

هنر داوری فوتسال

راهنمای جامع آمادگی، قضاوت و مدیریت مسابقه

مؤلف:

دکتر علیرضا یگانه مهرآبادی

مدرس داوری فوتسال فدراسیون فوتبال

ویراستار علمی:

دکتر محمود رضا نصیرلو

مدرس و داور اسبق بین المللی فوتسال

فهرست

سخن آغازین	۱۱
مقدمه	۱۳
اقدامات قبل از مسابقه	۱۵
۱- تشکیل گروه در فضای مجازی	۲۰
۲- برقرای تماس مستمر تیم داوری با یکدیگر	۲۴
۳- برنامه ریزی سفر و حضور به موقع در شهر محل برگزاری مسابقه (ترجیحاً شب قبل) ..	۲۸
۴- استراحت و خواب کافی شب قبل از مسابقه	۳۲
اهمیت خواب از دیدگاه فیزیولوژی ورزش	۳۳
بازسازی سیستم عصبی	۳۳
ترمیم عضلات و بازیابی انرژی	۳۴
حفظ تعادل هورمونی	۳۴
اهمیت خواب از دیدگاه روان شناسی عملکرد	۳۵
خواب و تمرکز	۳۵
خواب و کنترل هیجان	۳۶
خواب و اعتماد به نفس	۳۶
۵- شناسایی حساسیت ها و شرایط خاص مسابقه (Match Awareness)	۳۷
نکات کلیدی	۳۹
۶- مرور آخرین تغییرات قوانین، دستورالعمل ها و نکات آموزشی	۴۰
نکات کلیدی	۴۲
۷- تعیین اهداف فردی و تیمی برای مسابقه (Goal Setting)	۴۳
نکات کلیدی	۴۵
۸- بازدید کامل از سالن مسابقه توسط تمامی اعضای تیم داوری در صبح روز مسابقه	۴۷
تقسیم مسئولیت در بازدید سالن	۵۰
۹- بررسی رختکن داوران و گزارش نواقص به ناظر مسابقه	۵۲
رختکن؛ اولین محل آماده سازی تیم داوری	۵۲

۱۰- جلسه قبل از مسابقه و بررسی سناریوهای احتمالی و تقسیم وظایف اعضای تیم دآوری

.....	
۵۷	
۶۱	نکات کلیدی.....
۶۲	۱۱- تغذیه مناسب در روز مسابقه؛ سوخت لازم برای بدن و مغز.....
۶۴	ویژگی‌های یک وعده غذایی مناسب پیش از مسابقه.....
۶۵	نمونه میان‌وعده مناسب پیش از مسابقه.....
۶۷	۱۲- آمادگی ذهنی و پاک‌سازی ذهن از مسائل شخصی (Mental Readiness).....
۶۹	نکات کلیدی.....
۷۱	۱۳- برنامه ریزی و تعیین ساعت دقیق حرکت به سمت سالن مسابقه.....
۷۱	وقت‌شناسی؛ نخستین نشانه حرفه‌ای بودن.....
۷۵	۱۴- مدیریت زمان از لحظه حضور در سالن تا آغاز مسابقه.....
۷۷	نکات کلیدی.....
۷۸	۱۵- کنترل وضعیت جسمانی و آمادگی بدنی پیش از شروع و گرم کردن اختصاصی.....
۷۸	گرم کردن؛ نخستین گام برای آمادگی جسمی و ذهنی داور.....
۸۱	مراحل پیشنهادی گرم کردن داور فوتسال.....
۸۲	اشتباهات رایج.....
۸۳	۱۶- ایجاد ذهنیت بی‌طرفی و تمرکز کامل بر مسابقه.....
۸۵	نکات کلیدی.....
۸۶	۱۷- پوشیدن لباس رسمی، کنترل ظاهر و آراستگی حرفه‌ای.....
۸۸	نکات کلیدی.....
۸۹	اقدامات در حین مسابقه.....
۹۱	مهم‌ترین محورهای مرتبط با این موضوع:.....
۹۲	۱- کنترل مسابقه (Match Control).....
۹۶	۲- داشتن استراتژی برای مدیریت مسابقه (Match Strategy).....
۱۰۰	نکات کلیدی.....
۱۰۱	۳- درک متقابل از شرایط بازی.....
۱۰۴	نکات کلیدی.....
۱۰۵	۴- برقراری ارتباط چشمی (Eye Contact).....

نکات کلیدی.....	۱۰۹
۵- نحوه برخورد با نیمکت ها	۱۱۰
نکات کلیدی.....	۱۱۴
۶- یکنواختی در قضاوت (Consistency).....	۱۱۵
نکته کلیدی	۱۱۸
۷- همکاری تیمی (Teamwork).....	۱۱۹
اصول اساسی همکاری تیمی در داوری	۱۲۲
نکات کلیدی.....	۱۲۳
۸- کنترل اتفاقات و حاشیه‌های مسابقه	۱۲۴
مهم‌ترین راهکارهای کنترل حاشیه‌های مسابقه	۱۲۷
نکات کلیدی.....	۱۲۸
۹- مدیریت برخوردهای فیزیکی و ارتقای آستانه اعلام خطا (بالا بردن سطح خطا).....	۱۲۸
هر تماس بدنی، خطا نیست.....	۱۲۹
معیارهای تشخیص یک برخورد قانونی.....	۱۳۰
اشتباهات رایج	۱۳۳
نکات کاربردی	۱۳۴
۱۰- برخورد تدریجی.....	۱۳۵
مراحل مدیریت تدریجی	۱۳۵
از دیدگاه روان‌شناسی ورزش	۱۳۶
از دیدگاه مدیریت مسابقه	۱۳۶
اشتباهات رایج	۱۳۷
نکات کلیدی.....	۱۳۷
۱۱- بازی‌خوانی و تشخیص فاز بعدی بازی (Game Reading & Anticipation)	۱۳۸
راهکارهای عملی برای تقویت بازی‌خوانی	۱۴۱
نکات کلیدی.....	۱۴۳
۱۲- جای‌گیری مناسب؛ نزدیک شدن هوشمندانه به خط انتهایی.....	۱۴۳
اصول مهم در جای‌گیری نزدیک خط دروازه	۱۴۶
نکته کلیدی	۱۴۷

۱۳ - حفظ شخصیت در داوری	۱۴۸
نکته کلیدی	۱۵۲
۱۴ - استفاده صحیح از سرعت، چابکی و استقامت	۱۵۳
استفاده صحیح از سرعت	۱۵۴
استفاده صحیح از چابکی	۱۵۴
استفاده صحیح از استقامت	۱۵۵
از دیدگاه فیزیولوژی ورزشی	۱۵۵
اقتصاد حرکت (Movement Economy)	۱۵۶
ارتباط آمادگی جسمانی با تصمیم‌گیری	۱۵۷
اشتباهات رایج	۱۵۷
نکات کاربردی	۱۵۸
۱۵ - برخورد قانونمند، محترمانه و بدون خشونت	۱۵۹
اصول برخورد حرفه‌ای در داوری	۱۶۱
نکات کلیدی	۱۶۲
۱۶ - جابجایی‌ها (Movement)	۱۶۲
نکات کلیدی	۱۶۶
۱۷ - جلوگیری از اتلاف وقت (تاخیر در به جریان انداختن مسابقه)	۱۶۶
پیشگیری؛ مؤثرتر از برخورد انضباطی	۱۶۷
برخورد قانونمند	۱۶۸
نقش اعضای تیم داوری	۱۶۸
از دیدگاه روان‌شناسی ورزش	۱۶۹
از دیدگاه مدیریت مسابقه	۱۷۰
اشتباهات رایج	۱۷۰
نکات کاربردی	۱۷۱
۱۸ - هماهنگی لازم در پایان نیمه	۱۷۲
هماهنگی در پایان نیمه اول	۱۷۲
جلسه بین دو نیمه	۱۷۳
از دیدگاه روان‌شناسی ورزش	۱۷۳
از دیدگاه مدیریت مسابقه	۱۷۴

اشتباهات رایج	۱۷۴
نکات کلیدی	۱۷۵
۱۹ - از داوری لذت ببرید	۱۷۶
لذت؛ عامل ماندگاری در داوری	۱۷۶
از دیدگاه روان‌شناسی ورزش	۱۷۷
از دیدگاه فیزیولوژی	۱۷۸
اشتباهات رایج	۱۸۰
نکات کلیدی	۱۸۰
۲۰ - حفظ تمرکز تا آخرین ثانیه مسابقه	۱۸۱
چرا تمرکز در دقایق پایانی کاهش می‌یابد؟	۱۸۲
تمرکز؛ مهارتی قابل تمرین	۱۸۲
از دیدگاه روان‌شناسی ورزش	۱۸۳
چگونه تمرکز را تا پایان حفظ کنیم؟	۱۸۳
اشتباهات رایج	۱۸۳
نکات کلیدی	۱۸۴
عملکرد بعد از مسابقه	۱۸۵
مقدمه	۱۸۵
۱ - برگزاری مراسم پایانی (تشریفات پایان مسابقه)	۱۸۸
نکات کلیدی	۱۹۰
۲-عدم توضیح یا توجیه تصمیمات داوری به تیم‌ها و مراجعت سریع و هماهنگ به رختکن پس از پایان مسابقه	
.....	۱۹۲
نکات کلیدی	۱۹۵
۳-بازگشت بدن به حالت اولیه (سرد کردن)	۱۹۶
اهمیت سرد کردن از دیدگاه فیزیولوژی ورزش	۱۹۷
۱. سیستم قلبی-عروقی	۱۹۷
۲. سیستم تنفسی	۱۹۸
۳. سیستم عضلانی و متابولیسم انرژی	۱۹۸
۴. سیستم عصبی	۱۹۹

۱۹۹	سرد کردن؛ آغاز فرآیند ریکاوری
۲۰۰	روش صحیح سرد کردن
۲۰۰	روش عملی سرد کردن در رختکن
۲۰۱	از دیدگاه فیزیولوژی
۲۰۱	مرحله سوم؛ شروع بازسازی بدن
۲۰۲	نکات کلیدی
۲۰۳	۴- حفظ آرامش در رختکن و پرهیز از سرزنش اعضای تیم داوری
۲۰۴	نکات کلیدی
۲۰۵	۵- عدم حضور بازیکنان، مربیان و مسئولان تیم‌ها در رختکن داوران
۲۰۷	نکات کلیدی
۲۰۸	۶- تعویض لباس، آراستگی ظاهری و حضور محترمانه در جلسه پس از مسابقه
۲۱۰	نکات کلیدی
۲۱۱	۷- احترام به ناظر داوری، گوش دادن فعال و ارائه توضیح به جای توجیه
۲۱۱	احترام به جایگاه ناظر داوری
۲۱۲	تفاوت «توضیح» با «توجیه»
۲۱۳	پذیرش اشتباه؛ نشانه ضعف نیست
۲۱۴	جلسه پس از مسابقه؛ کلاس درس داوری
۲۱۴	نکات کلیدی
۲۱۵	۸- گزارش نویسی دقیق؛ آخرین مسئولیت حرفه‌ای داور
۲۱۵	گزارش مسابقه؛ یک سند رسمی
۲۱۶	اصل اول؛ گزارش بر اساس مشاهده، نه شنیده‌ها
۲۱۷	اصل دوم؛ دقت در جزئیات
۲۱۷	اصل سوم؛ استفاده از ادبیات رسمی
۲۱۸	اصل چهارم؛ اختصار همراه با جامعیت
۲۱۸	اصل پنجم؛ ترتیب زمانی وقایع
۲۱۸	نقش گزارش در حفظ عدالت
۲۱۸	اشتباهات رایج در گزارش نویسی
۲۱۹	نکات کلیدی

۹- تهیه تصویر از گزارش مسابقه و نگهداری آن به عنوان مستند شخصی.....	۲۲۰
نکات کلیدی.....	۲۲۱
۱۰- یادداشت برداری از نکات مهم مسابقه برای به کارگیری در مسابقات آینده.....	۲۲۲
نکات کلیدی.....	۲۲۳
۱۱- تحلیل عملکرد فردی و تیمی (Self Reflection).....	۲۲۴
تحلیل عملکرد تیمی.....	۲۲۶
اصل «سه نکته».....	۲۲۶
۱. یک نقطه قوت.....	۲۲۶
۲. یک نکته قابل اصلاح.....	۲۲۷
۳. یک هدف برای مسابقه بعد.....	۲۲۷
استفاده از بازخورد ناظر.....	۲۲۷
نکات کلیدی.....	۲۲۸
۱۲- قدردانی و خداحافظی محترمانه با اعضای تیم داوری، ناظر و عوامل اجرایی مسابقه.....	۲۲۸
نکات کلیدی.....	۲۳۰
۱۳- پیگیری آموزشی پس از مسابقه.....	۲۳۱
نکات کلیدی.....	۲۳۳
۱۴- حفظ محرمانگی اسناد و اطلاعات.....	۲۳۳
نکات کلیدی.....	۲۳۵
۱۵- ثبت سوابق و ارزیابی عملکرد.....	۲۳۵
نکات کلیدی.....	۲۳۸
۱۶- بررسی صحنه‌های حساس مسابقه در صورت دسترسی به فیلم مسابقه و استخراج نکات آموزشی	
.....	۲۳۹
هدف از بازبینی فیلم.....	۲۴۰
تحلیل تیمی مسابقه.....	۲۴۱
نگاه آموزشی، نه قضاوتی.....	۲۴۲
استخراج نکات آموزشی.....	۲۴۲
فیلم مسابقه؛ بهترین مدرس.....	۲۴۳

۲۴۴	 ۱۷- حفظ شأن حرفه‌ای پس از مسابقه
۲۴۵	 نکات کلیدی
۲۴۶	 ۱۸- تبدیل هر مسابقه به یک فرصت یادگیری
۲۴۸	 نکات کلیدی
۲۴۹	 جمع‌بندی نهایی
۲۵۲	 سخن پایانی

آنچه امروز در این کتاب پیش روی شماست، حاصل سال‌ها حضور در عرصه داوری، آموزش، تجربه و مهم‌تر از همه، شاگردی در محضر استادانی است که هر یک نقشی ماندگار در مسیر حرفه‌ای من داشته‌اند. در میان همه عزیزانی که افتخار آموختن از آنان را داشته‌ام، بر خود واجب می‌دانم از همه پیشکسوتان، و پیش از همه، از استاد ارجمند جناب آقای سید صدرالدین موسوی صمیمانه سپاسگزاری کنم؛ استادی فرهیخته که دانش، منش، اخلاق حرفه‌ای و نگاه عمیق ایشان به داوری، همواره چراغ راه من بوده و بخش مهمی از آنچه آموخته‌ام، مرهون رهنمودها و آموزش‌های ارزشمند ایشان است.

و در پایان، بر خود واجب می‌دانم عمیق‌ترین سپاس و قدردانی خود را
نثار عزیزانی کنم که بی‌ادعا، بزرگ‌ترین حامیان این مسیر طولانی بوده‌اند.
بیش از دو دهه حضور مستمر در عرصه داوری، آموزش و مأموریت‌های
متعدد، با سختی‌ها، سفرهای پی‌درپی و دوری‌های فراوان از خانواده همراه
بوده است. اگر امروز توفیقی در این مسیر حاصل شده، بی‌تردید بخش
بزرگی از آن مرهون صبر، همراهی و فداکاری خانواده‌ام است. از پدر و
مادر عزیزم که با محبت، دعای خیر و حمایت‌های بی‌دریغ خود، همواره
پشتوانه زندگی و مسیر حرفه‌ای من بوده‌اند، صمیمانه سپاسگزارم. و بیش
از همه، از همسر مهربان و همراه همیشگی‌ام که با صبوری، درک عمیق،
گذشت و تحمل دشواری‌ها و دوری‌های ناشی از این مسئولیت‌ها، همواره
آرامش‌بخش و استوارترین تکیه‌گاه زندگی‌ام بوده است، با تمام وجود
قدردانی می‌کنم. بی‌شک، بدون همراهی و ایثار او، پیمودن این مسیر و
دستیابی به این دستاوردها ممکن نبود.

امیدوارم این اثر، هرچند کوچک، ادای دینی باشد به محضر استادان و
پیشکسوتانی که با سخاوت علمی و اخلاقی خود، راه را برای نسل‌های
بعدی هموار ساخته‌اند.

با احترام

علیرضایگانه مهرآبادی

◆ مقدمه

فوتسال یکی از سریع‌ترین و پویاترین رشته‌های ورزشی جهان است؛ ورزشی که در آن، فاصله میان یک تصمیم درست و یک تصمیم اشتباه، برای داوران، گاهی تنها چند صدم ثانیه است. در چنین شرایطی، داور نه تنها مجری قوانین، بلکه مدیر مسابقه، حافظ عدالت، تأمین‌کننده ایمنی بازیکنان و یکی از ارکان اصلی کیفیت برگزاری بازی است.

برخلاف تصور رایج، داوری تنها به لحظه حضور در زمین و به صدا درآوردن سوت محدود نمی‌شود. یک قضاوت موفق، نتیجه زنجیره‌ای از اقدامات هدفمند است که از روزها و ساعت‌ها پیش از مسابقه آغاز می‌شود، در طول مسابقه با تمرکز، آمادگی و مدیریت صحیح ادامه می‌یابد و پس از پایان بازی با تحلیل عملکرد، گزارش‌نویسی و یادگیری از تجربیات تکمیل می‌شود.

امروزه پیشرفت علوم ورزشی، فیزیولوژی ورزشی، روان‌شناسی، علوم شناختی و روانشناسی شناختی، بیومکانیک و حرکت شناسی ورزشی، رفتارسازی و ارتباطات، مدیریت عملکرد و فناوری، نگاه به حرفه داوری را متحول کرده است. دیگر صرف دانستن قوانین برای موفقیت کافی نیست. یک داور حرفه‌ای باید از آمادگی جسمانی مناسب، ذهنی آرام، مهارت‌های ارتباطی مؤثر، توانایی تصمیم‌گیری سریع، شخصیت مدیریتی و روحیه یادگیری مستمر برخوردار باشد تا بتواند در شرایط پیچیده و پرتنش، بهترین تصمیم را اتخاذ کند.

هدف این، کتاب راهنمایی جامع و کاربردی برای تمام اعضای تیم داوری فوتسال است؛ راهنمایی که تنها به بیان مواد قانونی اکتفا نکند،

بلکه تجربه‌های عملی، اصول علمی و نکات اجرایی را در کنار یکدیگر قرار دهد. در این کتاب تلاش شده است تا قوانین روز فوتسال با مبانی فیزیولوژی ورزشی، روان‌شناسی عملکرد، مدیریت مسابقه و تجربیات میدانی تلفیق شود تا خواننده بتواند آنچه را می‌آموزد، مستقیماً در میدان مسابقه به کار گیرد.

مطالب در سه بخش اصلی تنظیم شده است:

▪ **پیش از مسابقه:** از آمادگی جسمانی و ذهنی، برنامه‌ریزی، تغذیه، خواب، مدیریت سفر، هماهنگی تیم داوری، بازدید سالن و آماده‌سازی برای ورود به مسابقه و...

▪ **حین مسابقه:** از مدیریت بازی، اجرای صحیح قوانین، کار تیمی، ارتباط مؤثر، کنترل نیمکت‌ها، تصمیم‌گیری در لحظات حساس، مدیریت بحران و حفظ اقتدار داوری و ...

▪ **پس از مسابقه:** از خروج حرفه‌ای از زمین، ثبت و گزارش وقایع، جلسه با ناظر، تحلیل عملکرد، خودارزیابی و برنامه‌ریزی برای پیشرفت مستمر و

امید است این مطالب بتواند برای داوران جوان، داوران باتجربه، مدرسان و ناظران داوری، منبعی کاربردی و قابل اعتماد باشد؛ منبعی که نه تنها به ارتقای دانش داوری، بلکه به رشد نگرش حرفه‌ای و کیفیت قضاوت در فوتسال کمک کند.

به یاد داشته باشیم که یک داور بزرگ، تنها با سوت دقیق شناخته نمی‌شود؛ بلکه با آمادگی قبل از مسابقه، مدیریت حین مسابقه و رفتار حرفه‌ای پس از مسابقه، اعتبار و شخصیت خود را می‌سازد.



◆ اقدامات قبل از مسابقه

بسیاری از داوران، موفقیت یا عدم موفقیت خود را به اتفاقاتی که در طول مسابقه رخ می‌دهد نسبت می‌دهند؛ در حالی که تجربه مسابقات حرفه‌ای و یافته‌های علوم ورزشی نشان می‌دهد بخش عمده‌ای از کیفیت قضاوت، پیش از ورود به زمین مسابقه شکل می‌گیرد.

در واقع، آنچه تماشاگران در طول ۴۰ دقیقه مسابقه مشاهده می‌کنند، تنها نتیجه مجموعه‌ای از اقدامات، برنامه‌ریزی‌ها و آمادگی‌هایی است که از ساعت‌ها و حتی روزها قبل آغاز شده است.

یک داور حرفه‌ای به‌خوبی می‌داند که اولین سوت مسابقه، آغاز مأموریت او نیست؛ بلکه تنها شروع مرحله‌ای است که حاصل آمادگی

کامل جسمانی، ذهنی، روانی و اجرایی او را به نمایش می‌گذارد. به همین دلیل، هرچه کیفیت آماده‌سازی پیش از مسابقه بالاتر باشد، احتمال اتخاذ تصمیم‌های صحیح، مدیریت مناسب بازی و کنترل بهتر شرایط مسابقه نیز افزایش خواهد یافت.

در داوری نوین، آمادگی پیش از مسابقه تنها به مرور قوانین یا آماده کردن تجهیزات محدود نمی‌شود.

این آمادگی مجموعه‌ای از اقدامات به‌هم‌پیوسته را شامل می‌شود؛ از برنامه‌ریزی برای سفر، استراحت کافی، خواب مناسب، تغذیه صحیح و حفظ آب بدن گرفته تا هماهنگی کامل میان اعضای تیم داوری، بررسی آخرین دستورالعمل‌ها، تحلیل ویژگی‌های مسابقه، بازدید از سالن، کنترل تجهیزات، ارزیابی شرایط زمین بازی و برگزاری جلسه هماهنگی پیش از مسابقه، هر یک از این اقدامات، حلقه‌ای از زنجیره‌ای هستند که در نهایت کیفیت عملکرد تیم داوری را در طول مسابقه شکل می‌دهند.

از دیدگاه فیزیولوژی ورزشی، عملکرد مطلوب مغز، وابسته به تأمین مناسب اکسیژن، گلوکز، آب و تعادل هورمونی است.

هرگونه کم‌خوابی، تغذیه نامناسب، کم‌آبی بدن، خستگی ناشی از سفر، فشارهای روانی یا استرس‌های قابل پیشگیری، می‌تواند موجب کاهش سرعت پردازش اطلاعات، افت تمرکز، کاهش دقت بینایی، افزایش زمان واکنش و در نهایت افزایش احتمال خطا در تصمیم‌گیری شود.

این موضوع در داوری مسابقات فوتسال، که تصمیم‌گیری‌ها باید در کسری از ثانیه انجام شوند، اهمیت دوچندان پیدا می‌کند.

از منظر روان‌شناسی عملکرد نیز، آمادگی قبل از مسابقه نقش مهمی در افزایش اعتمادبه‌نفس، کاهش اضطراب، کنترل هیجانات و حفظ تمرکز ایفا می‌کند.



داوری که با برنامه‌ریزی دقیق، بدون عجله و با ذهنی آرام وارد سالن مسابقه می‌شود، توانایی بیشتری در مدیریت لحظات حساس، کنترل اعتراض‌ها، حفظ شخصیت داوری و اتخاذ تصمیم‌های قاطع خواهد داشت. در مقابل، ورود شتاب‌زده به مسابقه یا بی‌توجهی به مراحل آماده‌سازی، بخشی از ظرفیت ذهنی داور را پیش از آغاز بازی مصرف کرده و احتمال بروز اشتباهات را افزایش می‌دهد.

بررسی مسابقات حرفه‌ای نیز نشان می‌دهد که بسیاری از اشتباهات داوری، نه به دلیل ضعف در دانش قوانین، بلکه ناشی از نقص در فرآیند آماده‌سازی پیش از مسابقه است.

داوری که بدون برنامه مشخص، بدون هماهنگی با همکاران خود یا بدون بررسی شرایط مسابقه وارد زمین می‌شود، ناچار خواهد بود بخشی از انرژی ذهنی خود را صرف حل مشکلاتی کند که می‌توانست پیش از آغاز مسابقه برطرف شوند.

این امر نه تنها بر کیفیت تصمیم‌گیری، بلکه بر جایگیری، ارتباط تیمی، مدیریت بازیکنان و کنترل کلی مسابقه نیز تأثیر منفی خواهد گذاشت.

نکته مهم دیگر، نقش هماهنگی تیم داوری است. داوری در فوتسال یک فعالیت کاملاً تیمی است و موفقیت آن به عملکرد هماهنگ تمامی اعضای تیم وابسته است.

برگزاری جلسه پیش از مسابقه، تقسیم وظایف، مرور دستورالعمل‌ها، تعیین شیوه ارتباط، هماهنگی در مدیریت نیمکت‌ها، بررسی شرایط خاص مسابقه و پیش‌بینی سناریوهای احتمالی، موجب می‌شود اعضای تیم داوری در طول بازی با درک مشترک و عملکردی هماهنگ تصمیم‌گیری کنند. این هماهنگی، یکی از عوامل اصلی کاهش خطاهای گروهی و افزایش

کیفیت قضاوت است. در این بخش، تمامی اقداماتی که یک تیم داوری باید از زمان دریافت ابلاغ مأموریت تا لحظه ورود به زمین مسابقه انجام دهد، به صورت گام به گام مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

مطالب ارائه شده بر پایه قوانین روز فوتسال، اصول فیزیولوژی ورزشی، روان شناسی عملکرد، مدیریت مسابقه و استانداردهای حرفه‌ای داوری تدوین شده‌اند تا تصویری جامع از اهمیت آماده‌سازی پیش از مسابقه ارائه دهند. هدف آن است که داوران دریابند موفقیت در قضاوت، حاصل تصمیم‌هایی نیست که تنها در جریان مسابقه گرفته می‌شود، بلکه نتیجه مجموعه‌ای از اقدامات هدفمند و اصولی است که پیش از نخستین سوت آغاز بازی انجام می‌شوند.

به بیان دیگر، یک مسابقه موفق، پیش از آغاز مسابقه ساخته می‌شود.

مواردی که در این مبحث به آنها خواهیم پرداخت عبارتند از :

۱. تشکیل گروه در فضای مجازی
۲. برقرای تماس مستمر تیم داوری با یکدیگر
۳. برنامه ریزی سفر و حضور به موقع در شهر محل برگزاری مسابقه (ترجیحاً شب قبل)
۴. استراحت و خواب کافی شب قبل از مسابقه
۵. شناسایی حساسیت‌ها و شرایط خاص مسابقه
۶. مرور آخرین تغییرات قوانین، دستورالعمل‌ها و نکات آموزشی
۷. تعیین اهداف فردی و تیمی برای مسابقه
۸. بازدید کامل از سالن مسابقه توسط تمامی اعضای تیم داوری در صبح روز مسابقه
۹. بررسی رختکن داوران و گزارش نواقص به ناظر مسابقه



۱۰. جلسه قبل از مسابقه و بررسی سناریوهای احتمالی و تقسیم وظایف

اعضای تیم داوری

۱۱. تغذیه مناسب در روز مسابقه؛ سوخت لازم برای بدن و مغز

۱۲. آمادگی ذهنی و پاک‌سازی ذهن از مسائل شخصی

۱۳. برنامه ریزی و تعیین ساعت دقیق حرکت به سمت سالن مسابقه

۱۴. مدیریت زمان از لحظه حضور در سالن تا آغاز مسابقه

۱۵. کنترل وضعیت جسمانی و آمادگی بدنی پیش از شروع و گرم کردن

اختصاصی

۱۶. ایجاد ذهنیت بی‌طرفی و تمرکز کامل بر مسابقه

۱۷. پوشیدن لباس رسمی، کنترل ظاهر و آراستگی حرفه‌ای



♦ ۱- تشکیل گروه در فضای مجازی

در گذشته، نخستین دیدار اعضای تیم داوری معمولاً در هتل محل اقامت، رختکن داوران یا سالن برگزاری مسابقه انجام می‌شد، اما امروزه با توسعه فناوری‌های ارتباطی و گسترش پیام‌رسان‌ها در فضای مجازی، همکاری و هماهنگی تیم داوری از همان لحظه دریافت ابلاغ مسابقه آغاز می‌شود.

تشکیل یک گروه اختصاصی در یکی از پیام‌رسان‌های مناسب، نخستین گام در ایجاد ارتباط مؤثر، انسجام و هماهنگی میان اعضای تیم داوری است. این گروه نباید صرفاً محلی برای تبادل پیام باشد، بلکه باید به‌عنوان اتاق فرمان و هماهنگی تیم داوری عمل کند؛ فضایی که تمامی اطلاعات