

## **תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות**

### **הנעת הכדור ושליטה קבוצתית במשחק הכדורגל**

לא אחת אנו שומעים את אנשי המקצוע מציינים לשחקני הקבוצה "הכדור הוא החשוב ביותר יש לעשות הכול כדי לשמור עליו ולא לאבד אותו ליריב" הנעת הכדור הקבוצתית תוך שמירה שלא לאבד אותו תיתן תשובה לשליטה במשחק עם כי לא תמיד תהיה זו ערובה לניצחון. בקורס מאמני כדורגל לומדים אחרת. כדי לשלוט במשחק ולבצע את הנעת הכדור בצורה מושלמת חייבים השחקנים לשלוט באופן מושלם במסירה, בכדור, ביצירת מצב לקבלת הכדור ע"י תנועה וכל זאת תוך תאום ותזמון בין המוסר למקבל הכדור. השחקנים חייבים לדעת להתמסר בצורה בטוחה ומגוונת, מסירות מדויקות ותשלובת מהוות בסיס טכני אישי וקבוצתי, בסופו של דבר יש צורך לשלוט במצבי המשחק גם בקצב גבוה ביותר ומול לחץ של היריב. השליטה בכדור בכל מצב במשחק היא עיקרון בסיסי של הקבוצות הטובות ולשם כך דרושה קודם כל יכולת אישית ברמה הגבוהה.

**יכולת טכנית מושלמת של השחקן והצוות בזמן אמת יתנו את התשובה הנדרשת לכל מהלך**

**במשחק והמטרה להביא את השחקנים ליכולת זו.**

בקורס מאמני כדורגל, לומדים כי למסירה שהיא אחת הפעולות החשובות במשחק יש מספר כללים בעלי חשיבות כמו "דיוק המסירה" "כיוון המסירה" "עוצמת המסירה" תזמון והבנה בין המוסר למקבל, הסוואת הכיוון וכו'...

מסירה לקויה פוגמת במשחק הקבוצתי גורמת לחוסר בטחון והסיכוי להצלחה קטן. המסירה הקצרה היא למעשה הקלה ביותר מאחר וליריב יש זמן קצר לתגובה, אבל כאשר שחקן אינו מסוגל לדייק למרחק קצר על אחת כמה וכמה לא יוכל לדייק למרחק גדול, יחד עם זאת מסירה ארוכה שהיא מהלך קשה יותר כאשר תבוצע בדיוק ובתזמון הנכון היא יעילה ביותר. המסירה שמבוצעת למעשה בכל תחומי המגרש יוצרת שליטה במגרש ולכן חייבת להיות תנועה תמידית של השחקנים כדי ליצור שטח יעיל לקבלת הכדור וקבלתו תתבצע ברגע שהמקבל מוכן ומבצע תנועה אל הכדור. השחקן חייב לצאת מנקודת הבנה שהכדור המהיר ביותר לא יכול להשתוות למהירות הכדור במסירה, מנקודה זו יש לפתח את ההתמודדות עם היריב למרות שלכדור יש חשיבות לא פחותה וקבוצה משוואת לשחקני כדור מושלמים.

**יכולת מסירה מדויקת + תנועה נכונה + כדור ושליטה = הצלחה !**

עוצמת המסירה חייבת להיות כזאת שהכדור יגיע במהירות ולכתובת הנכונה אבל כך שמקבל הכדור יכול להשתלט עליו או להמשיך במסירה. קיימת אפשרות של מסירה המכוונת אל השחקן לגוף או אל השחקן לשטח והדבר תלוי כמובן במטרת המסירה והיכן היריב.

הכדור הוא מטכניקות היסוד החשובות ביותר, כפי שהדבר נלמד בקורס מאמני כדורגל של המכללה האקדמית בוינגייט. הלחץ והצפיפות יוצרים עובדה שמרחב הכדור הולך וצר, כדי להמשיך ביכולת שליטה תחת לחץ של היריב נדרשים שחקנים בעלי יכולת גבוהה המסוגלים לשמור על הכדור ולהוביל למהלך היעיל. כאשר השחקן לא נמצא בלחץ הוא יכול לכדרר בביטחון תוך ראיית שדה המשחק או במצב שני כאשר הוא מנסה לפרוץ לתחומי התקפה במטרה לבנות מצב הבקעה או להתגבר על יריב, כאשר לקבוצה יש את השחקנים המתאימים לכך אפשר לנצל זאת ליתרון במשחק.

הכותב הוא מאמנון רז, מרכז קורס מאמני כדורגל במכללה האקדמית בוינגייט