

## مقدمة

زملاؤنا العاملين في مجال التدريب الرياضي :

اعتدتم معنا وتعودنا معكم على اللقاء في مؤلفاتنا السابقة دائماً حول موضوعات ترون فيها بغيتكم، وتمثل مفرداتها صميم حاجتكم كمدرين رياضيين بصفة عامة ومن مدربي كرة القدم بصفة خاصة، وها نحن نلتقى بكم مرة أخرى في كتاب جديد يمكنكم الوقوف على أهميته، والحديث الذي نعرضه من خلال سؤال نظرته عليكم بشأن «مدى إلمامكم بفلسفة الاستمتاع بالتدريب في مجال كرة القدم».

\* هل الاستمتاع بالتدريب ضرورة ينفرد بتحقيقها المدرب الناجح فقط، وما هي حقيقة انعكاس أثره سلبياً على مستوى الأداء الرجولي المطلوب من اللاعبين في الملعب ؟

\* ما هي طرق تنفيذ الأداء التدريبي الممتع من المدرب وما هي مبادئ هذا التدريب وأنواعه وأدواته وشروطه وأهدافه ومقوماته وقواعده ؟

\* ماهو المناخ المناسب لاستيعاب الدروس التكتيكية، وكيف يمكن ذلك؟

\* كيف يمكن زيادة التركيز وتنمية روح العمل الجماعي والالتزام بالمفردات التكتيكية تحت ضغط المنافسة؟

\* ما هي الأضرار الناجمة عن اتباع فلسفة التدريب المكثف وتنفيذ برامج تدريبية يخاطب فيها العقل والبدن فقط وتسير في سياق ثابت يحوى في داخله الكثير من الروتين والتشدد ؟

\* كيف يمكن تحقيق أكبر قدر استفادة ممكن لمواجهة كل من: فترات التأجيل الطويلة والمفاجئة والمتكررة خلال الموسم الواحد، القيام بأداء العديد من المباريات خلال فترة زمنية قصيرة خاصة في نهاية الموسم التدريبي، ظروف التحام المواسم التدريبية دون أخذ فترات انتقالية واقعية ؟



نحن نحبكم أيها الزملاء في كتابنا هذا على كل تلك الأسئلة وتعرض بالشرح التفصيلي لكيفية التغلب عملياً على كل من سلبية طول فترة المنافسات، مشاعر التعب والإجهاد والملل التي قد تصيب اللاعبين وتؤثر سلباً على مستوى أدائهم، تعرض اللاعبين لأحمال تدريبية زائدة، ضعف القدرة على فهم التكتيك وسهولة تطبيقه .

وفي الختام هل تعلمون أيها الزملاء أن العصا السحرية التغلب على كل ما سبق تكمن في استخدام بعض التدريبات الخاصة التي يطلقون عليها «الألعاب التكتيكية الترويحية» . . نعم التدريبات الترويحية هي التي تقف وراء تأكيد حقيقة أن الفارق العملي بين نجاح مدرب وفشل آخر قد يرجع إلى مدى قدرة المدرب على أن يجعل من وحدته التدريبية متعة يستمتع بها الخاضعين للتدريب على اختلاف نوعياتهم ومراحلهم السنية .

والله ولي التوفيق، ، ،

**المؤلفان**