

ثانيا - طريقة اللعب (GAME METHOD) :

هذه الطريقة تحوي التمرينات الفنية والخططية والتي هي بصيغة اللعب . وتعطي هذه التمرينات في ساحة كرة القدم مع بعض التغيرات في ساحة اللعب وكبر الاهداف وعددها وعدد اللاعبين مع بعض الانظمة التي من الممكن ان تزيد في متعة اللاعبين وتهدف الى غرض يخطط له المدرب ، فمثلا اذا اردنا ان نطور ضربة الرأس فيجب ان نضع بعض الانظمة وهي ان التهديد يجب ان يكون بالرأس ، في هذه الحالة امكنا زيادة اللعب بالرأس عند المهاجم وكذلك عند المدافع . كما يمكننا وضع اربعة اهداف وبذلك تزيد في عدد المهاجمين المندفعين الى هدفين وكذلك عدد المدافعين المندفعين للذود عن مرماهم . يمكن بطريقة اللعب ان نحدد اهدافا كثيرة ومنها اللعب بلمستين او اللعب واحد اثنين مع التهديد او التمريرات الطويلة قبل كل تهديد . كما يمكننا ان نهدف الى غرض خططي (تكتيكي) دفاعي او هجومي ويمكن التركيز كذلك على الدفاع الشخصي او ملازمة رجل لرجل . كل هذا يمكن انجازه باستخدام طريقة اللعب ، وفي الوقت نفسه فان طريقة اللعب تحفز اللاعبين وتغير حالة التمرين من حالة الروتين والتكرار الى حالة المتعة والمنافسة وبالتالي يمكن ان يكون هناك اندفاع اكثر بعد حالة روتين . باستخدام طريقة اللعب يمكن خلق حالة التنافس الحقيقية وتطبيق ماتعلمه اللاعب اثناء شروح الحالات الخططية (التاكتيكية) المعقدة ، كما يمكن بطريقة اللعب تطوير حالة اللياقة البدنية .

ثالثا - الطريقة المركبة (THE COMPLEX METHOD) :

اسم هذه الطريقة يدل على ان اكثر من حالة يمكن استخدامها في تمرين واحد اي : يمكن الجمع في تمرين واحد ، المهارة الفنية والخططية او مهارة فنية واحدة . ويمكن تقسيم الطريقة المركبة الى : -

١ - تدريبات المهارات الفنية + اللياقة البدنية

في هذه التدريبات يؤدي اللاعب التمرين بتكرار لمهارة فنية معينة ثم القى بناحية اللياقة البدنية فإذا كان التمرين لتطوير السرعة وكذلك تطوير مهارة القصر القصيرة فيمكن للمدرب التركيز على السرعة القصوى ثم السرعة القصيرة