاية، وترتيب المرايل، والكرات، والماء).

#### 2. الموقف السلوكي:

• سلبي: مع موقف سلبي في الألعاب (مقاعد) أو جلسات التدريب.

• غير فعال: لا يشارك في الدورات التدريبية والمباريات في مواقف مختلفة.

• رد الفعل: يتفاعل بعد مواقف اللعبة.

- استباقي: القدرة والمبادرة لتوقع حالات المقامرة المحتملة.
- نشط: تشاركي، ديناميكي، ذو مشاركة، قريب من اللاعب... إلخ.

### 3. جودة المعلومات:

- الإيجاز: مثل القول المأثور: "الخير إذا كان وجيراً فهو ضِعْفُ الخير".
- الدقة والوضوح: إشارات واضحة وموجزة في الرسائل المراد إرسالها.
- الفائدة: ليس فقط لمجرد أنها مفيدة وأن اللاعب يعتقد أنها كذلك.
- دقيقة أو متكررة: المعلومات الصحيحة أو المتكررة في بعض الأحيان تكون زائدة عن اللزوم.
- معلومات القرار: اتخاذ القرارات التي تناسب اللاعب.

### 4. التعزيزات:

- اللفظية:

○ شفوية أو مكتوبة.

○ إيجابية أو سلبية.

- غير اللفظية:

• الجسد: الإيماءات، والحركات، والمواقف، والمظهر، ونغمات الصوت، والإشارات المتفق عليها... إلخ.

• إيجابية أو سلبية.

• المعلومات العقابية (التوبيخية):

• هذا يعني أو يرتبط بعقوبة أو شجار مع اللاعب... إلخ.

• التعزيزات الإيجابية:

• أن تضيف أو تساعد اللاعب.

### 5. القدرة على نقل المعلومات (المفاهيم، والقيم، والتواصل) مع اللاعبين فيما يتعلق بجميع الهياكل:

- هيكل الطاقة الحيوية: يوفر الطاقة للعيش، والتغذية، والراحة.
- الهيكل الشرطي: القدرات المادية المشروطة.
- الهيكل التنسيقي: يدعم الأسلوب الفردي والتنسيقي.
- البنية المعرفية: فهم وتفسير اللعبة.
- الهيكل الاجتماعي العاطفي: القرب، والعلاقات، والتكامل مع الفريق.

- الهيكل العاطفي الإرادي: ما الذي يثير حماسي؟ ما الذي أتمناه؟
- بنية إبداعية معبرة: للحصول على إشارات تواصل جديدة خاصة بك وبالفريق.
- البنية العقلية: ماذا أريد أن أصبح؟ أين أريد أن أذهب؟ فهم وتفسير وجودنا.

## أهدافنا

بخصوص مدربيننا:

- تقديم المشورة بشأن أساسيات اللعبة ومنهجية تدريب نادي برشلونة FCB.
- تقديم تدريب مستمر لتحسين استعدادهم وعلاقتهم باللاعبين.
- الوقوع في حب لعبتنا، حتى ينقلوا ويمارسوا ويدربوا كل هذه المفاهيم الأساسية مع اللاعبين بالشغف والافتناع الذي يتطلبه ذلك.

## تدريبك

يتكون تدريب المدربين لدينا من:

- جلسات نظرية وعملية لشرح مفاهيم لعبتنا، وفهمها، والتعليق عليها.
- مشاهدة مقاطع الفيديو ومقتطفات من إجراءات الفريق الأول، وفرق كرة القدم الشعبية لدينا المشار إليها في لعبتنا.
- التحليل، والنقاش، والإجماع على ذلك.
- الممارسة الميدانية لإعادة التأكيد والتطور في مفاهيم ومنهجية دوراتنا التدريبية ولعبتنا.
- مقترحات للمهام وحالات المحاكاة التفضيلية (S.S.P) من قبل نفس المدربين.
- مراقبة الدورات التدريبية والألعاب بحيث يتم تطبيق هذه الفكرة وهذا النموذج.

## متطلباتك

- لكي تكون مهمة المدرب فعالة ينبغي وجود سلسلة من الجوانب الأساسية:
- يجب أن يكون لديك فكرة لإرشادك في عملك. تتطور معها على أساس التواضع، والجهد، والحزم، والتقبل.
- كسب ثقة رؤسائك، يؤمنون بك أيضًا، ولا تتغير بناءً على النتائج.
- أخط نفسك بأشخاص مشابهين لأفكارك (مدربين، متعاونين) على أن يكونوا مخلصين لطريقة تفكيرهم وتصرفهم، وبإمكاننا ادماجهم ومساعدتهم، وأن يكونوا مرنين ومنفتحين على مقترحات متماسكة، ومبتكرة، ومحسنة.
- تعرف على كيفية نقل أفكارك إلى اللاعبين حتى يؤمنوا بها. بدون شك، كن دائمًا إيجابيًا وانتقد ذاتك. أنشئ تحديًا والتزامًا وإجماعًا مع اللاعبين بطريقة حيوية، واحرص على التحسين والطموح. يتعين عليك فعل ذلك للحفاظ على القرب من اللاعب.

- العمل على القيم في تدريب الفرد أو المسؤولية، مع التواضع، والثقة، والعمل الجماعي.

#### دور المُحاور

المدرّب هو همزة الوصل بين اللعبة واللاعب، وهما مكونان أساسيان.

بشكل مباشر أو من خلال التدريب، تتمثل مهمة المدرّب في استخدام معرفته وخبراته في توجيه اللاعب، ومرافقته في مراحل مختلفة (تدريب أو احترافية) من أجل تحسين مهاراته وموهبته، بحيث يمكن استعمال كل هذه الأدوات في اللعبة.

إذا كان عمل المدرّب صحيحًا فإن هذه العملية تنتج إثراءً متبادلًا؛ لأن أفضل معلم للمدرّب هو اللعبة نفسها واللاعب. يقول فالدانو: "اللاعبون والمدرّبون هم الجزء الأصيل والنشط من كرة القدم، ومن ثمّ فإن كرة القدم هذه ستكون كما نريدها رغم كل من يريد تزويرها" (فالدانو، 1987، غير منشورة).

الشكل رقم 7: التفاعل بين الأجزاء التي تشكل فكرة المشروع



المصدر: المؤلفون.

El entrenador	El jugador	Nuestro juego	Nuestro o entrenamiento	El equipo
المدرّب	اللاعب	لعبتنا	تدريبنا	الفريق

في الختام، من المهم أن نلاحظ أن كلّاً من اهتمام المدرّب بأن يكون جزءاً من تكوين الرياضي، وكذلك رغبات اللاعب، يخضع للتفاعل الدائم مع الآخرين الضارب بجذوره في شعور المؤسسة التي يحيط بها التعقيد. كل هذا،

بالإضافة إلى متعة اللعب والاستمتاع بالحصول على الكرة ومشاركتها مع الفريق بأكمله، سيسمح بتحويل فكرة أولية بسيطة إلى واقع في خدمة الجماهير. بهذه الطريقة تُبنى هوية اللعبة، هوية النادي: هويتنا.

## المراجع

باريرو، ج. (11 شباط 2011). تشافي: "أول شيء يعلمونك إياه في برشلونة هو التفكير" مؤسسة الإذاعة والتلفزيون الإسبانية [إصدار رقمي]. مأخوذ من <http://www.rtve.es/deportes/20110211/xavi-herandez/404399.shtml>

كانو، أو. (2014). اللاعبون و؟ لعبه. في جوميز، P. (محرر) Soccer NO! إنه كذلك. من قال إنها كلها مختلفة؟ (ص 28-29). إسبانيا. كرة القدم للكتاب: [www.futboldellibro.com](http://www.futboldellibro.com)

كاستانيوس، ج. (2017). جوارديولا سارق الأفكار. الإبداع في الابتكار في كرة القدم. بوينس آيرس: أوراق الجنوب S.A.

دامونت، إكس وليتوسا، إل (2015). التحسين بطريقة تفضيلية للهيكل العاطفي الإرادي. الدافع الجوهري [مقالة عبر الإنترنت] تم الاسترجاع من <https://www.martiperarnau.com/optimizacion-de-forma-preferente-de-la-estructura-emotivo-volitiva-la-motivacion-intrinseca>

إسبار، العاشر (2017). الهيكل المعرفي. في ف. سيرول لو، (الإصدار) التدريب في الرياضات الجماعية (ص 244-257). إسبانيا. برشلونة. ماستر.

مسافرت، م. (2017). الهيكل التنسيقي. إسقاط حركة رياضية معينة في اللعبة. في ف. سيرول لو، (الإصدار) التدريب في الرياضات الجماعية (ص 213 - 239). إسبانيا. برشلونة. ماستر.

مسافرت، م. وسيريس، ر. (2005). عمليات التنسيق. تقنية التحسين. ماجستير محترف في الأداء العالي. رياضات جماعية. بيوميدي. المعهد الوطني للتربية البدنية في كاتالونيا. [www.mastercede.com](http://www.mastercede.com).

مونروي، أ وسايز، ج. (2011). الدافع والأداء في الرياضة. <http://www.efdeportes.com/efd163/la-motivacion-y-el-rendimiento-en-el-deporte.htm>

مورينو، ر. (2013). وصفتي "2-4-4". انعكاس وتطوير وتطبيق عملي من رؤية لهذا النظام. إسبانيا. كرة القدم للكتاب: [www.futboldellibro.com](http://www.futboldellibro.com)

سيرول لو، ف. (2002). التحضير البدني في الرياضات الجماعية. تدريب منظم. المديرية العامة للرياضة. مؤتمر الأداء الرياضي.

[http://www.motricidadhumana.com/preparacion\\_fisica\\_deportes\\_equipo\\_Entrenamiento\\_Estructurado\\_Seirul\\_lo\\_2002\\_Valencia.pdf](http://www.motricidadhumana.com/preparacion_fisica_deportes_equipo_Entrenamiento_Estructurado_Seirul_lo_2002_Valencia.pdf)

سيرول لو، ف. (2004). ملاحظات الصف. المحرك الأساسي وتطبيقه على بدء الرياضة. [http://www.educacionmotriz.org/articulos/motribasic\\_inicdep\\_seirul.pdf](http://www.educacionmotriz.org/articulos/motribasic_inicdep_seirul.pdf)

سيرول لو، ف. (2013). الهيكل المعرفي. دورات تدريبية للمدربين. [http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/Estructura\\_Cognitiva\\_Seirul\\_lo\\_2013.pdf](http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/Estructura_Cognitiva_Seirul_lo_2013.pdf)

سيرول لو، ف. (2004). الهيكل الاجتماعي العاطفي. المعهد الوطني للتربية البدنية في كاتالونيا. إسبانيا.  
[http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/estructura\\_socio\\_afectiva\\_franci\\_sco\\_seirullo\\_vargas\\_2004.pdf](http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/estructura_socio_afectiva_franci_sco_seirullo_vargas_2004.pdf)

سيرول لو، ف. (2016). معرض فرانسيسكو سيرول لو فارغاس في أكاديمية برشلونة للمدربين.

سيرول لو، ف. (2017). التدريب في الرياضات الجماعية. برشلونة: ماسترسيدي.

سيرول لو، ف. (2001). الإعداد البدني المطبق على الرياضات الجماعية: كرة اليد. غاليسيا: Laverde Editions .Lea

سيرول لو، ف. و مسفرت ، م. (2001). ماجستير محترف في الأداء العالي. رياضات جماعية. بيوميدي. المعهد الوطني للتربية البدنية في كاتالونيا.  
[https://mastercede.com/wp-content/uploads/2017/02/ESTRUCTURA-COORDINATIVA\\_MARCEL%C2%B7L%C3%8D-1.pdf](https://mastercede.com/wp-content/uploads/2017/02/ESTRUCTURA-COORDINATIVA_MARCEL%C2%B7L%C3%8D-1.pdf)

فالدانو، ج. (1987). هكذا أرى المدرب. المؤتمر الثاني لمدربي كرة القدم في بلدة بيرلورا. يونيو. مخطوطة غير منشورة. أستورياس.

فيلا، ج. (2017). معرض جوان فيلا في أكاديمية برشلونة للمدربين.