

حماس زائد نتمنى أن تنتهي المقابلة في جو.. تازة جرسيف

حول أهداف كرة القدم.. تازة جرسيف







تجري مقابلة الآن بين الفريقين ، بالملعب البلدي بتازة ، هناك حماس زائد نتمنى أن تنتهي المقابلة في جو يسود فيه معنى كرة القدم بين جماهير تازة وجرسيف .

تعتبر رياضة كرة القدم هي الرياضة الأكثر شهرة والأكثر شعبية على المستوى العالمي، فيقوم بممارستها الجميع من جميع الفئات العمرية، وذلك لسهولة لعبها ولمتعتها الكبيرة التي تعطيها لمن يقوم بممارستها، بالإضافة إلى عدم احتياجها إلى معدات كثيرة وكبيرة كباقي الرياضات فإن كل ما تحتاج إليه لممارسة هذه اللعبة هي الكرة، كما أن رياضة كرة القدم التي يمارسها المحترفون حول العالم إما في الدوريات المختلفة أو في الحدث الرياضي الأكبر وهو كأس العالم تعتبر محط اهتمام العديد من الناس حول العالم، فهي تعد مصدرًا للمتعة والتسلية وفرصة جيدة لقضاء الوقت مع الأصدقاء.

أهميَّة كرة القدم لكرة القدم كما لباقي الرِّياضات باختلاف أشكالها أهميَّة كبيرة لمن يقوم بممارستها؛ فهي كما نعلم جميعاً تقوي عضلة القلب وتساعد على تحسين اللياقة البدنيَّة، بالإضافة إلى مساعدتها على إنقاص الوزن لمن يبحثون عن ذلك، كما أنَّها تساعد على تقوية العضلات المختلفة وخاصة عضلات القدمين وهذا عند تسديد الكرة، والركض المستمر الذي تحتاج إليه هذه اللعبة، هذا بالإضافة إلى مساعدتها على تحسين المزاج بشكل عام؛ فممارسة الرياضة تساعد على تخفيف التوتر أو المشاكل المختلفة النفسيَّة التي يعاني منها الشخص، وتساعد على إدخال السرور إلى القلب عند ممارستها مع الأصدقاء، والتحلِّي بالروح الرياضيَّة أثناء ممارستها. كما أنَّ ممارسة كرة القدم تساعد على تقوية روح الفريق والأداء الجماعي لدى الأشخاص، فهي أحد الألعاب الجماعيَّة التي لا يمكن الفوز بها إلا في حال تعاون الفريق بأكمله مع بعضه البعض، كما أنَّها تساعد في تقوية التركيز والحواس المختلفة لدى الأشخاص وهذا لاحتياج اللاعب أثناء لعب كرة القدم إلى التركيز والانتباه على جميع ما يجري حوله، فعليه الانتباه إلى مواقع الخصوم ومواقع زملائه في الفريق وهذا لاتخاذ القرار الأفضل أثناء لعب الكرة. أمَّا متابعة كرة القدم

فتعدّ أحد النشاطات التي لها فوائد عدّة إذا قام الناس بمتابعة هذه المباريات بالطريقة الصحيحة؛ فهي فرصة للتنفيس عن ضغوطات الحياة المختلفة وهذا عند متابعة المباراة مع الأصدقاء أو العائلة في المنزل أو خارجه، كما أنّها تزيد من تلاحم الشعب عندما يقوم المنتخب الوطني بلعب مباراة معيّنة، ولكن وللحصول على الفوائد المختلفة من هذه اللعبة عند ممارستها أو عند مشاهدتها فمن المهم أن نتذكر دائماً أنّها ليست أكثر من مجرد لعبة ربّما يخسر فيها الشخص أو يفوز فلا داعي للعصبية الزائدة عند اللعب أو مشاهدة المباراة ممّا يحوّل هذه الرياضة الجميلة إلى سبب للعنف يقوم الجميع بتجنّبها.