جمهورية العراق وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة الأنسار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



۲۰۲۱/۲۰۲۰

'

خامسا / مهارة الخداع والتمويه بالكرة (المحاورة) او المراوغة

من المهم في لعبة كرة القدم أن تتحكم بالكرة وتناور بها ، فالمراوغة تتيح لك للمرور بالكرة من المنافسين وكذلك للتمريرات والتسديدات بصورة سليمة . فالخداع هو الوسيلة التي تجعل المنافس يتوقع حركة اللاعب المستحوذ على الكرة توقعاً خاطئاً ، وعليه تكون استجابة المنافس بالنسبة لحركة اللاعب الحقيقية خاطئة ، مما يمكن اللاعب من القيام بالتصرف الخططي بالأسلوب المناسب الذي يختاره .

وتعرف المحاورة او المراوغة بانها " فن التخلص من الخصم ومخادعته مع الاحتفاظ بالكرة وعدم تمكينه من معرفة اتجاه المهاجم " . وهي ضرورة لازمة للاعب اذ يجب عليه اتقائها وخاصة المهاجم وهذا لا يمنع من ضرورة اتقان المدافع لها.

او هي " تلك الحركات التي يؤديها اللاعب بالكرة محاولا تخطي مدافع منافس يعترض طريقه او يضغط عليه".

ويشار الى ان المحاورة تعتمد اصلا على ذكاء اللاعب وحسن تصرفه وسرعة تلبيته في وقت قصير مع السيطرة التامة على الكرة في اقل مساحة ممكنة وتختلف مهارة المراوغة او المحاورة عن مهارة الدحرجة او الجري بالكرة كون الدحرجة تتم غالبا في اتجاه واحد وبجزء واحد ، في حين ان المراوغة تتم باكثر من جزء وباكثر من اتجاه ، فضلا عن كونها مسبوقة بعملية خداع ولاشك أن مهارات المرواغة لدى اللاعبين تختلف بين لاعب وآخر، فهناك من يتمتع بموهبة كبيرة ويمتلك قدر كبير من المهارات مثل اللاعب الارجنتيني ميسي وغيره ، وهناك من ليس على نفس القدر ولكنه يحاول تنمية مهاراته فاللاعبون الذين يجيدون المراوغة لاعبون مميزون بفرقهم خاصة لو كانوا يستخدمونها لصالح الفريق .

وتحسم مهارة المرواغة الكثير من المواقف الهجومية الصعبة ، فبخلاف العمل الجماعي تبقى المراوغة حل سحري لدى بعض اللاعبين الذين يوفرون ميزة إضافة لمدربيهم يمكنهم من خلالها الاعتماد عليهم . لذلك تعتبر المراوغة الفعالة من الصفات الجيدة التي يجب ان يتسم بها اللاعب حيث انها تودي الي زعزعة الاستقرار في نفس لاعبي الفريق المنافس ، ويعتبر ذلك مناخ جيد لتسجيل الاهداف .





27.71/7.7.

'

والمحاورة من المهارات الأساسية بكرة القدم والتي لها وقع على الجمهور حيث يتفاعل مع اللاعب الذي يجيد هذه المهارة ويتقنها ، لانها من اصعب المهارات الفردية وامتعها . وعدم نجاح المراوغة ثاني اهم المواقف التي تؤدي الى فقد الفريق للكرة ، حيث يعتبر فقد الكرة بسبب سوء التمرير هو اهم اسباب فقد الفريق للكرة ، ويجب ملاحظة ان احتمال فشل المراوغة وضياع الكرة قائم على افضل اللاعبين في العالم الا ان نسبة فقدها تزيد عن المستويات الادنى.

* أهداف واغراض المراوغة او المحاورة بالكرة:

- ١ التخلص من المنافس واشغاله وتشتيت انتباهه .
 - ٢ ـ كسر مصيدة التسسل
- ٢- إرباك مدافعي الفريق المنافس واعطاء فرصة للزملاء لاستحداث الفراغ المناسب.
 - ٣- سحب المراقبة عن اللاعب الزميل.
 - ٤- بقاء الكرة تحت سيطرة الفريق .
 - ٥- محاولة الحصول على اخطاء خصوصا بالقرب من منطقة الجزاء أو داخلها .
 - تاخير اللعب وكسب المزيد من الوقت مما يتيح للزملاء اعادة تنظيم المراكز
 - ٥- خلق وضع يسمح فيه للاعب المناولة أو التهديف .

مراحل اداء المرواغة او المحاورة

لكي تؤدى هذه المهارة على اكمل وجه لابد وان تمر بمراحل هي:

المرحلة الاولى: هي مرحلة التفكير والحل الذهني لاتخاذ القرار السريع لما سيقوم به اللاعب طبقا للموقف الذي هو فيه.

المرحلة الثانية : مرحلة تنفيذ القرار ، وتقسم الى :

- <u>الخداع المناسب:</u> هي الحركة الكاذبة والعمليات الوهمية التي يقوم بها اللاعب المؤدي لخداع المنافس.
- اداء الحركة النهائية: وهي مرحلة الاداء الحقيقي للتغلب على المنافس ويجب مراعاة ان تكون الحركة سريعة ومفاجئة.



جمهورية العراق وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة الأنسار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



المادة: كرة القدم المرحلة: الأولى

٠٢٠٢/٢٠٢م

·

عناصر نجاح المراوغة

ولكي يتم تنفيذ المراوغة بنجاح لا بد ان تتوافر في تنفيذها عدة صفات منها ما يلي :-

- المفاجاة : اهتمام اللاعب بعنصر المفاجاة عند قيامه بالمحاورة .
- التوقيت السليم: اي ان يكون توقيت اللاعب سليما ، فلا يحاور منافسه وهو على مسافة بعيدة منه.
- الانسابية: ان يكون اللاعب سريعا خفيف الحركة مع اجادة استعمال جسمه ونظره للتمويه.
- الثقة بالنفس وتنوع طرق المحاورة: اي يجب ان يكون اللاعب واثقا من نفسه اثناء محاورته للمنافس، وان ينوع طرق المحاورة حتى يصعب على المنافس تحديد اتجاهه.

انواع المراوغة (المحاورة) والخداع

يشير مفتي ابراهيم (٢٠١٠) الى ان التمويه يجعل المدافع في حيرة من امره ولن يستطيع التوقع بصورة قاطعة لما سيقوم به المهاجم المستحوذ على الكرة ، والمراوغة انواع وقد اشتهر بعض اللاعبين باداء وتنفيذ مراوغات معينة اجادوا تنفيذها فسميت بعضها باسمائهم ، وبشكل عام فهناك انواع رئيسية للخداع وهي :

- الخداع بدون كرة
 - الخداع بالكرة
 - الخداع المركب

فالخداع عبارة عن الحركة والحركات التي يؤديه اللاعب بجسمه أو بجزء منه بالكرة أو بدونها للحصول على رد فعل معين بالاتجاه المعاكس للحركة الأصلية للمهاجم من ما يسمح له بالتخلص من الرقابة . ويتوقف نجاح اداء الخداع والمحاورة على قدرة اللاعب الحركية من سرعة في حركات القدمين إلى المرونة في حركات الجذع إلى الرشاقة في عمليات اللف والدوران ، فهي مهارة تستند بصورة كلية إلى ما وصل إليه اللاعب من مهارات حركية أساسية



جمهورية العراق وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة الأنبار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

٠٢٠٢١ عم

وكذلك درجة توافقه في سرعة الأداء ومرونة الحركة ورشاقتها . وفيما يلى نعرض اهم انواع المحاورة او المراوغة بشكل مبسط:

1 ـ الخداع بالرجلين : وذلك من خلال :

- تبادل حركة الرجلين السريعة فوق الكرة وحولها مما يشتت انتباه المنافس
 - دفع الكرة الى الامام بجانب قدم ارتكاز المنافس.
- الخداع بعبور باطن القدم من فوق الكرة في اتجاه ثم سحبها للجانب الاخر .
 - خداع التمرير بوجه القدم الخارجي في اتجاه ثم المرور في نفس الاتجاه .
 - ايقاف الكرة ثم دفعها للامام بسرعة مفاجئة
 - سحب الكرة للخلف ثم دفعها لاحد الجانبين
- ايقاف الكرة بشكل مفاجيء اثناء الجري السريع مع الخطوة التي تقوم بها القدم اللاعبة مع محاولة تثبيت الكرة بباطن القدم كخدعة ولكن يتابع اللاعب الجري بسرعة بالكرة تاركا المنافس.
- الضربات المختلفة كأن يتظاهر اللاعب بضرب الكرة مثلاً بشدة ثم لا يقوم بذلك أو يلمسها بخفة أو العكس.

٢- الخداع بالجذع: وذلك من خلال:

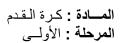
- ميلان الجذع الى جهة معينة لتتمم استجابة المنافس بهذا الاتجاه ، وبعدها مباشرة يؤدي اللاعب حركته الاصلية المقررة سلفا.
 - التمويه الى جانب والمرور الى الجانب الاخر .
 - التمويه مرتين الى الجانب والمرور في المرة الثالثة .

٣- الخداع بالنظر: وذلك من خلال:

- النظر الى زاوية معينة باتجاه معين لكي يشد انتباه المنافس الى هذا الاتجاه ومن ثم التحرك بالاتجاه الاخر .
 - التمويه بالتصويب على المرمى .



جمهورية العراق وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة الأنبار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة





٠٢٠٢/٢٠٢م

'

٤- الخداع بالكلام: وذلك من خلال:

- الايعاز الى اللاعب الزميل بالركض باتجاه معين ومن ثم اداء المراوغة بالاتجاه الاخر

٥- الخداع المركب بلف الجسم كاملا مع الكرة: وذلك من خلال:

- الضغط على الكرة وايقافها ومن ثم سحبها بحركة واحدة لتكون الكرة واللاعب في الاتجاه المعاكس تماما .

عوامل هامة لتطوير مهارة المحاورة او المراوغة

* الموهبة: فالموهبة من المحددات الرئيسية لمهارة أي لاعب ، فأن تكون لاعب موهوب الفطرة سيسهل عليك كثيرا اكتساب العديد من مهارات المرواغة والمرور من المنافسة بسهولة ويسر ، وبلاشك يكون الأمر أقل سهولة على اللاعب الأقل موهبة ، ولعلنا نجد العديد من النجوم الكبار يمتلكون موهبة ومهارة المراوغة بشكل فطري.

التوظيف الأمثل: استغلال مهارة المراوغة لا يكون في أي وقت من المباراة أو في كل مكان بالملعب، وهذا خطأ شائع يقع فيه غالبية اللاعبين الصغار لنقص خبراتهم، فأحيانا كثيرة يريد اللاعب الصاعد أن يبهر مدربه أو متابعيه بمهارة أو مراوغة ما، دون أن يكون لها فائدة فنية في سير اللعب، لذا فإن اللاعب المهاري أو من يسعى لتطوير مهاراته يجب أولا أن يصغى الى تعليمات مدربه بشأن المرواغة الامثل والتي تفيد الفريق ولا تعطي شكلا جماليا للكرة فقط.

المتابعة: لا يقتصر تطوير مهارات المراوغة على جانب الموهبة الفطرية فحسب، وإن كانت الموهبة تلعب دورا كبيرا، فكثير من اللاعبين رغم كونهم يلعبون مع أندية كبرى إلا أنهم يعكفون على تعلم المهارات الجديد والمراوغات التي من شأنها أن تفيد أدائهم في الملعب خلال الموقف الهجومية المختلفة، لذا فإن على اللاعبين الشباب متابعة قدر وافر من المباريات من أجل تعلم تلك المهارات واكتسابها بالتدريب بشكل تدريجي، الأمر الذي يعزز خبرات اللاعب بقدر المهارات التي يمتلكها والتي يستدعيها ذهنيا في المواقف التي تتطلب جانب مهاري أو مراوغة في سبيل إتمام جملة تكتيكية معينة أو حل موقف هجومي معقد.



إعـداد محمد صادق أحمد الكبيسي التدريسي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الانبار المسادة: كرة القدم المرحلة: الأولى



جمهورية العراق وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة الأنبار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

٠٢٠٢١٢٠٢م

الخطوات التعليمية لمهارة المحاورة او المرواغة (الخداع) باستخدام بعض التمارين:

يلاحظ أن الخطوات التعليمية التالية تصلح لأي نوع من أنواع المراوغة مع ضرورة إتقان اللاعب الجري بالكرة كمهارة أولا ثم البدء بتمرينات الإحساس بالكرة ، لان لها دور فعال في أداء المراوغة بإتقان :

1- كرات طبية موضوعة على خط مستقيم بين كل واحدة وأخرى مسافة ٢م: ٣م ليقوم اللاعب بالجري بالكرة من بين الكرات المختلفة جريا زجزاجيا مع ضرورة حماية الكرة بجسم اللاعب على اعتبار أن الكرة الطبية منافس.

٢- يؤدى نفس التمرين السابق مع التدرج في سرعة الأداء ثم تضيق المسافة بين الكرة الطبية.

٣- اللاعبون يقفون داخل مساحة محددة ثم يقومون بالجري بالكرة في جميع الاتجاهات مع تفادى
كرة الزميل ، ثم محاولة لمس كرة الزميل ومع التقدم بالتمرين تضيق المساحة تدريجيا.

٤- يتدرب اللاعب على إتقان تحريك جسمه لأداء المراوغة بدون كرة من الثبات ثم المشي فالجرى.

٥- نفس التمرين السابق ولكن باستخدام الكرة .

٦- يتدرب اللاعب على نفس التمرين السابق ولكن مع وجود منافس سلبي ثم ايجابي يحاول
استخلاص الكرة من اللاعب المستحوذ على الكرة.

٧- كل لاعبان مع بعضهم احدهم مستحوذ على الكرة والأخر يحاول استخلاص الكرة منه عن طريق مهاجمته ، بحيث تحتسب عدد المرات الناجحة لأداء المراوغة ويكرر التمرين بحيث يصبح المدافع مهاجم والمهاجم مدافع .



المادة: كرة القدم المرحلة: الأولى



جمهورية العراق وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة الأنبار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

27.71/7.7.

الأخطاء الشائعة في اداء مهارة المحاورة او المرواغة (الخداع):

1- عدم حماية الكرة بجسم اللاعب مما يجعل المنافس لا يستحوذ على الكرة وبالتالي فقد الكرة ، ولعلاج ذلك يقوم المدرب بتوجيه لاعبيه إلى ضرورة وضع الجسم بين الكرة والمنافس عند أداء المراوغة.

- ٢- تركيز النظر الى اسفل اي على الكرة وبشكل مبالغ فيه .
- ٣- بطئ الحركة عند محاولة القيام بمهارة الخداع والمحاورة مما يتيح للمنافس وقت اكبر وافضل في استخلاص الكرة .
- 3- قيام اللاعب باستخدام المراوغة في حين وجود زميله في موقف مناسب للتمرير وبدون رقابة . ولعلاج ذلك يقوم المدرب بإعطاء بعض التدريبات الخاصة بكشف زوايا الملعب أولا لرؤية المنافس وثانيا الزميل وإعطاء بعض التدريبات التنافسية والتي تشبه ما يحدث بالمباريات.
- ٥- إذا كان اللاعب المدافع في الثلث الدفاعي من الملعب أو إذا كان أخر لاعب بالفريق وهنا وجب على اللاعب ألا يستخدم المراوغة ، فأولوية التمرير هنا تصبح ملحة ، إذا أن فقد اللاعب للكرة سيكلف فريقه نتيجة المباراة . ولعلاج ذلك يقوم المدرب بإعطاء بعض الإرشادات واستخدام مبدأ الأمان وعدم المخاطرة في هذا الجزء حيث تعطى الأولوية للتمرير للزميل بدلا من المجازفة بالمراوغة.

