



areacopa.com/ar/blog/ikhtibarat-
ntiqa-al-laibin-al-nashiin

اختبار الانتقاء - قائمة التحقق

قالب تخطيط لانتقاء مدته 90 دقيقة

أعدّ هذا المستند موقع areacopa.com.

المسؤول الرئيسي

التاريخ

الفريق

قبل أسبوع

تحضير يضمن ألا ينقص شيء يوم الانتقاء.

- ☐ تأكيد الموعد والملعب والساعة
- ☐ إغلاق قائمة المشاركين، وإرسال رسالة أولياء الأمور بالمسار
- ☐ إحاطة فريق المراقبين (مراقبان على الأقل لكل محطة)
- ☐ طباعة استمارات التقييم، رزمة لكل مراقب
- ☐ تجهيز صديرات بأرقام، وإعداد قائمة الرقم والاسم
- ☐ تجهيز المعدات (أقماع، وكرات، ومرايح، وأقلام، وحافظات أوراق بمشبك)

قبل 30 دقيقة من البدء

الخطوات الأخيرة قبل صافرة البداية.

- ☐ تجهيز المحطات والتأكد من سهولة التنقل بينها
- ☐ تعيين مراقبين لكل محطة وتوزيع الاستمارات
- ☐ مراجعة استقبال الأطفال باختصار
- ☐ تحديد منطقة أولياء الأمور بوضوح

تجهيز المحطات

المقاسات وعدد اللاعبين وقواعد المراقبة لكل محطة.

- ☐ المحطة 1: مربع 8 × 8 م، 4 لاعبين، كرتان، تمريرة واستلام بالتناوب
- ☐ المحطة 2: 1 ضد 1 مع زميل حر خلف المدافع
- ☐ المحطة 3: 4 ضد 4 مع جوكرين، مرميان صغيران، 4 دقائق لكل مباراة
- ☐ المحطة 4: 6 ضد 6 أو 7 ضد 7، و20 دقيقة متواصلة مع تبديلات انسيابية
- ☐ مراقبان لكل محطة، يدوّن كل منهما على حدة
- ☐ استمارة تقييم موحدة لكل محطة
- ☐ من 3 إلى 5 معايير لكل محطة، بمقياس من 1 إلى 4
- ☐ صديرات اللاعبين بأرقام على الصدر والظهر

خلال الـ 90 دقيقة

الجدول الزمني وقواعد الاستراحات.

- ☐ إجماء 10 دقائق، بهدوء ودون ضغط تقييم
- ☐ المحطات 1 إلى 3: 15 دقيقة لكل منها مع دقيقتين للانتقال، ثم المحطة 4: 20 دقيقة
- ☐ استراحات هادئة مع شرب الماء، ودون أحاديث مع أولياء الأمور في أثنائها
- ☐ المباراة الختامية مرحلة مراقبة مقصودة، لا ختام ترفيهي

محاور المراقبة لكل لاعب

انتبه إلى هذه النقاط الخمس التي تظهر بوضوح.

- ☐ اللمسة الأولى للكرة (القدم المستخدمة، وبقاء الكرة قابلة للعب)
- ☐ التوجه قبل استلام الكرة (النظر من فوق الكتف، والتوجه المسبق)
- ☐ سرعة اتخاذ القرار (عدد اللمسات حتى التصرف التالي)
- ☐ لغة الجسد بعد الخطأ وتحت الجهد
- ☐ قابلية التوجيه (Coachability) بعد ملاحظة قصيرة أثناء التمرين

مباشرة بعد النهاية (30 دقيقة)

التقييم في فريق المدربين قبل العودة إلى البيت.

- ☐ جمع فريق المدربين ومقارنة الاستمارات
- ☐ تحديد الحالات غير المختلف عليها (في الأعلى والأسفل)
- ☐ مناقشة الملاحظات المختلفة وتدوين أسبابها
- ☐ تدوين اختيار مبدئي، وإبلاغ أولياء الأمور في اليوم التالي فقط

