



تمهيد

يعتبر التصويب الوسيلة الأساسية لإحراز الأهداف وبواسطته يمكن إنهاء الجهد المبذول في بدء الهجوم وبنائه وتطويره وإنهائه حيث أن ميزة التصويب من مسافة بعيدة هو اجتياز هذه الضربات من المدافعين والمهاجمين وربما عدم رؤية حارس المرمى لها ، ويجب أن لا يفوت اللاعب أي فرصة للتهديف والتصويب على المرمى لا يتم بالقدم فقط ، بل يتم أيضا بالرأس لكن أقل نسبة من حيث التهديف مقارنة بالقدم وكلما ازدادت خبرة اللاعب وتدريبه على التصويب أمكنه التصويب في مكان المناسب من المرمى وبالقوة المناسبة . (مفتي إبراهيم ، 1990، ص 137-138).



1- ماهية الدقة وأهميتها

كلمة الدقة بمعناها العلمي هي القدرة على توجيه الحركات الإرادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين ، وهذا يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العضلي والعصبي ، فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات الإرادية لتوجيهها نحو هدف معين ، كما يتطلب الأمر أن تكون الإشارات العصبية الواردة إلى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه ، سواء كانت موجهة إلى العضلات المقابلة لها ، حتى تؤدي الحركة في الاتجاه المطلوب بالدقة اللازمة لإصابة الهدف فإذا حدث خلل في الإشارات الواردة فإن ذلك يؤثر على دقة الحركة ومن المشاهد أن الحركات الدقيقة يكون فيها الفرق بين قوة انقباض العضلات العاملة والعضلات المقابلة لها قليلا .

ومن كل هذا يتضح أن الدقة تعني الكفاءة في إصابة الهدف ، وقد يكون هذا الهدف هو المرمى ، كما هو الحال في كرة القدم، وتعتبر الدقة كعامل مهم في كرة القدم إذ يتوقف عليها إصابة الهدف وبالتالي تحقيق الفوز ، ويجب أن تقاس في المجالات الرياضية وفقا لطبيعة اللعبة ، ففي كرة القدم تقاس عن طريق تصويب الكرة على المرمى بالقدم .

والقدرة مرتبطة بالاتزان كما أثبتت دراسات حديثة كدراسة "محمد حسنين صبحي" عن العلاقة بين الذكاء وبعض مكونات اللياقة البدنية منها الدقة التي تثبت وجود ارتباط بين الدقة والتوازن بعامل +0.19 عند درجة معنوية 0.01 ويعرف "لارسون ويوكوم" الدقة بكونها قدرة الفرد على التحكم في حركاته الإرادية نحو هدف معين . (محمد صبحي حسين ، 1995 ، ص 11).

2- خصائص ومميزات التصويب نحو المرمى

2-1- التقنية في كرة القدم:

من المعروف أنه من قواعد كرة القدم توجد مجموعة الحركات التقنية التي توضح طريقة لعب كرة القدم ، والتقنية في كرة القدم تتميز بتنوع حركي كبير وتغييرات مرتبطة بالحركة ، كما أنه يشترط على لاعب كرة القدم امتلاك رصيد تقني جيد يكون كقاعدة ضرورية للتعامل مع مختلف الوضعيات للمواجهة أثناء المقابلات . (سعد سعود فؤاد ، 2002 ، ص 12)

2-2- تعريف التصويب في كرة القدم

يعرفه "Claude Bayer" على أنه نقطة قوة اللعب وقرار يعمل على جلب التفوق في الهجوم . في حين يقول "H.FIRAN&N.MASSANO" أن التصويب هو عبارة عن خاتمة لتسلسل أفعال وعلاقات نوعا ما معقدة بين اللاعبين .

والتصويب حسب "Jean Defaur" هو النتيجة الأخيرة لكل عمل هجومي سواء فردياً أو جماعياً ويحتم على المنفذ اندفاعاً بدنياً كلياً أثناء التنفيذ سعد سعود فؤاد: مذكرة ماجستير ، المرجع السابق ، ص 13

وحسب "كمال لموي" هو كل محاولة لإرسال الكرة نحو المرمى بحيث تكون القذفة مصوبة كما ينبغي . (FREDO GAREL:, 1983, p 11)



2-3- الشروط والمبادئ القاعدية في التصويب

2-3-1- الدقة في الاتجاه

الدقة في الاتجاه تلي لتوجيه مساحة التصويب لذا فهي تخضع إلى:

- توجيه قدم الارتكاز وكذا مساحة الاتصال في الاتجاه المراد .
- الحوض يكون عموديا في هذا الاتجاه المراد.
- تثبيت رجل الارتكاز (نصف مثبتة) .

وهناك مبادئ خاصة بالحركة هي :

- تتطلب ضرب الكرة إلى نقطة محددة .
- بعد أقصى لمسافة التصويب.
- صلابة الرسغ.

- توجيه ركبة التصويب تبعا للمسار المراد بعد الارتطام بالكرة .

2-3-2- عناصر الدقة في العلو: غير بعيد عن المعطيات الخارجية المحددة للمسار والمرتكزة أساسا

وخصوصا على اتجاه التصويب فإن هذه الأخيرة مشترطة ب:

- وضعية قدم الارتكاز.

- توجيه مساحة الاتصال (التلامس).

- المكان الموجه إليه الكرة بعد القذف .

إن توجيه خط الركبة ومساحة التلامس عموديا هو عنصر أساس في تحديد اتجاه القذف أو التصويب سواء

كان تصويبا أفقيا أو إلى الأعلى. (سعد سعود فواد ، المرجع السابق ، ص 14)

أ- التصويب إلى الأعلى: أثناء الاصطدام يكون مائلا إلى الأعلى ، فقدم الارتكاز مزاحة بالنسبة للكرة

و تطبيقيا كلما كانت قدم الارتكاز مبعدة عن الكرة كلما كانت زاوية القذف معتبرة.

ب- التصويب الأفقي: أثناء التلامس أو الاصطدام اتجاه التصويب يكون أفقيا وقدم الارتكاز إذن مع

مستوى الكرة ، وقدم التصويب موجهة شاقوليا نحو اتجاه المسار (ممددة نحو الأفق) .

2-3-3- عناصر القوة في التصويب

عرض مختلف العوامل يفترض وجود :

- استطاعة عضلية.

- اتزان جيد وصلابة الارتكازات.

- سعة الاتزان لكل السلسلة المفصلية المشاركة في الحركة .

- سرعة تثبيت مساحة التلامس.



- صلابة مساحة التلامس وكذا مواقع مفصل الدم، الركبة و الحوض .
- ضرورة الوصول إلى الكرة بسرعة حدية ، وإعطاء دفع على رجل الارتكاز ثم السقوط بعد التلامس على قدم الارتكاز.

2-4- تصنيفات التصويب نحو المرمى

يعتمد التصويب على ثلاث جوانب هي:

- 2-4-1- قدم الارتكاز: وضعيتها تحدد المسار المعطى للكرة إذ كونها بجانب الكرة يسمح بإعطاء مسار منخفض لها، وعلى العكس من ذلك فكونها خلف الكرة يساهم في إعطاء الكرة مسارا هوائيا (عاليا)، كما يجب أن تحمل وزن الجسم الذي يتواجد في اتزان غير ثابت أثناء التنفيذ.
- 2-4-2- رجل التصويب: يشترط تثبيت رسغ القدم المصوبة التي تسمح بتحويل حدي للقوة مع امتداد للفخذ وانشاء للركبة .

- 2-4-3- الجذع: باعتبار التصويب كحركة كلية للجسم فإن وضعية الجذع تحدد أيضا مسار الكرة فجدع مثني إلى الأمام (منحني) يحدد مسارا أرضيا للكرة أما الإنحاء إلى الخلف فيسمح بتصويب عال (هوائيا). (سعد سعود فؤاد: ، المرجع السابق،ص 15)

2-5- أصناف التصويب

2-5-1- حسب مساحات التلامس

- تصويب بعنق القدم.
- تصويب بداخل عنق القدم.
- تصويب بخارج عنق القدم .

2-5-2- حسب شدة التصويب

- التصويب القوي.
- التصويب المركز.

2-5-3- حسب مسار الكرة

- تصويب ممدد.
- تصويب أرضي .
- تصويب هوائي أو نصف عالي.
- تصويبات طويلة أو قصيرة.

2-5-4- حسب حركة أو وضعية الكرة أثناء التصويب

- تصويب لكرة ثابتة أو متحركة .
- تصويب لكرة أرضية أو هوائية .



- تصويب لكرة تتدحرج.

2-5-5- التصويب بالقدم

كلا القدمين يمكن استعمالهما ، ويتجسد التصويب :

- بعد قيادة الكرة.
- بعد مراقبة الكرة.
- بدون مراقبة للكرة سواء جاءت مدحرجة على الأرض أو في الهواء.
- كرة عالية محلقة قبل اصطدامها بالأرض.
- نصف محلقة بعد اصطدامها بالأرض .
- كرة ثابتة (مخالفات مباشرة - ضربات الجزاء) .

2-5-6- تصويبات خاصة :تجمع هنا كل من ضربة الفرشاة والضربات المقصية وكل التصويبات التي يكون

فيها اللاعب في وضعية استثنائية فضربة الفرشاة تحصل بضرب الكرة بزاوية ميل ، مما يعطيها حركة مزدوجة (حركة دورانية حول نفسها).

ومسار كرة مفرشته يقوس بفعل دوراني في اتجاه الدوران ، ويعاق دورانها بالاحتكاك على الأرض بينما يساعدها العلو ، أما الضربة المقصية تتطلب رشاقة عالية وتوازنا جيدا للجسم ومع مرونة هائلة و خاصة توقيع صحيح للمسافة بين الجسم والكرة . (سعد سعود فؤاد : ، المرجع السابق، ص 16).

2-6- أنواع التصويب

يمكن أن نقسم تكتيك مهارة التسديد إلى قسمين حسب حالات اللعب التي يمكن أن يجدها في مباراة

كرة القدم وهي :

- التسديد من الثبات .
- التسديد من الحركة .

2-6-1- التسديد من الثبات: يمكن أن نجد هذا النوع من التسديد في مباراة كرة القدم في حالة خاصة

منها ضرب الكرات الثابتة مباشرة وغير المباشرة ، ويتطلب هذا النوع من التسديد تقديم مجهود جيد أي أداء للمهارات بالطريقة الفنية المفروضة زد على ذلك فالقوة والدقة مطلوبتان لنجاح الضربة .

2-6-2- التسديد من الحركة : وهي الحالة الأكثر انتشارا في كرة القدم ، اعتبارا أن مباراة كرة القدم تتم

في حالة جري التي تمنح فرص أكثر للتهديف والتسديد خاصة في الحالات التي يصعب التخلص فيها من مراقبة الخصم .



2-7-7- كيفية التصويب في كرة القدم

هناك عدة إمكانيات للتسديد أثناء مباراة كرة القدم، ولهذا فعلينا أن نهيئ ونحضر اللاعب لكل الحالات التي يمكن أن تطرح له خلال المقابلة .

2-7-1- ضرب الكرة بوجه القدم : يعتبر هذا النوع من الضربات من أصعب الأنواع وهو ليس سهلا كما يتصور البعض ، والأصعب الكبير من القدم غالبا ما يصاب عندما يكون التنفيذ غير صحيح وتستخدم هذه الطريقة إما بطريقة مستقيمة أو لولبية وتستخدم في ضربات المرمى والضربات الحرة المباشرة القوية ولتمرير الطويل والسريع ، ومن عيوبها أنها لا تغطي دقة اللعب .

2-7-2- ضرب الكرة بالقسم الجانبي من القدم (القسم الداخلي) : تستخدم للمناولات القريبة والبعيدة والعريضة وكذلك للمناولات اللولبية وكذلك الضربات المباشرة وغير المباشرة .

2-7-3- ضرب الكرة بالقسم الخارجي من القدم : تعتبر هذه المهارة من الضربات التي تخدم الأغراض التكتيكية حيث يلعب التكتيك هنا دورا كبيرا ويستخدم هذا النوع من الضربات للتسجيل من مناطق بعيدة إلى جانب التمريرات الطويلة والقصيرة (محمد محمّد حامد الافندي : 1971، ص 43).

2-7-4- الضربة المنخفضة : يتميز هذا النوع من الضرب بالطريقة التي يضرب بها القدم للكرة ، إذ يحتفظ بالنشاط متجها إلى الأسفل حتى يرسل ظهر الكرة على الأرض ، حيث إذا كانت الركبة بعيدة جدا خلف الكرة فإن ظهر القدم يرسل الكرة إلى الأعلى بعيدا عن سطح الأرض .

2-7-5- الضربة غير المألوفة : نلاحظ هذا النوع من الضربات في المستويات العالية حيث يضطر اللاعبون على أداء طرق غير عادية للوصول إلى الكرة وذلك باستعمال الزحف والركب وهم قادرون على ضرب الكرة .

2-7-6- الضربة الخاطفة : تتم هذه الضربة بسرعة فائقة وهذا من أجل تجنب قدم اللاعبين من المتابعة ومن مميزات هذه الضربة هي حدة الحركة التي تجعل منها ضربة جديدة .

2-7-7- ضرب الكرة من الدوران : وهذه الحركة غالبا ما نلاحظها في المقابلات الوطنية وهي موجودة بكثرة في المستويات العالية ونجدها في الهجوم حيث تتم بطريقة فنية لتسجيل الأهداف .

2-7-8- الضربة بخلف العقب : تستخدم هذه الضربة لخداع الخصم ، وهي من الضربات الفنية والاستعراضية ، كما يمكن عن طريقها استعمال تمريرات قصيرة وتسجيل أهداف جميلة .

2-7-9- الضربة الطائرة والنصف طائرة : تستعمل هذه الضربة عندما تكون الكرة في الهواء وفي توجيه ضربات منخفضة بعيدة المدى ، مما يحدد ارتفاع الكرة نوع الضربة الطائرة ، الضربة النصف طائرة تتطلب إحساسا سليما لاتصال الكرة بظهر القدم لحظة ارتداد الكرة بالضبط .



2-7-10- الضربة المرفوعة : نجد هذا النوع من الضربات بكثرة في المقابلات بحيث أنها تستعمل للمناولات الطويلة والعريضة والضربات الطويلة و القصيرة للتسديد ، كما تحدد وضعية الجسم ارتفاع الكرة بالإضافة أن هذه الضربة تخدم الأغراض التكتيكية (محمد محمّد حامد الأفندي : المرجع السابق، ص44)

2-8- منهجية التصويب في كرة القدم

إن المدرب ملزم بتقديم منهجية التسديد للاعبين أثناء التدريب وهذا اعتماداً على كل الدارسات التي قام بها الأخصائيون في الميدان كي يصل إلى تحقيق غرضه ألا وهو الأداء الجيد والتحكم في الكرة أثناء التسديد وأثناء تقديم الحصة التدريبية يجب على المدرب أن يراعي قدرات اللاعبين حيث يجب أن يتبع المبدأ البيداغوجي من السهل إلى الصعب ويعطي لكل تمرين الوقت اللازم لتثبيته في أذهان اللاعبين، كما أنه يزيدهم ببعض النصائح كي تكون القذفة مصوبة من حيث القوة والتوجيه .

- ساق الارتكاز يكون بعد 10 إلى 15 سم بجانب الكرة .

- اليد تكون مع الساق المرتكز عليها إلى الأمام واليد الأخرى إلى الخلف .

- النظر إلى الكرة أثناء التسديد ضروري .

وتوجد عدة طرق تستعمل أثناء التدريب على مهارة التسديد تحدث عنها الدكتور "محمود عوض بسيوني" تتمثل في طريقة المحاولة والخطأ كلاهما تعتمد على إعادة المهارات مرات عديدة .

2-8-1- التصويب أثناء التدريب : إن حالات اللاعبين أثناء التدريب تختلف عنها في المنافسات وخاصة من الناحية النفسية ، لهذا على المدربين اغتنام هذه الحالة النفسية في تعويد اللاعب على التسديد وتطبيق القواعد الأساسية أثناء تسديد الكرة ، بالإضافة إلى هذا يجب خلق جو منافسة أثناء التدريب وذلك بخلق التنافس بين اللاعبين خاصة العمل الجاد ومنع كل المحاولات من طرف المدافعين .

2-8-2- التصويب أثناء الجري : بما أن الجري جزء لا يتجزء من لعبة كرة القدم فعلى المدرب أن يعتمد على الحالات التي يتلقاها اللاعب أثناء المنافسات ومنها الجري ، وهذا بتقديم تمارين وحالات خاصة للتسديد أثناء الجري .

هذا ما يسهل على اللاعبين التسديد بسرعة ومباغته المدافعين والحارس في نفس الوقت أثناء المنافسة .

2-8-3- التصويب في الحالات الصعبة : نقصد بها الحالات التي يجدها اللاعب في المنافسات الرسمية أي وجود المهاجمين بين مجموعة من المدافعين الذين يعملون " بدون تسامح" في إطار الروح الرياضية من أجل منع المهاجمين من التسديد وتسجيل الأهداف .

وبما أن هذه الحالة توجد بكثرة أثناء المنافسات الرسمية فعلى المدرب الإكثار منها. (أحمد سعيد-أحمد قاسمي-حسن

المنذلامي: 1997، ص10)



2- 8 -4 - التصويب أثناء اللعب : نقصد به التسديد أثناء المقابلات الودية التي يجريها الفريق أو مقابلات بين عناصر الفريق ، وتعتبر هذه الطريقة جد ايجابية وفعالة بحيث تجعل اللعب في حقيقة المقابلة ولهذا يجب الاعتماد على هذه الطريقة لأنها تسمح للمدرب من تعيين نقاط الضعف والقوة للفريق واللاعبين . وكل هذه الحالات التي سلف ذكرها إذا اعتمدنا عليها في التدريب وطبعت بجدية فإنها تعطي نتائجها الايجابية وترفع من مردودية وفعالية التسديد أثناء المنافسات الرسمية .

2-9- العوامل الأساسية لدقة التصويب

2- 9 -1- العامل النفسي

ويدخل تحت هذا العمل مجموعة صفات هي :

- العزيمة والإرادة وقوة التصميم لدى اللاعب، وهي تتمثل في عدم تردده في التصويب كلما سمحت له الفرصة .

- قدرة اللاعب على التركيز عند التصويب

- هدوء اللاعب عند التصويب .

- ثقته بنفسه وبمقدرته .

- مدى اتساع زاوية رؤيته للملعب وخاصة المرمى وما حوله .

2- 9 -2- العامل البدني

واهم ما يؤثر في ذلك هو :

أ- قوة اللاعب التي تساعد على التصويب بقوة مما يؤثر نفسيا على المدافعين خاصة حارس المرمى ، كما أن قوة اللاعب تجعله يتفوق بدنيا على الخصم في لحظة التصويب خاصة وهما يتنافسان على الكرة بل التصويب .
ب- رشاقة ومرونة اللاعب التي تجعله يستطيع أن يأخذ الوضع الصحيح عند التصويب أو عند الربط بين الخداع والتصويب .

2- 9 -3- العامل الفني

ويتمثل هذا في إجادة اللاعب مهارة التصويب بأي جزء من أجزاء القدم أو الرأس، من أي مكان من الملعب سواء من الحركة أو الثابت أو الوثب ، ومن أي وضع يتخذه الجسم .

2- 10 - الأساليب التي يعتمد عليها التصويب

عند تحليل التصويب نجد أن هناك ثلاث أساليب تعتمد عليها الطريقة الصحيحة للتصويب

2- 10 -1- كيف يصوب اللاعب

- هل يصوب مباشرة أو بعد إيقاف الكرة .

- بأي قدم يصوب اللاعب و قوة و سرعة الضربة.



- ماهي طريقة التصويب ، ما معنى ذلك بأي جزء من القدم يركل اللاعب الكرة (لحمر عبد الحق ، فيصل رشيد عياش الدليمي:كرة القدم ،مستغانم،1997،ص62)

2- 10- 2- متى يصوب اللاعب

من الطبيعي أن يكون التصويب في اللحظة المناسبة وهي التي تكون:

- قبل أن يضرب المدافع الكرة من أمام المهاجم .
- عندما يكون الطريق إلى المرمى خاليا .
- عندما يتحرك حارس المرمى إلى الأمام أو الجانب .
- عندما يكون هناك مدافع يحجب الكرة عن حارس المرمى .
- عندما لا يتوقع المدافع أو حارس المرمى التصويب .

2- 10- 3- أين يصوب اللاعب

من البديهي أن يصوب اللاعب في المكان المناسب ويعني ذلك :

- أن يكون التصويب في الزاوية المفتوحة وليس في الزاوية الضيقة .
- يكون التصويب من مسافة معقولة وليس من مسافة بعيدة .
- تصويب الكرة غالبا ما يكون أرضيا .

وعلى كل هذا يتوقف مكان التصويب على مقدرة حارس المرمى وطبيعة أرض الملعب أيضا .

2- 11- مناطق وزوايا التصويب

إن اللاعب الجيد قبل أن يصوب يجب أن يعرف مكان التصويب ما إذا كان جيدا أم لا ، كما يجب أن يحدد مكان الحارس والمدافعين أثناء التنفيذ ولهذا الغرض قام Alan AZHAR بتحديد مناطق التصويب نحو المرمى و هي:

2- 11- 1- منطقة الفعالية (zone défficacité):

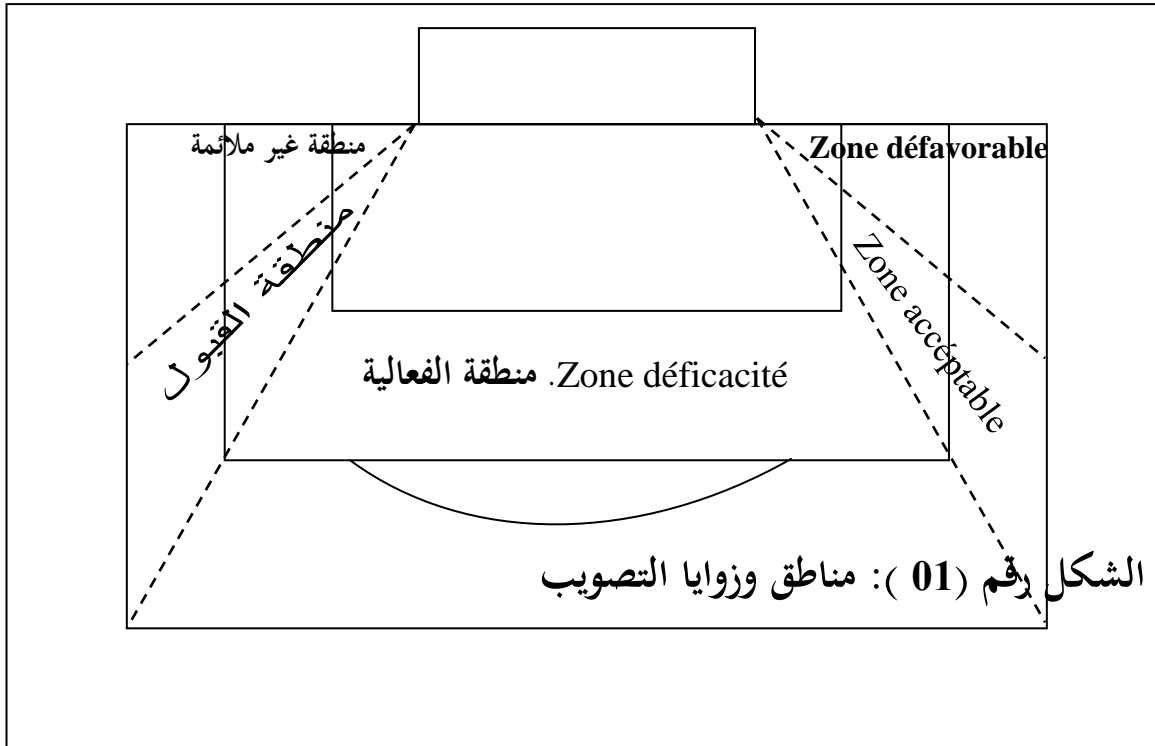
وفيها يجب أن يكون التصويب مركزا وبدقة عالية ، كما يجب أن يكون الهجوم مركزا على هذه المنطقة بأكبر عدد من المهاجمين .

2- 11- 2- منطقة مقبولة (zone acceptable):

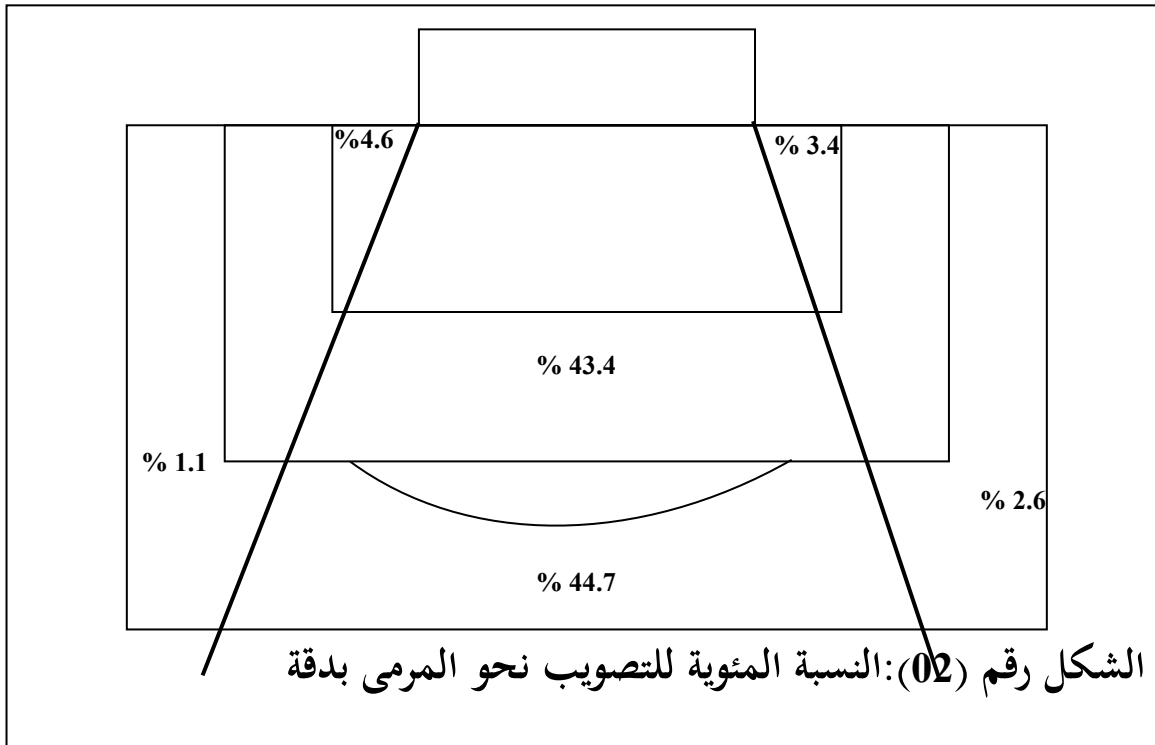
التصويب أثناء اختلال دفاع الخصم أو أثناء تمرکز غير جيد للحارس ، أو في حالة تمرکز للمدافعين في منطقة الفعالية بشكل يسمح للمهاجم من البقاء منفردا في المنطقة وبالتالي تصير أخطر منطقة على الفريق والتي تقل فيها زوايا التصويب والتسجيل من هذه المنطقة ولا

يتسنى ذلك إلا للاعب الجيد والموهوب الذي يغالط الحارس والشكل رقم (01) يبين ذلك

(ALAN AZHAR;1992;p 42)



وهناك دراسة أخرى أجريت من طرف WRZOS مشاراً إليها لدى J. F.GREHAIGNE تبين النسب المئوية للتصويب المدقق ووضعيتها تنفيذها على الفرق الملاحظة وهي ملخصة في الشكل رقم (02) (سعد سعود فؤاد : مرجع سابق، ص)





2-12-2- التحليل التقني للتصويب بالقدم

يتجسد التحليل عند ملامسة القدم للكرة ، لذا يجب دراسة وتوضيح الوضعية القاعدية ، معناه منطقة الارتكاز هي الأرض.

2-12-2-1- قدم الارتكاز

- توضع على علو الكرة مزاحة قليلا إلى الجانب بحوالي 12 إلى 15 سم .
- مقدمة القدم موجهة نحو الهدف المراد التصويب نحوه.
- الارتكاز يجب أن يكون صلبا ، معنى أن تكون القدم مثبتة جيدا على الأرض.

2-12-2-2- رجل الارتكاز

- الركبة مثنية بحيث وضعيتها تحدد الإتجاه المراد للكرة.

2-12-2-3- الجذع

- منحني إلى الامام فوق الكرة .

2-12-2-4- الذراعين

- متوازيتين ، بحيث يوجه الذراع الأيسر إلى الأمام والأيمن يرمى إلى الخلف عند التصويب بالقدم اليمنى و العكس عند التصويب بالقدم اليسرى.

2-12-2-5- الرأس والعينين

- مثبته على الكرة أثناء التصويب.

2-12-2-6- رجل التصويب

- ركبة مثنية مسلحة وترك الكرة عند هبوطها.

2-12-2-7- قدم التصويب: وضعها يتغير من 0°-90° .

- 0° بالوجه، التصويب يكون بعنق القدم ، أو مقدمة القدم.
- بفتح الزاوية نحو 90°: يمكن التصويب هنا بداخل القدم أو بخارجها .

2-12-2-8- الحوض: تلعب وضعيته دورا هاما لدقة الحركة وقوتها ، لأنه إذا تزحج الحوض إلى الوراء أثناء

التصويب ، فإن الكرة تصعد عاليا بسبب رجوع الجذع إلى الوراء مما يعطي للكرة مسارا نحو الأعلى. (سعد سعود فواد: المرجع السابق، ص 18)

* مساحات التلامس

- عنق القدم: يجب أن تكون القدم في تمدد تام ومفصل الرسغ القديمي مثبت ومقدمة القدم تكاد تلامس الأرض ، وقدم الإرتكاز مثبته على الأرض جيدا وموجهة نحو اتجاه التصويب الذي يكون سريعا وقويا.
- داخل القدم: القوة تكون نوعا ما أقل لكن بدقة أكبر لذا يستعمل داخل القدم للتصويب عن قريب مما يسمح من مغالطة حارس المرمى في تحديد مسار الكرة.



- خارج القدم: هو تصويب قوي نسبيا ويعطي الكرة مسارين:

* مسار ممدد : إذا كان التلامس مع الكرة مباشرا.

* مسار منحني: إذا كان التلامس مع الكرة مماسيا.

ويستعمل في غالب الأحيان مع الكرات القادمة من الجناح أو الكرات الثابتة.

- مقدمة القدم: هي حركة خاصة في التصويب لكنها نافعة لأنها تتطلب استعمالا سريعا للكرة رغم

نقص الدقة فيها إلا أنها فعالة في بعض المواقف من اللعب.

خلاصة

إن عملية التصويب نحو المرمى تمثل الهدف الأساسي الذي تسعى إليه الجماعة أو الأفراد خلال المقابلات الرسمية أو الودية، وهذا لأن عملية التصويب تعتبر خاتمة الهجوم ، وبما أن الهجومات أغلبها تنتهي بعملية تسديد ، فإن لهذا الأخير أهمية كبيرة في ميدان كرة القدم من حيث خصائصه ومميزاته ، والتصويب بحد ذاته يعتمد على شروط ومبادئ قاعدية من حيث الدقة في الإلتجاه وعناصر الدقة في العلو وعناصر القوة، كما يعتمد أيضا على تصنيفات خاصة به.

والتصويب نحو المرمى يكون إما في حالة الثبات أو في حالة الحركة ، وكيفية إجرائه يعتمد على عدة ضربات مختلفة كما يجب توفر وتعليم منهجية التسديد للاعبين أثناء التدريب ، ويدخل فيها عوامل أساسية بالإضافة إلى الأساليب المعتمد عليها ويكون التصويب من عدة مناطق مختلفة حيث تكون غير ملائمة أو مقبولة أو ذات فعالية كبيرة ، كما أن التركيز على دقة التصويب في الوحدات التدريبية من أهم ما يسمح للاعب في التقليل من إهدار الأهداف والمحاولات السانحة للتسجيل أثناء المباريات الرسمية .