

الفصل الثالث: أواسط كرة القدم

تمهيد

- 3-1-1- تعريف فئة الأواسط.
- 3-2-1- خصوصيات فئة الأواسط.
- 3-2-1-1- الخصوصيات المرفولوجية.
- 3-2-2-1- الخصوصيات الفيزيولوجية.
- 3-2-3- الخصوصيات النفسية.
- 3-3- تصنيف فئات العمر للاعبي كرة القدم حسب الفدرالية الفرنسية.

تمهيد:

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الفرد لأنها المرحلة التي يتم فيها إعداد الفرد المراهق ليصبح مواطناً يتحمل مسؤوليات المشاركة في نشاط المجتمع و فيها تتكون شخصيته و تتحدد مقوماتها، ويتم في هذه الفترة نضج الوظائف البيولوجية و الفيزيولوجية، كما يبلغ الفرد طوله النهائي و كذلك يتم فيها نضجه العقلي و الوجداني و الاجتماعي و تحتاج هذه الفترة إلى عناية خاصة من طرف المدربين من حيث أسلوب التعامل، فلا بد أن تتاح الفرصة الكافية للمراهق للتعبير عن نفسه و لاستعمال إمكانياته و قدراته الجديدة و إعطائه الثقة بالنفس .

3-1- تعريف فئة الأواسط:

إذا كنا بصدد التحدث عن فئة الأواسط أو المرحلة الممتدة ما بين 17-21 سنة فإننا نسلط الضوء على مرحلة حاسمة في حياة الفرد و هي ما يسميها علماء النفس بمرحلة المراهقة المتأخرة، و هي إلا مرحلة تدعيم التوازن المكتسب من المرحلة السابقة و يتم تأكيده في هذه الفترة إذ أن الحياة في هذه المرحلة تأخذ طابعا آخر و فيها يتجه الفرد محاولا أن يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه و يوائم بين تلك المشاعر الجديدة و الظروف البيئية لتحدد موقعه من هؤلاء الناضجين و محاولة التعود على ضبط النفس و الابتعاد عن العزلة و الانطواء تحت لواء الجماعة، فتقل نزاعاته فيدرس المراهق كيفية الدخول في الحياة المهنية ، و تتوسع علاقاته الاجتماعية مع تحديد اتجاهاته إزاء الشؤون السياسية و الاجتماعية و الثقافية و الرياضية و إزاء العمل الذي يسعى إليه¹.

3-2- خصوصيات فئة الأواسط:**3-2-1- الخصوصيات المرفولوجية:**

نسجل في هذه المرحلة زيادة في الطول حوالي 2 سم في كل عام والذي يتمركز على تطور الجذع. زيادة في الوزن 3 كلغ في العام.

- نهاية التطور الجنسي الذي يرفق بالنمر العضلي عند الأطفال (ذكور) وظهور الشحم في الحوض عند البنات.

3-2-2- الخصوصيات الفيزيولوجية:

- نلاحظ من الناحية الفيزيولوجية بأن القفص الصدري، أكثر راحة في عملية التنفس عند السن 18 سنة.

- القدرة الرئوية 3500 سم³ (بفضل تطور العضلة القلبية عامة وتطور أعضائها خاصة).

1- نوري الحافظ: لمراهقة، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، الطبعة الثانية 1990 ص 48.

- نلاحظ أيضا بطيء في الإيقاع القلبي، الذي يصل إلى معدل حوالي 70 نبضة في الدقيقة وكذلك في الإيقاع النفسي.

3-2-3- الخصوصيات النفسية:

تختص هذه المرحلة بتأهيل المراهق على تنفيذ عمليات ذهنية مثل أنه مؤهل على الدخول في مجموعة اجتماعية ويكون له رد فعل على الحالات المتعددة سواء كانت سلبية أو ايجابية إما المعقدة أو البسيطة فالمدرّب أو المربي يجب أن يرغبه على حمل يفوق قدرته أي (يجب عليه ألا يتجاوز الحمولة الملائمة).

3-3- تصنيف فئات العمر للاعبين كرة القدم حسب الفدرالية الفرنسية (FFF) والأوربية (UEFA):

لقد تم تصنيف مخلف الفئات حسب الأعمار في 6.7 فيفري 1979 من طرف الاتحاد الأوربي لكرة القدم "UEFA" أين دعت مختلف الجمعيات الرياضية لتطبيق نفس الفئات العمرية لدى الشبان باتخاذ تاريخ 01 أوت كتاريخ التأهيل الذي أصبح في 01 جانفي.

أما بالنسبة للفدرالية الفرنسية لكرة القدم "FFF" وبمقتضى قرار 31 لقانونها العام يعطى التقسيم التالي للفئات:

- ثلاثة فئات شبانية حتى 12 أصاغر 1 2.
- من 12 إلى 15 سنة فئة الأشبال 1 2.
- ما فوق سن 34 قداماء¹.

الجدول رقم 01: يمثل تصنيف الفئات حسب السن لدى لاعبي كرة القدم.

1- Maurice (v) et Dean (p) : Foot Ball la forme des champion, édition, Chiron Paris, Année 1997 ; OS.p45

السن	الفدرالية الفرنسية لكرة القدم "FFF"	الاتحاد الأوربي لكرة القدم "UEFA"	صنف
حتى 9 سنة	1 أزغب 1 Poussins	أواسط	صنف
من 9 إلى 10 سنة	2 . أزغب 2 Poussins	E1	
من 10 إلى 11 سنة	1 . شبل 1 Pupilles	أواسط	صنف
من 11 إلى 12 سنة	2 . شبل 2 Pupilles	E2	
من 12 إلى 13 سنة	1 . أشبال 1 Minimes	أواسط	صنف
من 13 إلى 14 سنة	2 أشبال 2 Minimes2	D2	
من 14 إلى 15 سنة	. مدرسي Scolaires	أواسط	صنف
من 15 إلى 16 سنة	. أشبال D1 Cades	D1	
من 16 إلى 17 سنة	أواسط 1 Juniors1	أواسط	صنف
من 17 إلى 18 سنة	. أواسط C2 Juniors UEFA	C2	
من 18 إلى 19 سنة	. أواسط Juniors UEFA	أواسط	صنف
		C1	
		أواسط	صنف
		B2	
		أواسط	صنف
		B1	
		أواسط	صنف
		A2	
		أواسط	صنف
		A1	
		أواسط	صنف
		A1	

جدول رقم 02: تصنيف الفئات حسب الأعمار لدى الفدرالية الدولية للرياضة المدرسية (UNSS)¹.

اللعبة	مدة (المباراة)	السن		الفئة	كرة القدم	الخصائص
		IFF	UNSS			
	15*2 دقيقة		من 1/25-1/26	المبتدئين		A5
	20*2 دقيقة		1/27 سنة			
	25*2 دقيقة	u.s.e.p	-1/29-1/28	Poussins	أصغر	A7
	20*2 دقيقة		-1/211-1/210	pupilles	ذكور	الاختلاط ممکن (MIXTE)
	25*2 دقيقة		1/212 سنة	Benjamines1	أصغر	
			-1/29-1/28	benjamines2	إناث	
			-1/211-1/210			
	25*2 د fff	-12-11	من 1/211	Pupilles	أصغر	A11 ذكور
	20*2 د unss	13 سنة	-1/213-1/212	Minime	أصغر	
	35*2 د fff	15-14	1/214 سنة			
	30*2 د unss	سنة	1/216-1/215	Cadets	الأشبال	
	40*2 د fff	17-16	سنة	Juniors	الأواسط	
	30*2 د unss	سنة	1/218-1/217			
	50*2 د	-19-18	سنة	Seniors	الأكابر	
		20 وما فوق	1/234-1/219	Vétérans	القدماء	
	30*2 د		1/214-1/213	Cadettes 1	شبلات 1	A11 إناث
	35*2 د		1/216-1/215	Cadettes 2	شبلات 2	
	40*2 د		أكبر من 1/216 سنة	Cadettes 3	شبلات 3	

جدول رقم 03: يمثل تصنيف الفئات حسب الأعمار عند الفدرالية الجزائرية لكرة القدم "FAF" خلال الموسم الكروي 2006/2005 على النحو التالي 1.

1- Jorlle: Football, Edition, RENEEPS, 1988, P.13

الفئة	السن
الأكابر	المولود قبل 1 جانفي 1986
الأواسط (U.20)	المولودين في عام 1987 - 1988 - 1999
الأشبال (U.17)	المولودين في عام 1992 و 1993
الأصاغر (u.15)	المولودين في عام 1994 و 1995
الأصاغر (u.13)	المولودين 1996 - 1997