

### ثالثاً: الاعداد الخططي :-

ويعني تعلم واتقان المعارف والتعليمات والتحركات والمناورات التي يمكن استخدامها طبقاً لطبيعة متطلبات قواعد اللعبة .

**\*اهمية الاعداد الخططي :-** يختلف الاعداد الخططي من حيث اهميته باختلاف نوع الرياضة طبقاً لطبيعة التنافس فيها، وفيما يلي تقسم الرياضات طبقاً لدرجة حاجتها للاعداد الخططي :-

- 1- رياضات ذات حاجة كبيرة للاعداد الخططي :- هي تلك الرياضات التي تتميز بكبر عدد المتنافسين فيها او بالمواجهة الفردية .  
أ- الرياضات التي تتميز بكبر عدد المتنافسين وهي كرة القدم وكرة اليد والكرة الطائرة وكرة السلة والهوكي والالعاب المضرب الزوجية .  
ب-الرياضات التي تتطلب المواجهة الفردية وهي الملاكمة والمصارعة والسلاح والجودو والكاراتيه والالعاب المضرب الفردية والدراجات .
- 2- رياضات ذات حاجة قليلة للاعداد الخططي :- وهي تلك الرياضات التي ينعلم خلالها الاحتكاك المباشر او تبادل الاداة ومن امثلتها الاركاض جميعها والسباحة والجمباز والغطس .

### \* اهداف الاعداد الخططي :-

1. تحقيق أعلى درجات الانتباه لمجريات التنافس .
2. تحسين مستوى التوقع خلال التنافس واتخاذ القرارات والاستجابة المتعلقة بالاداء الخططي بأفضل صورة ممكنة.
3. تحسين كفاءة الادراك بالمسافة واللاعبين ومعدل تناقص الزمن خلال التنافس.
4. تحليل المواقف المتغيرة بصورة مستمرة خلال التنافس في ضوء المعلومات الخططية .

5. العمل على خزن اكبر كم ممكن من الحلول المهارية الحركية للاستعانة بها في تنفيذ الخطط.

6. التفاعل الايجابي والتعايش مع مجريات التنافس.

### \* مفهوم الخطأ :-

وهي كل الاستجابات والتحركات المبنية على اختيار نتيجة تفكير والتي تتناسب مع المواقف التنافسية ومن خلالها يتم تحقيق افضل النتائج . وتنقسم الخطط عادة الى نوعين وهي:-

- أ- خطط اللعب : والتي تنقسم ايضا الى خطط دفاعية وخطط هجومية .
- ب- خطط تحقيق ارقام : وهي التي تهدف الى تحقيق رقم من خلال مسافة كما في رمي الرمح او تهدف الى تحقيق زمن معين كما في الجري او السباحة او تهدف الى تحقيق درجة كما في الجمناستك والغطس.

### \* مراحل الاعداد الخططي :-

1- مرحلة فهم واكتساب المعارف والمعلومات المرتبطة بالاداء الخططي:-

- أ- يجب ان تتال هذه المرحلة قدرها الذي يجسد اهميتها .
- ب- المعارف والمعلومات المرتبطة بالاداء الخططي تقدم للاعب كافة التصورات لتنفيذه وما يجب فعله في كل جزء من اجزائه وتسهم في زيادة المقدرة على تحليل المواقف .

ج- استخدام وسائل الايضاح من نماذج مصغرة للملاعب واجهزة العرض مثل الفيديو .

- د- يجب ان تتاح فرصة للمناقشة وتبادل وجهات النظر بين المدرب واللاعبين .
- و- ينصح بالتدرج التعليمي في هذه المرحلة من خلال شرح قواعد وقوانين اللعبة الاساسية مع وصف نظام اللعب وشرح مراكز اللاعبين وواجبات كل منهم وتوجيه النظر الى اهم الالخطاء التي يحتمل حدوثها ومعالجة خطط لعب الفريق المنافس ووضع الحلول المناسبة لها .

## 2- مرحلة تنفيذ واتقان الاداء الخططي:-

أ- على المدرب ان يطوع كافة الظروف لإنجاح بداية هذه المرحلة من خلال اداء نموذج سليم وبسرعة مناسبة وكذلك ربط النموذج بالشرح الوافي والتحليل المنطقي للخطا .

ب- تنفيذ الخطط في مواقف سهلة غير معقدة حتى يتمكن اللاعب من تنفيذها دون صعوبة .

ج-تنفيذ الخطط في عدد من المواقف التي يمكن ان تحدث خلال المنافسة .

## 3-مرحلة التفاعل الخلاق مع المواقف الخططية :-

أ-المطلوب هنا هو التفاعل مع المواقف بقدر واسع من الابتكار والابداع في استخدام الخطط وهذا احد أدوار المدرب في هذه المرحلة .

ب- على المدرب تشجيع اللاعبين لاقصى مدى في اظهار المقدرة على استخدام الخطط بقدر كبير من الابتكار والتجديد والتركيب والتنويع وعدم الارتباط بالنمطية .

ج- استخدام الموارد العلمية والتعليمية والمرئية والتي توضح المواقف الخططية بصورة واضحة والتي تسهم بقدر كبير في تفاعل اللاعبين مع المواقف الخططية.