

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المادة كرة القدم المرحلة الثالثة الشعب A-B-C



المحاضرات الموحدة الفصل اثنائي

المحاضرة الاولى إصابات لاعبي كرة القدم

Injuries to football players

إعداد مدرسا المادة الحكم الدولي ا . م . د عزيز كريم وناس

ا . م . د خليل حميد محمد

2017-2016

إصابات لاعبي كرة القدم :- Injuries to football players

أسباب الإصابات :- تحدث الإصابة أثناء التمرين أو أثناء المباراة وبنفس القوة

1. الإحماء الغير الكافي أو غير الصحيح قبل التدريب أو المباراة.
2. النقص في اللياقة البدنية .
3. الملاعب الغير جيدة والغير صالحه للعب.
4. التجهيزات الغير ملائمة.
5. عدم أتمام الشفاء أو العلاج من الإصابات السابقة.
6. جهل المدرب بإمكانيات اللاعبين الفردية والجماعية .
7. سوء التغذية أو نقصها .
8. الوقت الغير ملائم لأداء التدريب.
9. عدم ترتيب التمارين من السهل إلى الصعب أو عدم ملائمة التدريب لإمكانيات اللاعبين (ضعف المناهج التدريبية).
10. استخدام المنشطات الممنوعة.
11. مخالفة الروح الرياضية واللجوء إلى العنف .
12. السعي إلى الفوز بأي ثمن.
13. عدم الاهتمام بالاختبارات والقياسات التي توضح القابلية الحقيقية للاعب .
14. التحكيم السيئ أو الضعيف.
15. عدم وجود تخطيط أو برمجة للتدريب أو عدم توزيع الحمل التدريبي الذي يراعي مبدأ الشدة والراحة عند اللاعبين.

أهم الإصابات الرياضية :-

1. الكدمات:-

- كدمة الجلد.
- العضلة.
- العظام.
- المفاصل.

2. الجروح:- والتي تحدث أثناء المباريات بالوجه:-

- 1- السطحية.
- 2- العميقة.

2- **الكسور:-** والتي تحدث نتيجة الضرب المتعمد أو عدم صلاحية الملاعب وبسبب

البناء الغير صحيح للاعب.

3- **التمزقات العضلية :-** وهو تمزق الألياف العضلية الناتج عن عدم تكافؤ بين قوة

العضلة والجهد الذي تتعرض له العضلة ومثال ذلك سحب بالفخذ أو الالتواء في كاحل القدم .

4- **الكارتلج :-** وهي حركة لف مفاجئ للركبة بشكل محوري مع ثبات عظم القصبية

والتفاف عظم الفخذ عليها داخليا أو خارجيا .

أعراض الكارتلج :-

- يصعب ثني الركبة كاملا مصاحب بالألم .
- وجود ألم في مكان وجود الغضروف .
- ألم شديد عند ثني الركبة بقوة .

5- **إصابات المفاصل:-**

- الركبة
- القدم.
- الكتف.
- العمود الفقري
- اليد والمرفق.

7. **الإغماء:-** ويحدث نتيجة ارتجاج المخ أو الإجهاد الشديد أو التعرض إلى ضربة الشمس أو

حدوث صدمه نفسيه وهي من اشد الأنواع وأخطرها على الرياضي.

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المادة كرة القدم المرحلة الثالثة الشعب A-B-C



المحاضرات الموحدة الفصل اثنائي

المحاضرة الثانية والثالثة الدفاع بكرة القدم

Defense football

إعداد مدرسا المادة الحكم الدولي ا . م . د عزيز كريم وناس

ا . م . د خليل حميد محمد

2017-2016

الدفاع بكرة القدم : Defense football

هو تنظيم حركات اللاعبين لإفشال هجوم الفريق المقابل فيه خلال التمرکز السريع للاعبين في المناطق الدفاعية ومحاولة الاستحواذ على الكرة والانتقال الى الهجوم ويتطلب الدفاع الجيد مساهمة جميع اللاعبين في الدفاع لتحقيق تفوق عددي وتطبيق مبادئ الدفاع الأساسية ، ويولي الدفاع بكل أنواعه الى التقليل من فرص الخصم في الوقت والفراغ واختبارات الخصم في المناولة والدرجة والتهديف ولكي يتم الدفاع بشكل فعال كفريق يجب ان ينجح الفريق بالدفاع كأفراد .

أنواع الدفاع :

1 - دفاع المنطقة : Zone defense

وتعتمد على مراقبة لاعب الدفاع لمنطقته خاصة ، واللاعبين المتواجدين فيها وبغض النظر عن تواجد او عدم تواجد لاعبين في المنطقة وكذلك عن هوية اللاعب ورقمه ويطبق دفاع المنطقة عندما تكون الكرة بعيدة عن الهدف .

2- الدفاع الفردي (Individual defense) رجل لرجل

وتعتمد على مسؤولية كل فرد في مراقبة لاعب معين من هجوم الخصم وملازمته في مراحل اللعب المختلفة وعدم السماح له بالتصرف بالكرة بحرية من خلال الملازمة الشخصية وتمثل السرعة والمهارة الفنية العامل الحاسم في تحديد نوع المراقبة والمسافة الفاصلة بين المدافع والمهاجم وتشكل التغطية الأساس المهم لنجاح هذا النوع من الدفاع حيث يسهل اجتياز المدافع بدون تغطية جيدة مما يشكل خطورة على الفريق المدافع .

3 - الدفاع المركب Composite defense

وهذا النوع عبارة عن مزيج من دفاع المنطقة والدفاع الفردي والذي يؤكد على مراقبة المهاجمين ويرتبط ذلك بمكان وجود الكرة فعند وجود الكرة بعيدة عن الهدف يمكن إتباع دفاع المنطقة وفي حالة وجود الكرة قريبة على مرمانا يجب إتباع الدفاع الفردي (man to man) لذا يجب على المدافع فرض الرقابة الصارمة على اللاعب والمنطقة في كل الظروف .

4 - الدفاع المحتشد (المتجمع) massed defense camp

ويتطلب سحب ومشاركة اكبر عدد من المدافعين لسد الثغرات في المنطقة الدفاعية وتأمين المراقبة كل اللاعبين والتركيز على مراقبة المنطقة الأكثر خطورة على الهدف لحماية المنطقة الخطرة وتشكيل القمع الدفاعي من خلال تركيز وتحشد المدافعين في المنطقة الخطرة لتوفير تفوق عددي وتطبيق مبادئ الدفاع الأساسية .

5 - الدفاع المحوري Defense axial

وهو تشكيل محاور دفاعية تستهدف التغطية والتغطية المتبادلة من قبل لاعبي الدفاع وكيفية حركة لاعبي الدفاع عند تغير جهة الهجوم لضمان تطبيق الحركة الصحيحة للمدافعين انسجاماً مع مكان الكرة وجهة الهجوم ويستخدم الدفاع المحوري بأربعة لاعبين غالباً ويقوم المدافع البعيد بالدور الرائد في التغطية .

6 - الدفاع الفرقي Defense Alvrqi

ويعني مساهمة جميع اللاعبين في الدفاع حال استحواذ الفريق الآخر على الكرة لتوفير تفوق عددي وتطبيق مبادئ الدفاع الأساسية ويتطلب هذا النوع من الدفاع لياقة بدنية عالية جداً وينسجم هذا النوع من الدفاع مع متطلبات كرة القدم الحديثة وهو أفضل أنواع الدفاع في كرة القدم .

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المادة كرة القدم المرحلة الثالثة الشعب A-B-C



المحاضرات الموحدة الفصل اثنائي

المحاضرة الرابعة والخامسة مبادئ الدفاع الأساسية

the basic principle of defense

إعداد مدرسا المادة الحكم الدولي ا . م . د عزيز كريم وناس

ا . م . د خليل حميد محمد

2017-2016

مبادئ الدفاع الأساسية : the basic principle of defense

1 - التعطيل في الدفاع : -

ويتم تنفيذه بمحاولة تأخير نقل الكرة لإعطاء فرصة لتنظيم الدفاع وعودة كل لاعب الى مركزه لغرض حماية المرمى والعمل على الاقتراب من لاعبي الخصم لتشديد الرقابة على مهاجمي الخصم والعودة تتم لتكوين الجدار الدفاعي الصحيح بدلاً من الانقضاض المباشر الغير مضبوط وبذلك يؤدي كل لاعب واجبه الدفاعي الفردي والجماعي والفرقي

2 - توفير العمق الدفاعي : -

ويمكن تحديده في الدفاع مسبقاً او توفير انسجماً مع الوضعية المنسجمة في المباراة ويفضل ان يتم بالحركة السريعة وردود أفعال سريعة والمقصود بالعمق الدفاعي هو تأمين المنطقة الدفاعية خلف لاعبي الدفاع وكذلك مراقبة الأماكن المحتمل تمرير الكرة اليها وتأمين المنطقة الدفاعية مسؤولية جميع المدافعين ويجب تجنب وقوف المدافعين على خط واحد لسهولة الاختراق ويمكن للمدافعين الأيمن والأيسر القيام بعمل القشاش في بعض الظروف .

3 - التوازن في الدفاع : -

حيث يجب ان يقوم كل لاعب بتغطية لاعب آخر عند اجتيازه ويقوم اللاعب الثالث بتغطية اللاعب الثاني لذلك وجب تغطية اللاعبين بشكل جيد ويؤدي الى مواجهة كل تحركات الفريق الخصم ومواجهة كل الاحتمالات التي تحصل في المباراة وبذلك وجب تحرك جميع اللاعبين لتغطية اللاعبين الخصوم ولعمل متكامل في الدفاع

ويتحرك جميع لاعبي الفريق كوحدة واحدة لذلك واجب الدفاع ليس ضبط لاعب معين وإنما ضد مكان معين .

4 - التركيز الدفاعي : -

ضرورة التركيز للمدافعين في منطقة الصندوق وهي المنطقة الخطرة والتي يمكن تسجيل إصابة لذلك يجب تأمين الدفاع عن هذه المنطقة وهي بزاوية 45 م من العمود الساقط من عمود الهدف وخط المرمى ولمسافة (30) ياردة .

5 - توفير السيطرة في الدفاع : -

وتعتمد على عدة طرق وهي مجموعة العناصر الأساسية وهي التعطيل في الدفاع والعمق والتوازن والتركيز الدفاعي مما توفر جميعها حالة من السيطرة الدفاعية والتي تعني القدرة على مواجهة كل التغيرات المستجدة في المباراة .

6 - استخدام مصيدة التسلل : -

حيث يعتبر استخدام مصيدة التسلل من الوسائل الدفاعية الأكثر فعالية وتحتاج الى دراية وتركيز في التنفيذ حيث إن أي خطأ في التنفيذ قد يؤدي الى إحراز هدف في مرمى الفريق المدافع لذا يعتبر التسلل سلاح ذو حدين .

مراحل الدفاع في كرة القدم :

1 - الانتقال من حالة الهجوم الى حالة الدفاع .

2 - محاولة تأخير اللعب (إبطاء اللعب) .

3 - منع الفريق المهاجم من الاستحواذ ومحاولة إحراز الهدف .

ملاحظات مهمة جداً :

- 1 - يتطلب الدفاع مساهمة جميع اللاعبين في الدفاع لتحقيق مبدأ التفوق العددي للقدرة على تطبيق مفاهيم الدفاع في الكرة .
- 2 - التفوق العددي يعطي مبادئ الدفاع بشكل صحيح .
- 3 - الدفاع الفردي هو أساس الدفاع الجماعي .
- 4 - وقوف اللاعب المدافع بين اللاعب غير المستحوذ على الكرة والهدف .
- 5 - وقوف اللاعب المدافع بين اللاعب المستحوذ على الكرة والهدف .
- 6 - المسافة المناسبة التي يتخذها المدافع من اللاعب المهاجم حسب بعده عن المرمى
- 7 - يفضل قطع الكرة قبل الوصول الى المهاجم .
- 8 - عدم استدارة اللاعب المهاجم نحو المرمى ومنعه من ذلك وإذا استدار اللاعب المهاجم يجب على المدافع محاولة قطع الكرة منه وفي حالة استدارة اللاعب المهاجم نحو الهدف يجب على المدافع تطبيق حالة (man to man) الدفاع الفردي وهو الأساس في كرة القدم .
- 9 - تضيق زاوية التهديد على اللاعب الخصم ومحاولة إبعاده نحو الخطوط الجانبية

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المادة كرة القدم المرحلة الثالثة الشعب A-B-C



المحاضرات الموحدة الفصل اثنائي

المحاضرة السادسة والسابعة الهجوم بكرة القدم

offensive football

إعداد مدرسا المادة الحكم الدولي ا . م . د عزيز كريم وناس

ا . م . د خليل حميد محمد

2017-2016

الهجوم بكره القدم :- offensive football

تنظيم حركات اللاعبين لإنجاح هجوم الفريق والاستمرار في الاستحواذ على الكرة وأدائه زخم الهجوم ومحاولة إحراز هدف ف مرمى الفريق المقابل من خلال تغيير وتيرة الهجوم لأحداث ثغرة في دفاع الخصم واستثمارها .

ويقسم الهجوم إلى :-

1- الهجوم الفردي Individual attack

2-الهجوم الجماعي Mass attack

3-الهجوم الفرقى Attack alvrg]qi

1. الهجوم الفردي :- وهو الذي يقسم إلى قسمين :-

القسم الأول :- بدون كرة والذي يقسم إلى ثلاثة أقسام :-

❖ الاختراق

❖ المشاغلة

❖ الانفتاح

القسم الثاني :- وهو بالكرة والذي يتكون من خمسة أقسام رئيسية :-

الإخماد .

المراوغة.

المناولة.

التهديف.

الدرجة

2. الهجوم الجماعي :- الذي يتكون من الخطط الآتية :-

أ- خطط تنفيذ الحالات الثابتة والتي ذكرناها سابقا.

ب- خطط حالات اللعب المختلفة وكالاتي :-

❖ تبادل المراكز .

❖ اللعب بلمسه واحدة.

❖ التقاطع واجتياز الكرة والسماح بمرورها .

3. الهجوم الفرقي :-

يعني به تنظيم حركات اللاعبين لإدامة الهجوم ومحاولة إحراز الهدف من

خلال مشاركة جميع اللاعبين في الهجوم حال الاستحواذ على الكرة وهذا أكثر

انسجاما مع متطلبات كرة القدم الحديثة لمحاولة أحداث تفوق عددي في منطقة الكرة

القريبة منها

والهجوم الفرقي ينقسم إلى :-

أ- الهجوم السريع :-

هو الأسلوب الأكثر تأثيرا وينسجم مع متطلبات كرة القدم الحديثة

وينتلخص تنفيذ الهجوم السريع بأسرع وقت لعد فسخ المجال لدفاع الفريق

الأخر بالعودة إلى مناطقهم الصحيحة وتطبيق مبادئ الدفاع واستخدام أقل عدد ممكن من المناولات وبالعمق وأكثر أنواع الهجوم تأثيرا هو الهجوم السريع المضاد .

مراحل الهجوم السريع :-

- **مرحلة الانتقال :-** الانتقال من الدفاع إلى الهجوم حال الاستحواذ على الكرة وذلك بإرسال مناولة بالعمق إلى لاعبين الهجوم .
- **مرحلة بناء الهجمة :-** وهي محاولة أحداث ثغرة في دفاع الخصم لإيصال الكرة إلى اللاعب الأكثر تأثيرا وفي وضعية جيدة تسمح له بإحراز الهدف .
- **مرحلة التهديد :-** وهي المرحلة الأخيرة من الهجمة والتي سيتم فيها محاولة إحراز هدف في مرمى الخصم من خلال التهديد .

ب - الهجوم المتدرج البطيء :-

ويمتاز بتنظيم الهجوم بشكل بطيء ومحاولة اختراق صفوف دفاع الخصم من خلال أحداث ثغرة في الدفاع عن طريق المناولات الكثيرة في طول وعرض الملعب وللاستحواذ على الكرة لفترة طويلة لإشراك لاعبي الدفاع في الهجوم .

المبادئ الأساسية في الهجوم :-

1. الانتشار والانفتاح .
2. الاختراق (تعويد اللاعبين على اختراق الخصم).

3. الإسناد في الهجوم .

4. القابلية على الحركة .

5. توفير عنصر المفاجئة .

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المادة كرة القدم المرحلة الثالثة الشعب A-B-C



المحاضرات الموحدة الفصل اثناني

المحاضرة الثامنة والتاسعة الحالات الثابتة

fixed cases

إعداد مدرسا المادة الحكم الدولي ا . م . د عزيز كريم وناس

ا . م . د خليل حميد محمد

2017-2016

الحالات الثابتة : - fixed cases

وهي الحالات التي يمكن من خلال استثمارها بشكل أمثل لإحراز هدف في مرمى الفريق الخصم أو الاستحواذ على الكرة وبناء الهجوم .

لابد من التخطيط للوصول الى هدف الخصم بأسلوب غير متوقع ولا يستطيع الفريق المدافع رده .

لذلك أصبحت الخطط جزء لا يتجزأ من عمل الفريق وبدونها أصبح تحقيق الفوز أمراً مستحيلاً ، فتلعب الخطط من الوضعيات الثابتة دوراً أساسياً في تحقيق الفوز بعد ان أصبحت الحالات الهجومية السهلة ذي فائدة تذكر خصوصاً وان خطط تنفيذ الحالات الثابتة يمكن تنفيذ كل واحدة منها أكثر من مرة في المباراة الواحدة وبأسلوب غير متوقع والحالات الثابتة هي :

1 - ضربة البداية kickoff

2 - ضربة الزاوية ACORNER

3 - ضربة الهدف Goal kick

4 - ضربة الجزاء penalty

5 - الرمية الجانبية Throw side

6- إسقاط الكرة Drop the ball

7- الضربة الحرة المباشرة Direct strike free

8- الضربة الحرة الغير مباشرة Free indirect strike

وتنفذ هذه الحالات بشكل مفاجئ يوفر إمكانية التصرف للفريق المهاجم من خلال الاستحواذ على الكرة والبدء ببناء الهجوم .

وتنفذ غالباً بأقصى سرعة وأقل عدد من المناولات وهذه الحالات تمنح الفريق المهاجم أفضلية في اختيار وقت وأسلوب التنفيذ وعدد اللاعبين المساهمين انسجاماً مع ردود أفعال الفريق المقابل .

أولاً - خطط الضربات الحرة المباشرة والغير المباشرة :

من جميع الحالات الثابتة فان الضربات الحرة المباشرة والغير مباشرة تعد أكثرها تكراراً وعددها بحدود

(20 - 25) ضربة في المباراة ومن أماكن مختلفة من الملعب والفائدة الكبيرة في التنفيذ ان الكرة ثابتة غير متحركة وهذا يعطي إمكانية اللاعب بتقدير وضع لاعبي فريقه وفريق الخصم ويقف اللاعبون على مسافة لا تقل عن 9 متر من الكرة .

لذلك فإن من الضروري إتباع اسلوب معين عند تنفيذ الضربات الحرة المباشرة والغير مباشرة للحصول على اكبر فائدة للفريق المنفذ وخصوصاً في الضربات القريبة من مرمى الخصم حيث من الضروري إتباع الملاحظات التالية عند تنفيذ الضربات الحرة المباشرة والغير مباشرة :

1 - ضرورة التدريب المسبق على التنفيذ وليس الاتفاق على اسلوب التنفيذ بعد منح الضربة وبشكل عشوائي .

2 - على المدرب تدريب الفريق على أكثر من حالة تكتيكية لاختيار الأفضل انسجاماً مع وضعية الفريق المدافع في المباراة وطبيعة الضربة والثغرات الحاصلة والجدار المعمول وعدد اللاعبين المساهمين في الدفاع .

3 - الحالات التكتيكية التي يتطلب استخدام أكثر من لمسة ضرورة توفر الدقة في المناولات المعطاة .

4 - الحركات البسيطة التي يمكن نجاحها هي أفضل بكثير من الحركات المعقدة .

5 - العبرة ليست في التدريب على حالات كثيرة مختلفة ولكنها غير متقنة ولكن المهم ان يتمكن الفريق من تأدية حركات قليلة ولكنها متقنة .

6 - عنصر المفاجئة مهم بالنسبة الى نجاح الحركات التكتيكية في الحالات الثابتة ان أمكن توفرها وان كان في المراحل الأولى من تنفيذ الحالة مثل (الجدار في الهجوم) الذي يقف أمام الجدار الدفاعي ليعيق من مشاهدة مراحل التنفيذ ويولد حالة ارتباك لدى لاعبي الفريق المدافع .

ثانياً - خطط ضربة الجزاء :

ضربة الجزاء تمنح عند ارتكاب الفريق المدافع واحدة من الأخطاء العشرة داخل منطقة جزائه والكرة في اللعب وهي أفضل فرصة يعطيها القانون للفريق الذي وقع الخطأ ضده للأسباب :

1 - قرب نقطة الجزاء عن الهدف (11 متر) .

2 - عدم السماح بتدخل المدافعين .

3 - تحديد حركة حامي الهدف .

4 - عدم تحديد وقت معين للتنفيذ .

5 - تمكن الفريق المنفذ من اختيار اللاعب الكفاء للتنفيذ .

صفات اللاعب المنفذ :

- 1 - المبادئ الأساسية الجيدة (التكنيك) .
- 2 - لديه ثقة عالية بالنفس .
- 3 - يتصف ببرودة الأعصاب وعدم الانفعال .
- 4 - عدم التأثر بالظروف المحيطة كأهمية الضربة ونتيجة المباراة والجمهور
- 5 - أن يكون جيداً اي إرسال الكرة الى المنطقة الصعبة بالنسبة الى جانبي

الهدف

ملاحظة / إن سرعة رد الفعل لدى حامي الهدف هي اقل من سرعة حركة الكرة .

ثالثاً - خطط ضربة الزاوية :

ضربة الزاوية هي فرصة يمنحها القانون عندما يخرج احد لاعبي الفريق المدافع الكرة من خط الهدف لفريقه وهي فرصة جيدة للفريق المهاجم لتشكيل خطورة على الفريق المدافع ومحاولة إحراز هدف وتقسم ضربة الزاوية الى المباشرة وغير مباشرة حيث ان تحليل قدرات الفريق الهجومية والقدرات الدفاعية للفريق الأخر هي التي تحدد أسلوب تنفيذ ضربة الزاوية ، وكذلك :

- قدرة اللاعب على توجيه الكرة الى مكان معين .
 - قدرة حامي الهدف على الخروج ومسك الكرات .
 - القدرة على تنفيذ العاب الهواء (النطح) .
 - مقدرة المهاجمين على اللعب بالرأس .
- ولتحقيق تفوق عددي للفريق المهاجم فالكثير من المدربين يفضلون ان يقوم أحد لاعبي خط الوسط أو الدفاع بتنفيذ الضربة .

الفريق الذي لا يحسن لاعبيه التحرر من الخصم واحتلال الفراغ من الأفضل لديه لعب ضربة الزاوية بشكل مباشر .

وقد يفضل بعض المدربين أن تكون الضربة الغير مباشرة مثل مناولة الى الزميل لتقريب الكرة عن مرمى الخصم أو إحراز بعض الثغرات من خلال التحركات لاستثمارها في التهديف .

رابعاً - خطط الرمية الجانبية :

وهي فرصة يمنحها القانون للفريق المنفذ للبدء بالهجوم والاستحواذ على الكرة وقد تنفذ بشكل مباشر عند قربها من مرمى الفريق الخصم أو تنفذ للبدء بالاستحواذ على الكرة وبناء الهجوم وقد يقوم أقرب لاعب للكرة بالتنفيذ عندما يراد الإسراع في التنفيذ أو قيام لاعب متخصص في تنفيذ الرميات الجانبية لتشكيل خطورة مباشرة أو قيام احد لاعبي الدفاع بالتنفيذ لتوفير تفوق عددي للفريق المنفذ والغاية في التنفيذ هي التحرر من الخصم لاحتلال الفراغ والبدء بالهجوم .

وتمنح الرمية الجانبية عندما يخرج الكرة احد لاعبي الفريق الآخر من الخط الجانبي للملعب .

خامساً - خطط ضربة الهدف وعملية إسقاط الكرة :

وتمنح عندما يخرج احد لاعبي الفريق المهاجم الكرة من خط الهدف للفريق المدافع ، وهي فرصة للاستحواذ على الكرة والبدء في بناء الهجوم وتوجد عدة طرق للتنفيذ انسجاماً مع وضعية لاعبي الفريقين ، وهي :

1 - المناولة الطويلة الى لاعب معين .

2 - المناولة القصيرة خارج منطقة الجزاء لبناء هجوم ولبعد ضربة الهدف عن
مرمى الفريق الخصم لذلك فإن أفضل تنفيذ هو المناولة الدقيقة لبناء الهجوم من
خلال الاستحواذ على الكرة .

ويقوم أحد لاعبي الدفاع بتنفيذ الضربة أو حامي الهدف لتخفيف الجهد عن
المدافعين وكذلك الحال بالنسبة الى عملية إسقاط الكرة مع قلة تنفيذها في المباراة
فإنها تعتبر وسيلة للاستحواذ على الكرة وبناء الهجوم من خلال الالتزام بالتنفيذ
الصحيح لعملية إسقاط الكرة .

سادساً - ضربة البداية :

وتمنح للفريق في بداية كل شوط من المباراة أو الأشواط الإضافية وعند إحراز
الفريق المقابل هدف ، وهي ضربة يمكن إحراز هدف مباشر منها في مرمى الفريق
المضاد أن توفرت الظروف المناسبة للتنفيذ المباشر .

إلا إنها عموماً تستخدم كوسيلة للاستحواذ على الكرة وبناء الهجوم من خلال
المناولات التي تكون قصيرة أو طويلة .