

“Így játszunk Mi!”

Játékosaink – Csapataink felkészítése a
4 alap játékelem alapján.

SZAC játékmodell a Taktikai
Periodizációban!

SZAC 1908
Budapest



“HOGY JÁTSZUNK MI?”

“HOGY VISELKEDNEK A JÁTÉKOSAINK A MÉRKŐZÉSEKEN?”

“MIT CSINÁLNAK A CSAPATAINK A PÁLYÁN?”

Készítsük fel a Játékosainkat és a Csapatainkat a játékra, a 4 alapelem segítségével a saját játék elképzelésünk, elveink alapján. Fektessük le a játékmódellet, amit később azonosítani akarunk a SZAC csapatainak, játékosainak mérkőzéseken alkalmazott játékaival, ez segít Minket a közös nyelv használatához, ez lesz a KLUB játékmódelljének, elképzelésének a “DNS”-e és lehet később a SZAC stílusa.





Standardizáljuk az alapelveket, tanítsunk a futballra minden játékost és korosztályos csapatot ugyan ezen alapelvek szerint. Természetesen a korosztály és az adott játékos sajátosságait figyelembe véve, használjuk az edző saját elképzelését, stílusát, mint plusz beépíthető fejlődési lehetőséget a játékos és a csapat számára.

- **FONTOS** figyelembe venni a játékmódel kialakításakor a stílus keresésekor: Kik vagyunk Mi? Mit szeretnénk elérni?
- A football filozófiánkat.
- a Klub identitását, tradícióit, kultúráját, felépítését, lehetőségeit, céljait rövid – hosszú távon!
- a szakemberek, edzők elképzeléseit – felkészültségét!
- az alkalmazott játéksziszereket, felállási formákat.

“HOGY JÁTSZUNK MI?”

“HOGY VISELKEDNEK A JÁTÉKOSAINK A MÉRKŐZÉSEKEN?”

“MIT CSINÁLNAK A CSAPATAINK A PÁLYÁN?”



“Sok esetben tapasztalom, hallgatom kollegáktól, edzőktől, szakemberektől, játékosoktól, más csapat edző kollega mérkőzéséről vagy egy-egy megnézett mérkőzésről nyilatkozni úgy, hogy “NEM LEHETETT LÁTNI MIT AKAR JÁTSZANI A NÉZETT CSAPAT AZ ADOTT MÉRKŐZÉSEN! A kérdés, Te tudod mit akar játszani a csapatod, látható a mérkőzések képe alapján, hogy MIT AKAR JÁTSZANI A CSAPAT!
JAVASLOM: gondold át, írd le, fogalmazd meg! „



- **FONTOS:** amennyiben edző vagy, használd segítség képen a Klub standard filozófiáját a játékról az elképzelt játékmódellet, de el kell készítened a saját csapatod „ÍGY JÁTSZUNK MI!” verzióját és ebben módosítani rá szabni a konkrét korosztályra, csapatra, egyénekre a játékmódellet.
- **A tervezett játékmódellet írd le, használd a mellékelt táblát hozzá és feltétlen oszd meg akár írd le a csapatban az egyének számára is, sőt részükre csapatrészenként, játékosonként szintén le kell bontanod, hogy mit vársz el!**
- Ne gondolj tudományos dolgokra, csak arra, ahogy más meccsét nézve keresed, mit akar játszani egy-egy csapat. Ezt tudjuk most közösen Klub szinten és edzőnként, korosztályokra szabva is strukturálni, lefektetni, majd utána a kitűzött célhoz vezető utat előkészíteni-menedzselni-kontrollálni-visszacsatolni és természetesen jó esetben megint tovább lépni.

Fontos az elképzelt játékhoz figyelembe vened!



- A KLUB alap standard játék modelljét!
- Az edző azaz a saját elképzelésed filozófiádat a játékkal kapcsolatban.
- A szerkezetet amit játszik majd a csapatod. (4-3-3 v. 4-4-2 v. 3-5-2 stb..)
- A csapat egyéni összetételét, milyen játékra alkalmas játékosok alkotják...(itt azt azért fontos megjegyezni, hogy a jelenlegi képességektől függetlenül az alapokat minden csapattal, játékosal el kell kezdeni kialakítani, megtanítani, nem tudhatjuk később mire lesz hívatott egy-egy játékos képessége.)
- Most hol tart és hová tudjuk eljuttatni a játékosokat a saját csapatodat ezen elvek szerint.

“HOGY JÁTSZUNK MI?”

“HOGY VISELKEDNEK A JÁTÉKOSAINK A MÉRKŐZÉSEKEN?”



“MIT CSINÁLNAK A CSAPATAINK A PÁLYÁN?”

A TAKTIKAI JÁTÉKELEMEK kialakításakor törekedjünk arra az **ALAP** szintre, amit ki-ki a saját korosztályában biztosan megtud tanítani egy szezon alatt, majd mivel az egész klubnál ezen alapelvek alapján dolgoznak a csapataink, így a játékosok a következő időszakban, szezonban ugyan ezeknek az elvárásoknak lesznek kitéve a játékosok csak már egy következő szintnek, amikor ugyan ezen “Taktikai játékelemeket” kell ismerniük, ebben gondolkodni, egy magasabb szinten, mélyebb, aprólékosabb részleteket megismerve abból ami a játék alapjait jelenti.



Fontos az elképzelt játék modell esetében is figyelembe vennünk és beilleszteni a KLUB egyéb rendszereibe az elképzelésünket.

Az elképzelésed ebben a struktúrában mint értelmezhető terv jelenik meg, de nem írja felül a rendszert!

FONTOS továbbra is:

- A KLUB házirendje szerinti mechanizmusok betartása.
- A Szakmai igazgató által elvárt szakmai elképzések, fejlődési területek-utak szem előtt tartása, mind az edző, mind a csapattal kapcsolatban.
- A kialakított meghatározott rend-mechanizmusok, beosztások.
- **A CIKLIKUS PERIODIZÁCIÓ!!!**

(NEM összekeverendő sem a periodizációval sem a játszott szerkezettel a „Taktikai és Technikai” struktúra melyről szó van.)

HOGY HASZNÁLJUK HATÉKONYAN EGYMÁSRA ÉPÜLVE A RENDSZERT! (EDZÉS-FELKÉSZÍTÉS MÓDSZER!)



- **A CIKLIKUS PERIODIZÁCIÓ!!!** (heti-havi-fél éves)!
Menetrend az edzések ütemezése edzőknek, csapatoknak, hogy napról napra megtörténjen, minden ami a játékosok és a csapatok felkészítésekor szükséges. Az edzés napok szakmai céljainak koordinálása. Napok-edzések: (erő állóképesség – taktikai – technikai – gyorsaság - regeneráció stb..) Edzések és a gyakorlatok mennyisége és minősége. Mindez annak érdekében történik, hogy a játékosok, csapatok következetesen fejlődjenek, ne maradjon ki semmi, amit szakmailag meg kell kapjanak és mérkőzésről mérkőzésre a lehető legfittebb állapotban, legjobban felkészítve a következő időszakra (mérkőzésre) fejlődjenek folyamatosan.
- **Játék rendszer!** (szerkezet: támadás-védekezés) Vezetőedző!
A saját csapat játékszerkezetének ideális megtalálása a keretben lévő játékosok képességeihez, erősségeihez szabva. Az edzések és a gyakorlatok felépítése a **Ciklikus periodizáció** ütemezésében, de a gyakorlatok és **a JÁTÉKOK csak és kizárólag a Játék modell (Taktikai Period.), gyakorlására, ennek megerősítésére vannak szabva.**



HOGY HASZNÁLJUK HATÉKONYAN EGYMÁSRA ÉPÜLVE A RENDSZERT! (EDZÉS-FELKÉSZÍTÉS MÓDSZER!)

- **JÁTÉKMODELL - Taktikai Periodizáció!!!** (MINDEN NAP)

Vezetőedző + (Szakmai ig. ÁgostonZ) (Klub szinten és csapatok szintjén) **FANATIKUSAN!**

A megtervezett Játékmodellhez a vezetőedző találja ki a megfelelő edzéseket, gyakorlatokat a Szakmai ig. segítségével. Természetesen a periodizációnak megfelelően adagolva napról napra az edzés célokat, de próbáljunk minden célt (erő állóképesség - technikai – taktikai – gyorsaság - regeneráció stb.) a játékmodellünket támogató gyakorlatokat edzéseket tervezni. Érdeemes kifejezetten az elképzelt játékot lebontva, ehhez kitalálni a gyakorlatokat, de természetesen rengeteg ismert vagy elérhető meglévő edzés gyakorlat is rendelkezésre áll, de mindig a saját elképzelt játékunkat kell, hogy megerősítse tanítsa a gyakorlás. **TÖBB JÁTÉKOT!** Javaslom, hogy a csapatokkal több játék szituációt gyakoroljunk, amihez a legjobb, amikor ezt magával a játékkal gyakoroljuk. **FONTOS!** a **játék modellünk begyakorlásához minden edzésen a „MÉRKŐZÉS KONTEXTUSÁBAN”** kell gyakorolnunk és egy héten minimum egyszer a mérkőzésen kívül, olyan edzés játékkal, ahol a lehető legjobban hasonlítanak a körülmények a mérkőzésekhez (terület-létszám), ekkor tudjuk leginkább beállítani a csapat játékát a hibákat javítani.

A csapat Játékmodelljét az edzéseken és a felkészítés során le kell bontani és így tanítani be a játékosoknak, CSAPATRÉSZEKRE és JÁTÉKOSRA!!!

HOGY HASZNÁLJUK HATÉKONYAN EGYMÁSRA ÉPÜLVE A RENDSZERT! (EDZÉS-FELKÉSZÍTÉS MÓDSZER!)



A Mi jelenlegi szintünknél magasabban jegyzett NB-s Kluboknál ahol fontos a minőség ott így vagy hasonló (edzés módszertan) alapján kezdik el felépíteni a csapatok játékát az UP-tól a Felnőtt csapatig egyaránt. Nem összehasonlítva, de Mourinho használja a csapatainál konkrétan a Periodizációt-Taktikai Periodizációt, a csapatai játékmódeljét Klopp is ugyanezen játék alapelemek kidolgozásával tölti fel, DE számomra az etalon Guardiola, aki a játékmódelen belül fanatikusan sulykolva gyakorolja és készíti fel csapatait a "Labdabirtoklásra és a Támadás befejezésre vagy éppen a gyors visszatámadás" jelentőségére. Javaslom, hogy KEZDJÜK EL FELÉPÍTENI A KLUB ÉS A CSAPATAINK JÁTÉKÁT ezen magasabb színvonalon működő mechanizmusok segítségével. Nincs olyan ok, ha jól csináljuk, amitől ne lennénk sikeresek ezekkel a módszerekkel, de ne feledjük a legfontosabb a tartalom amivel megtöltjük a JÁTÉKOT az edzéseket! „Ha már csináljuk, mi bajunk lehet ha megpróbáljuk jól csinálni?!”

A standard alapokhoz Klub szinten a teljesség igénye nélkül a saját elképzeléseimet megadom a játékmódelhez, kérlek Titeket, hogy használva a 4 alap játékelemet a közös nyelvhez, ezek alapján gondoljátok végig a saját elvárásaitokat, elképzeléseiteket a saját csapatotokkal és a SZAC "DNS" játékmódel kialakításával kapcsolatban. Használjátok a mellékelt segítséget, (word dok.) hogy az egész Klubnál minden csapatunk játék elképzelése ugyan abban a struktúrában legyen megadva.

„ÍGY JÁTSZANA AZ ÉN CSAPATOM!”

(amennyiben edző lennék és terveznem kellene a játékmoddal és természetesen ehhez kell edzést és gyakorlatokat kitalálnom!)



- Labdával domináns a futball "flow" folyamatot teljes egészében értő és élvező csapatot építék. Magas minimum 65-35% labdabirtoklásra törekedve (1-4-2-3-1) játérendszerben felállva. Rövid passzos mélyről indított labda kihozatallal háromszögeket kialakítva mélységben haladva forgatva birtokoljuk a labdát a (6-8-10) játékosok dominanciájával. Az egyre gyorsuló passz sebességgel először az ellenfél térfelére visszük a játékot, majd a forgatások passz sebességeknél köszönhetően az ellenfél elkésző védekezési réseit kihasználva gyors befejezéseket szervezünk egyéni akciókkal, átlövésekkel és rés passzok keresésével. A feljebb védekező ellenfelek ellen vagy a nehéz napokon amikor nem működik fitten a labdabirtoklásunk, akkor a pálya középső harmadáig juttatjuk passzokkal a labdát és az ellenfél védekezése mögötti területeket támadjuk induló futó emberek kiugratásával átlós passzokkal, átadásokkal, indításokkal, (soha nem magunk elé a labda kihozatalunk oldalán szervezve a beindításokat).
- Védekezésben szűken egymáshoz közel a láncok és a játékosok, higgadtan a félpályánál kezdve legmélyebben a kapunktól 20m-re beengedve tolódásokkal és ebből kilépő egyéni labdaszerzésekkel, együttes jelekre történő letámadásokkal szerzünk labdát. Szűken egyre agresszívebben védekezve, nyomást helyezve a labdásra folyamatosan.
- Az átmenetek egyik fontos pontja a visszatámadás mint a modern játék kötelező vele járója.
- **A számomra legfontosabb, a másik átmenet, hogy a labdaszerzéskor az egész csapat egyszerre ismerje fel és álljon át a következő lépésre a „Labdabirtoklás vagy gyors Támadás befejezés!”**

Futball VIZIÓ a SZAC csapatai játékára 1-5év!

- A játékukról felismerhető játékosok, csapatjáték.
- Tudatos a játékot értő, játék intelligenciát mutató játékosok.
- Taktikailag és technikailag korosztályához, osztályához mérten érett viselkedés.
- Poszt specifikus döntéseket hozó játékosokat a modern futballnak megfelelően “vezéreket” neveljünk minden posztra, akik az edző meghosszabbított kezei a pályán.
- **Domináns a labdát birtokolni tudó csapatjáték. (Támadás)**
- A labdabirtoklás értelmét, típusait ismerő játékosok.
- A labdabirtoklásból tovább lépni, támadást építeni képes játékosok.
- A gyors támadás felépítés, támadás befejezésre utaló jeleket felismerő és az akciókat végrehajtani tudó játékosok.
- A kontra játékot ill. a speciális, célfutball sajátosságait ismerő játékosok.
- Taktikai szerkezeteket, felállási formákat ismerő, min. két poszt sajátosságait mélyebben is értő játékosok.
- **A terület védekezés, ember fogás és a vegyes védekezés szabályait ismerő játékosok.**
- **Terület védekezésben a saját láncban, hálóban (csapatrészben) és a saját poszton való toródás, helyezkedés, presszió és labdaszerzés elveit, mozgásait ismerő játékosok. (Védekezés)**



Futball VIZIÓ a SZAC csapatai játékára 1-3év!

- A támadás és védekezés közötti két átmenetet (labda vesztes – labda szerzés) értő és ezekre reagálni tudó játékosok.
- Támadásból átmenet védekezésbe, azonnali visszatámadás a labda visszaszerzése érdekében min. 1-3-5 játékos részvételével.
- Labda veszteskor, visszarendeződni a védekező szerkezetbe min. 5-7-9 játékos részvételével, (sikertelen visszatámadás után) a teljes csapat 11, részvételével a labda vonala mögött.
- Terület szűkítés, letámadás jeleinek, végrehajtásának ismerete.
- Védekezésből átmenet támadásba, attól függően hol történik a labda szerzés, az ellenfél rendezetlensége figyelembe vételével és a saját csapatom képességei, taktikai tervei alapján, gyors támadás építés, befejezés V. a labda általunk kontrollált területre juttatása után, labdabirtoklás, építkezésen keresztül, támadást építve.
- Élvezhető, szórakoztató **FOOTBALL FLOW** a mérkőzések és az edzés játékok folyamán.



Javaslom a futball modell kialakításakor és a csapataink játékanak beállításakor:

- Ne vegyük figyelembe a szélsőséges, speciális körülményeket a csapat játékosainak összetételénél, természetesen tekintettel azokra a körülményekre, amelyeken a “football tanítása” adja meg a válaszokat és a lehetőségeket, hogy a magunk javára fordítsuk a körülményeket.
- Pl. Egy adott korosztályunkban nincs vagy épen van extra gyors v. kiemelkedő fizikumú (akcelerált v. retardált) játékos, ettől a körülménytől függetlenül kell az utánpótlásban a taktikai irányokat beállítani a csapat számára. Természetesen ezeket az adottságokat amennyiben a játékos vagy a csapat kihasználja ez normális, de nem érdemes ezekre kihegyezni egy csapatnak a fejlődését, mert inkább hátráltatja mint segíti a fejlődést, ez az irány. A jelenleg ránk nézve negatívan jelen lévő körülményeket (pici, később érő a csapatom stb..) próbáljuk a “játékkal” annak összetevőinek fejlesztésével kompenzálva a magunk javára fordítani és a későbbiekre előkészíteni a játékosokban, „amikor fordul a kocka” és a legfontosabb körülmény az lesz, hogy ki mennyire tud futballozni, mennyit tud a játékról, addigra felkészültek legyenek a megmérettetésre.



Javaslom a futball modell kialakításakor és a csapataink játékanak beállításakor:

- Konkrét példa házon belülről az előbbi gondolatokban felmerültekre és megítélésem szerint a Klub egyik értékére:
- Mészáros Feri és az U13
- A korosztályban nincs kiemelkedő képességű játékos, nincs átlagon felüli gyorsasággal vagy más extra tulajdonsággal bíró játékos, nincs akcelerált, sőt inkább több retardált később érő típusú gyerek van, de nagyon nyitottak kíváncsiak és sok a jó adottságú egy passzolós focit később játszani képes csapat kialakításához és az egyének ebben való fejlődéséhez.
- Ferivel–Andrással a helyzetet elemezve higgadt döntéseket hoztunk, a helyzethez edzés módszereket és gyakorlatokat állítunk be.
- A szakemberek által a korosztály részére kijelölt utat a sok passzos (labdabirtoklásra) épülő játék tanítását támogatom, ehhez az edzéseken minden segítséget megadunk a gyerekek részére. Ez a játék elem ami, számukra hasznos lehet. A tanulási, tanítási folyamatot elkezdtek elsajátítani, edzésről edzésre, mérkőzésről mérkőzésre, viszontlátva a tudatos elemeket hatalmas élmény játékosnak, edzőnek, vezetőnek egyaránt az eredményességtől egyelőre függetlenül, később természetesen eredménnyel is párosulni fog ez az út.



Javaslom a futball modell kialakításakor és a csapataink játékaának beállításakor:

- Kezdjünk el abban az egyetlen igazán releváns mércében gondolkodni, edzői szinten, hogy x (félszezon, egy szezon) alatt mennyi játékosnak tudtunk segíteni, hogy felfelé kiemelkedjen a korosztályból és ajánljuk a feljebb lépésre a kollegánknak egy korosztállyal feljebb. Mind ezt a játékos fejlődésének érdekében, hiszen a komfort zónáján kívülre kerül, új impulzust kap stb. A korosztály többi játékosa számára is hasznos lehet, hogy a csapat “problémáit” innentől kezdve új domináns, vezéreknak kell megoldaniuk akiknek a helyén szintén olyan játékosok kapnak lehetőséget akinek eddig kevesebb szerep jutott ez pedig sok mindent kiválthat megváltoztathat a csapatunkon belül. A klubnak is előrelépés amennyiben minél előbb minél több játékosunkat tudunk menedzselni a felnőtt futball vagy a jelenleg magasabb osztályú futball irányába, ez szakmai és gazdasági sikereket is hozhat. (Produktivitás!) A legfontosabb ebben a tekintetben pedig a szakembereink SZAKMAI KIVÁNCSISÁGA! “jól láttam e, elég volt e a felkészítésem, hova tudok eljuttatni egy-egy játékosomat stb..?!”



Javaslom a futball modell kialakításakor és a csapataink játékanak beállításakor:

- Ne feledjük – a Klub részére hosszútávon nem járható út, hogy az MLSZ Produktivitási rendszeréből ne részesedjünk, mint ahogy ezt teszi jelenleg is több száz alacsony osztályú kis Klub. Szemléletet kell váltanunk, amennyiben szakmailag és gazdaságilag lépést akarunk tartani a hasonló klubokkal és ki akarjuk aknázni saját magunk számára az utat.
- Produktivitás, egy példán keresztül: 1 produktív pont 4000Ft.

FIKCIÓ:

- Amennyiben 2-3 év múlva a saját NBIII-as csapatunkban játszik a jelenleg U17-es Molnár Bence, az U15-ös Pluhár Ákos, Németh Szabolcs vagy az U13-ból Farkas Bence DE egyébként véleményem szerint az U19-en kívül minden korosztályunkban van 3-4 gyerekünk játékosunk, akik a következő években kellő szakmai fejlődés és menedzselés esetén NB-s játékosá válhatnak.



Javaslom a futball modell kialakításakor és a csapataink játékanak beállításakor:

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

- Tehát amennyiben ezen SZAC nevelésű játékosok tudatos felkészítést, menedzselést követően a saját NB-s csapatunkban játszanak akkor a szakmai sikerek, elismerések és a Klub szakmai vonzerején túl a következő gazdasági segítséget adják a Klub költségvetéséhez.
- 1 produktív pont = 1 játszott perc.
- NBIII- esetén egy 0,25-ös szorzót kell használni, amihez a saját nevelés esetén hozzáadhatunk egy extra 0,5-ös szorzót azaz (0,75) a Mi példánkban a saját nevelésű gyerekek esetében a saját NBIII-as játékperc $4000 * 0,75 = 3000$ Ft/perc díjazásban részesülünk. Egy szezonra vetítve ($38 * 90 = 3420$ perc) 1 játékos díjazása ezek alapján 10 millió Ft lehet.
- 3 játékos esetén ill. A saját csapatunkon kívül más klub NB-s rendszerében játszó játékosunk hozott Produktív pont bonusza pedig jelenthet akár 30+millióFt pluszt a költségvetésünkben minden évben.
- Mindez pluszban az alapvető NBIII-as normatív 27MFt támogatáshoz.
- Magyarul a jól végzett sportszakmai munkánk besegít a Klub költségvetésébe és szakmailag törli az utat maga előtt, ezzel hogy cca. 50-60MFt extra pénzt tud bepumpálni a klub költségvetésébe.
- A 24. órában vagyunk ezt a munkát elkezdtétek, tovább kell lépnünk!



Hol tartunk jelenleg, mit kell tovább építenünk: “jövő biztos SZAC!”

A fejlődési lehetőségeink és az erősségeink! (értékeink és gyengeségeink)

- Természetesen szükséges a játékosaink és a csapataink fejlődésének szempontjából még sok egyéb körülmény, de ezek közül sok olyan áll a rendelkezésünkre melyek jelenleg már nem a kezdeti stádiumban vannak, hanem az előzményeknek és (a Ti) az itt dolgozók munkájának köszönhetően nagyban segítik a továbblépésünket, mert nagyon pozitív a jelen állapot vagy karnyújtásnyira vagyunk egy magasabb szint elérésétől.
- A KLUB tradíciói az elnökség az alapítók! (Klub kultúra)
- ISTENES LACI ELNÖK ÚR hitelessége, lelkesedése, állandó jelenléte és stílusa mint vezető és mint sportoló, példamutatása.
- Az infrastruktúra és az eszközök, felszerelések, eddig elért állapota és a várható előrelépések évről évre.
- Az itt sportoló cca. 220 fiatal és idősebb, sport és kultúrkör tag egyaránt, a generációk találkozása és a barátságok központja.



Hol tartunk jelenleg, mit kell tovább építenünk:

- Rakonczay András UP szakmai igazgató: a Mi kategóriánkban egyedül álló óriási szakmai és egyéb tapasztalatával felépített rendszerének és a működtetett ciklikus periodizációnak köszönhetően, fegyelmezett, rendszerben gondolkodó, motivált UP edzők és csapatok. Személy szerint számomra a szakmai terveimben a “közös nyelvet és a nagyon hasonlóan látott szakmai irányt” jelenti.
- A menedzsment és a szakosztályt vezető alakító Hargitai Laci komplex rendszer ismerete és a „nyugodt erőt” pozitív jövőt építő hozzáállása.
- Fiatal főként saját nevelésű FELNŐTT CSAPAT tehetséges később akár a feljebb lépésre is alkalmas, motiválható játékosok.



A prezentációban a terveim(ink) mellett a rendszerben gyűjtött tapasztalatokat a jelen állapot felmérését használtam, hogy a következő időszakra tervet készítek, továbbra is fókuszálva azon két (1.-2.) területre melyet sportigazgatóként menedzselek.

- 1.) A játékmódel kialakítása Klub szinten, Csapataink taktikai játékanak beállítása pedig korosztályonként, egységesen a Klub játékmódeljének megfelelően! Szorosan együtt működve a csapat edzőjével és a Szakmai igazgatóval! (az első lépések az aktuális csapatokkal megkezdődtek U13-U17-U15, ill. A jelen preziben kezdeményeztem a játékmódel közös kialakítást, saját csapatnál való felállítását!)
- 2.) TAKTIKAI és TECHNIKAI EGYÉNI (fejlődés) KÉPZÉS!



- **TAKTIKAI és TECHNIKAI EGYÉNI KÉPZÉS!**
- (a játékosok egyéni fejlesztése szintén megkezdődött egy-egy korosztálynál, az edzések közben, külön állomásként beillesztve vagy az edzés gyakorlatokban, plusz az edzések után kis csoportban)
- Az “egyéni képzés” folyamatáról, lépéseiről külön prezentációt készítünk, a következő két hónapban szintén közös munkával rakjuk össze ennek a részleteit, hogy minél hatékonyabban működjön és természetesen SZAC specifikus legyen.
- **FONTOS** már induláskor a játékosokban tudatosítanunk, kialakítanunk a következő gondolatokat az egyéni képzéssel kapcsolatosan:
 - ✓ A legfontosabb az egyéni plusz munka végzésekor, hogy nem elsődleges mit milyen gyakorlatot végzünk, sokkal inkább, hogy hogyan hajtjuk azt végre. Teljes intenzitással, teljes koncentrációval érdemes csak végezni, kizárólag ebben az esetben idegződnek jól be, válnak automatizmussá a gyakoroltak.
 - ✓ Ne csak az edzésen és a plusz szervezett egyéni képzésen gyakoroljanak technikákat, hanem teljesen önállóan bármikor, bárhol, de tegyék tudatosan.





• TAKTIKAI és TECHNIKAI EGYÉNI KÉPZÉS!

- ✓ Mindig a könnyűtől a nehéz feladatok az egyszerűtől a bonyolult felé haladva gyakoroljunk. Csak akkor lépünk tovább amikor már biztosan készség szinten tudunk egy technikát alkalmazni és természetesen ehhez is térünk vissza időről időre, mert így válik egy egy technika automatizmussá.
- ✓ A gyakoroltakat használjuk az edzésen a játékoknál és a mérkőzéseken, építsük be a játékunkba.
- ✓ COERVER – COERVER - COERVER
- ✓ Első lépések, elsődleges és egyénileg mindig fejleszthető technikák.
- 1. Passztechnikák: a lábtartások és ezek hasznos használhatóságának a változatai. Belsővel, telirüsszttel, külsővel. A távolságok jelentősége 5-8méter, 10-15méter és 20-30méter a nehézségük és a gyakoriságuk szerint felépítve. Mindkét lábat azonos mértékben használva. A rövid 5-10méteres passzok gyakorlásakor használjunk palánkot a hosszabb passzok gyakorlásakor dolgoztassuk párban a játékosokat. A mai modern felgyorsult játékban nagy jelentősége van a játékosok által alkalmazott PASSZ SEBESSÉGNEK! a fentiek gyakorlásával ezt készítjük elő. Gyakoroljuk a labda finom és optimális érintését a labda dinamikus megütését és az irányítását. Pontosság és megfelelő sebesség.

• TAKTIKAI és TECHNIKAI EGYÉNI KÉPZÉS!

1. 2. Rúgótechnika fejlesztése: a lábtartások hozzáillesztése a megfelelő technikák alkalmazása a különféle akciók során, indítások, átadások, kapura lövések. Ívelések, nyesett átadások, lövések. Belsővel, belső csüddel, teli csüddel, külsővel, fektetett rüszttel. Álló, mozgó labdát előkészített labdát és kapásból érintett labdát. Mindig feszes lábtartással.
2. Átvételek-labdakezelések: (későbbi preziben)
3. Labdavezetések: (későbbi preziben)
4. Cselek-váratlan döntések labdával: 10 csel elsajátítása készség szinten. (Testcsel, átlépős csel, lövő csel, leforgós csel külső-belső irányba, talppal elhúzó csel, Zidane csel, Puskás csel..stb.) Lényeges a cselek először pionnal, passzív védővel történő gyakorlása, de ennek ellenére a „hihető” végrehajtás nagyon lényeges ahhoz, hogy aktív védőre tudjunk váltani. A csel soha nem magáért a cselért csináljuk, hanem, hogy területet, időt nyerjünk és jobb pozícióból folytathassa a csapat a játékot.
5. Fejelések: Védekező és Támadó fejelések! (későbbi preziben)



• TAKTIKAI és TECHNIKAI EGYÉNI KÉPZÉS!

(ugyancsak ide tartozik még az U19-nél és a Felnőtt Csapatnál alkalmazható):

- Poszt specifikus képzés technikai és taktikai!
- Egyéni Taktikai poszt vagy technikai hibajavítások, javaslatok, standardek.
- ✓ A futball íratlan törvényeinek – szabályainak tanítása:
- ✓ A jó döntések jelentősége és a hibás döntések kiszűrése.
- ✓ Javaslatok a hibásan alkalmazott játék szituációk kiváltására: mint például az ellenfélbe belefordulni hajlamos játékosok segítése a vissza passz üres területre-irányba lenyitás.
- ✓ Első érintések jelentősége, koncentráció.
- ✓ A labda felvevő játékos “protokol”, folytatás: 1.támadóirányba, 2.oldalpassz azonos minőségű folytatás, 3.visszapassz mélységben birtokolva a labdát, 4.egyéni játék (hozz ki a lehető legtöbbet a szituból)!
- ✓ “Magam elé, azonos oldalon nem indítok” helyette fölpassz, oldalpassz, keresztlabda stb.
- ✓ Nagypályás futballban nem lehet hosszan keresztbe passzolni labdát az ellenfél védekező láncai előtt, főleg lassú passz sebességgel. Sokat utazik a labda ellenőrizetlenül, labdavesztés az eredménye.
- ✓ A TAKTIKAI SEGÍTSÉGEKET GYAKORI TIPUS HIBÁKAT ÉS MEGOLDÁSOKAT SZINTÉN ÖSSZEFOGLALOM: (későbbi preziben)



“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

..és akkor nézzük a 4 játékelemet, hogy töltjük fel, mi az amit min. meg akarunk tanítani, látni akarunk a csapatainktól a játékban a pályán..!

- A 4 football taktikai alapelem!

- **TÁMADÁS** (SZAC 50%)

- - ...

- átmenet TÁMADÁSBÓL – VÉDEKEZÉSBE (SZAC 10%)

- - ...

- **VÉDEKEZÉS** (SZAC 25%)

- - ...

- átmenet VÉDEKEZÉSBŐL – TÁMADÁSBA (SZAC 15%)

- - ...

Én beírom az általam preferált SZAC szintnek tekintett, (ahhoz, hogy elmondhassuk „Tudunk Futballozni”) az UP-ban ill. a Felnőtt futballban nélkülözhetetlen taktikai elemeket, Ti pedig egészítsétek ki, majd állítsuk össze az edzéseket annak tudatában a Ciklikus Periodizáción belül, hogy tudjuk EZT akarjuk elérni!



TÁMADÁS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Labdabirtoklás:

- Labdabirtoklás mint alapjáték, a játékosaink “játék” tanulási folyamatának legjelentősebb állomása!
- A labdabirtoklásra való felkészítéssel tehetünk legtöbbet annak érdekében, hogy a játékosaink megtanuljanak futballozni.
- A labdabirtoklást magában soha nem csak azért csináljuk, hogy nálunk legyen a labda, mindig keressük azt a “jelet”, lehetőséget, ami a labdabirtoklásból, gól szerzési lehetőség kialakítása felé vezethet számunkra, azaz átléphetünk támadásba.
- A labdabirtokláshoz szükséges adott esetben a kapustól a labdahihozattal való elindulás, rövid kipasszolt labdával a Kapus bevonása a labda birtoklásba.
- A hatékony és eredményességet is magában hordozó labdabirtoklás, irányba az ellenfél kapuja felé történik, minél többet a középső zónában és a támadó térfélen tartózkodva.
- Az irányba történő labdabirtokláshoz szükséges a támadó csapat játékosainak a „taktikai szerkezetből, pozíciókból” kilépni, háromszögeket és rombuszokat alkotni, hogy mindig legyen több alternatíva a labdás játékos részére átlós és mélységi passzoláshoz.
- A mindenkori szerkezettől függetlenül a labdabirtoklásra készülő csapat játékosainak azonnal át kell rendeződniük és nem lehetnek egy sorban (láncban), sem szélességben sem mélységben egymással a játékosok, el kell mozdulniuk a “láncok” közé belépve és felvenni a háromszögeket, rombuszokat.



TÁMADÁS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Labdabirtoklás:

- Tehát a labdabirtokláshoz csak az első lépés hogy nyitunk szélességi-mélységi irányba, forgató játékosok jelennek meg, de ezen túl a háromszögek, rombuszok kialakítása és a játékosok egymáshoz való távolsága is fontos az átlós támadó passzirányok kialakításához.
- A labda kihozatalától a támadó passzirányok keresése, beszűkülés esetén forgatás, átlépés oldalra másik zónába ott folytatva a megkezdett támadó mélységi passzirányokat, mindezt addig forgatva keresve a réseket lehetőségeket, amíg az ellenfél védekezése tolódása elcsúszik.
- Amennyiben lassúra sikerül a labdajáratás az ellenfél védekezése nem késik, csúszik el, akkor **NAGY TÜRELEMMEL**, folytatjuk kezdjük újra és próbáljuk a **PASSZSEBESSÉGET** növelve hibára kényszeríteni a védekezést.
- Az ellenfél jól alkalmazott pressingje ellen megoldást jelenthet a visszafelé passzolt labda mélységben és nagy passzsebességgel történő átforgatás az ellenkező oldalra az ellenfél által pressingelt területtől a legtávolabbi támadó zónába.
- Az ellenfél letámadása ellen a gyors passzal megjátszott a mezőnyt szemből átlátó játékos ill. az Ő vagy a pressingelt játékos által adott hosszú passz, keresztlabda vagy a letámadás mögé löbbölt indítás, jelenthet megoldást, de kibúvót jelenthet a labdavesztés alól a mélységben nagyobb távolságra visszapasszolt labda a passzoló játékos felnézése után.



TÁMADÁS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Labdabirtoklás:

- A labdabirtokláshoz elengedhetetlen az üres területekre, passzfolyosókba sokat bemozgó játékosok, aktivitása, játék értése, minimum szükséges mindig 2-3 alternatíva legyen a labdás játékosnak ahhoz, hogy ne legyen labdavesztés ill. hatékony maradjon a labdabirtoklás.
- A labda felvevő játékosok mindig jó pozícióban legyenek és hozzanak gyors döntéseket, a folytatás irányáról, mikor gyorsít a csapat, mikor játszik visszafelé.
- Törekedjünk az ellenfél kapuja felé legközelebbi szabad területre mozgó társat megjátszani, ennél a lehetőségnél kihagyható a kézenfekvő közelebbi játékosok megjátszása.
- Keressük a mélységben felpasszolható labdákkal a társakat és amíg a labda úton van forogjunk alá a vissza passz lehetőségét biztosítva a társnak.
- A labdás játékosok mögött nagy figyelemmel kell a legközelebbi mélyebben helyezkedő játékosnak lenni és biztosítani a labdavesztés esetén.



TÁMADÁS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Labdabirtoklás:

- A labdabirtokláshoz elengedhetetlen plusz főleg az ellenfél térfelén a játékosaink kreativitása, szorult helyzetben egyéni játéka.
- A rések és a tolódás mielőbbi elcsúszásának érdekében a passzsebességet, ritmust és passzirányváltásokat tudjuk fokozni.
- Labdabirtoklás és a passzjáték közben több olyan jelet észre kell vennünk amikor egyéni játékkal, csellel szükséges a labdát megtartanunk ill megjátszanunk. Egyik ilyen lehet az ellenfél presszingje amikor zárják a passzirányokat és utoléri a passzsebességünket, akkor a játékosunknak egyéni játékkal kell tovább játszania.
- Domináns labdabirtoklást csak nagy passzsebességgel és sok mozgással lehet felépíteni, ehhez pedig szükséges a technikai képzettség mind a labdák továbbításánál, mind a labdák kezelésénél, átvételénél, IRÁNYBAvételénél.
- A felnőtt futballban olyan játékos nem tud részt venni aki a labdát egyénileg és csapatban nem tudja birtokolni.



TÁMADÁS!

Labdabirtoklás:

- A labdabirtoklást tudjuk használni arra, hogy támadásokat készítsünk elő, de arra is, hogy önbizalmat növeljünk domináljunk labdával egy mérkőzésen.
- Használhatjuk felgyorsult gyors ellenfelek ellen.
- Használhatjuk idő “lefuttatásakor”, vagy az ellenfél kifárasztására, külön csapat taktikai elemként (lásd. SZAC U13 az akcelerált ellenfelek ellen).
- A Mi döntésünk, amennyiben már nem kell eredmény centrikusan birtokolnunk a labdát valamilyen okból pl.(meg van az eredmény és fárad a csapatunk v. kevesebben vagyunk), akkor egyre szélesebben kevésbé hosszán a hossz tengely irányába, egyre többet keresztben futtatom az ellenfelet.



TÁMADÁS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Gyors támadások és befejezések:

- A labdabirtoklásból átkell lépnünk a megfelelő jelekre felgyorsított támadásokba és befejezésekre.
- Az ellenfél védekezésének elcsúszása lelassulása esetén a széleken való megbontáskor a védelem mögé kerülés után a középre adott beadások befejezése, a beadásokra való érkezések... A rövidre lendületes érkező akit lőtt labdával próbálunk eltalálni, hogy egy érintéssel tudja kapu felé továbbítani a labdát. A hosszúra érkező játékos kivár a végletekig, hogy a labda tényleges ívéhez képest tudja módosítani a mozgását érkezését befejezés fejjel v. kapáslövéssel. Második hullámban érkező támadó középpályás megjátszása lapos erőből visszalőtt passzal. Esetleg a 11-es pontra érkező jól fejelő játékosunk keresése beadással.
- A középső zónában való létszám kiegyenlítődés észlelése esetén egyéni játék, cselekkel való bebújás, gólhelyzet kialakítása.



TÁMADÁS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Gyors támadások és befejezések:

- A mélyen tömörülő védekezés ellen a labdabirtoklást irányítottan az ellenfél védekezése elé tereljük és egyéni játékkal lövő helyzetet kialakítva keressük az átlövés lehetőségét a réseket a védekezésben.
- A mélyen védekező, de nem tömörülő védekezés ellen hasznos lehet a labdabirtoklásból egy-egy türelemmel fölépített jó magasságban végrehajtott “gyilkos” passz a védők közé a 16-os területén belülre.
- A leggyakoribb a normál 30m – félpályán v. – még magasabban védekező csapatok védekezése ellen a labdabirtoklásból a védelem mögé a résekben bepasszolt v. beívelt labdákkal kell futtatnunk a szélső vagy középső támadónkat figyelve a les szabályra és a jó ütemre amikor a támadó társunknak minimum az a helyzeti előnye meg van, hogy egy magasságba ért a védőjével, ráadásul a társunk a labda irányával azonos irányba mozog így helyzetbe tud kerülni. A labdát érdemes a legrövidebb úton juttatni a támadó társunk elé, területbe berúgva a lehető legkisebb ívben, hogy a labda íve alatt a védekezésnek a legkevesebb ideje legyen helyezkedni.



TÁMADÁS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Gyors támadások és befejezések:

- A jó helyen magasan az ellenfél kapujához közeli területen megszerzett labda vagy a labdaszerzéskor az ellenfél védelmén elcsúszást, rendezetlenséget észlelés esetén a lehető leggyorsabb támadás és befejezés felépítése. Lehetőleg az elcsúszást a legközelebről kihasználni tudó játékos vagy a kapu elé a leggyorsabb úton érkezni tudó játékos megjátszása.
- Amennyiben átlagnál gyorsabb játékosal rendelkezünk, lehet egy taktikai fegyver a labdabirtoklás ill. a gyors támadás építés, befejezéshez a játékosunk előtti terület kiürítése az ellenfél “elcsalása” másik zónákba, ahonnan tudatos játékelemként futtatjuk a gyors játékosunkat.
- A gyors támadás építéseknél és leginkább a ritmus váltásakor szükséges induló játékos, játékosok mozgással való helyezkedése, betörése üres területekre, akik megosszák az ellenfél védekezését mélységben és rendezetlenséget teremtenek, helyzetbe hozzák magukat vagy a társakat.



VÉDEKEZÉS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Védekezés a szerkezetben, láncokban zártan tolódva: (labda szerzések egyéni akciókkal, kezdeményezésekkel)

- A védekezésben nélkülözhetetlen csapat és egyéni (játékos) viselkedések: Agreszivitás, Koncentráció, folyamatos Kommunikáció, a védekezést hátulról a mezőnyt leginkább átlátó Kapus-Belsővédők-Középpályások részéről érkező irányítás védekezés szervezés.
- A mindenkori védekező szerkezet szerinti helyezkedés.
- Védekezés a támadó harmadban: a szerkezetben, különösen csapatrészenként és lánconként együtt mozgó a távolságokat (oldal és mélységi) megtartó csapat mozgás. (együttes pressing). A labdához legközelebbi "jelet" érzékelő játékos agreszív pressingje a mögé záró fedező passzát záró játékosok megérkezése labdaszerzési szándékkal. A náluk mélyebben védekező csapatrészeink ill. játékosaink a sikertelen labdaszerzésünk esetére berendezkedve szerkezetben csapatrészek a helyükön, de a játékosok felveszik az ellenfél támadóinak a közelségét a támadásban legvalószínűbben résztvevő támadókat szűkebben emberfogásra váltva kontrolláljuk. (vegyes védekezés). Lehetőség szerint a védővonal megkezdése a támadóink által egészpályás letámadásnál az ellenfél 16os-án belül lesz, ahogy visszatámadás és magas pressing esetén is, ilyenkor a védelmünk a félpályánál a középpályásaink tagozódva az ellenfél térfelén az esetleges előre rúgott labdákra ill. a második labdákra helyezkednek. Átmenetileg max. 30-35m-es csapat.
- Elsődleges a hosszú indítások és a kereszt forgatások megakadályozása, a les elleni kiugró támadók kontrollálása, a távolságokat és a pressing mértékét ehhez viszonyítsuk.
- A pressing nyomásának a fokozására érkező jelek lehetnek: a csapat tolódásunkkal az oldalvonalakhoz terelt ellenfél beszorulása, egy rossz labda átvétel vagy nem irányba átvett labda, egy rosszul kivitelezett pontatlan vagy passzsebességét tekintve lassú labda, az ellenfél „gyenge” láncszemének hibára készítése, megbeszélte zónákba jutó labda pl. (félpálya-oldalvonal) stb..



VÉDEKEZÉS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Védekezés a szerkezetben, láncokban zártan tolódva: (labda szerzések egyéni akciókkal, kezdeményezésekkel)

- Védekezés a következő zónában a pálya középső harmadában, szűkebben láncokban és mélységben védekező csapat felállás, a védősor és a középpályássor között minimális távolság a középpályásaink és a támadóink között szintén kisebb távolság, de mindenképpen a középpályásainknak kell figyelni és kontrollálni a sorok közé érkező ellenfél játékosokat és az érkező labdákat, átadásokat a passzsávok zárásával megakadályozni, labdát szerezni. Támadóink által meghúzott védelmi vonal legmélyebben a félpályánál, védelmünk és a lesvonal a kapunktól 20m-re, max. 25m hosszú, 30m széles csapat.
- Az ellenfelet most is az oldalvonalak felé tereljük, ahol jól pressingelhető, de itt már az egyéni játékokra is figyelünk és leginkább a mélységi beindulásokra, beindításokra.
- A szélső játékosaink a labdás oldalon befelé zárnak a belsővédő felé a kettőjük közt passzsávot, passzfolyosót lezárva, majd labdacentrikus mozgással kifelé terelik az ellenfelet az oldalvonalhoz és mielőtt akciót, beadást kezdeményezne, a támadót pressingeljük, letámadást indítunk ellene, ameddig nincs beadó pozícióba ill. a lendülő láb mint utolsó fázis ellen.
- A tolódással az oldalvonalakhoz terelt labdás ellenfélhez képest a passzív másik oldali szélső játékosaink, behúzódnak a pálya tengelyébe akár egészen extrém módon a pálya hosszanti felező vonaláig, de mindvégig szem előtt tartva, kontrollálva az ellenfél esetleges keresztlabdáit az azokra történő reakciókat előkészítve koncentráltan. A labdás oldalt a befelé húzódás hatására extrém emberfölénnyel és területi zárással kontrolláljuk a forgatásra pedig reagálunk. A játékot figyelve az arra alkalmas ellenfél játékos esetleges láb lendítésétől kezdve a keresztlabdára való áttolódás csapat szinten is megtörténik, de elsődlegesen a labda íve alatt a szélső védő extrém pressingje kezdi meg a labdaszerzést.
- Elsősorban a belsővédők és a védekező középpályások kommunikációjának a felelőssége a védekezés magasságától függően a megfelelő védekező játékosok közötti távolság kialakítása, megtartása. (1. magas pressing-ellenfél térfelén, 2. a pálya középső zónája, 3. a védekező harmad).



VÉDEKEZÉS!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Védekezés a szerkezetben, láncokban zártan tolódva:

- Védekezés a védőharmadban a 16-os vonalán, annak előterében, extrém esetben becsúsztatva a 16-on belülré. Extrém szűk csapat a játékosok közötti távolság max. 5m, a csapatrészek, láncok szintén minimális mélységi távolságra egymástól farkasfog alakban eltolódva, így zárva a legszélesebb területen a passzsávokat, engedve a szélek megjátszását a csapat max. 20m hosszú és 25m széles.
- Elsősorban a gólszerzési lehetőségre legalkalmasabb pozícióban lévő támadók és pozíciók biztosítása, a kapu védelme. A kapunkra veszélyes támadók bekettőzése.
- A védelem és a középpályások közötti távolság minimumra csökkentésével kitolni az átlövés lehetőségét és figyelni a védekezésünk, védőink közé belőtt labdákra gólpasz sávokat ellenőrizni. A távolságokat a védekezésen belül az ellenfél labdás játékosának a közelsége határozza meg, minél közelebb ér a labda a kapunkhoz annál szűkebben védekezünk.
- Az átjátszott vonalaink, láncaink vissza-rásegítése visszafelé mozgással a védekezésünkre, ezáltal is fokozva a nyomást az ellenfél támadásán. Mindenki a labda vonala alatt.
- A pálya tengelyében és a vonalak mellé terelt labdás támadók esetében is a labda környezetében létszámfölényt kell kialakítanunk a szűk és a tömör egymást segítő játékosaink gyors, agresszív mozgásával, rendeződésével.



TÁMADÁSBÓL-VÉDEKEZÉSBE való átmenet!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Labdavesztés:

- Labdavesztéskor függetlenül attól, hogy a pálya mely területén vagyunk, azonnali visszatámadást kell indítanunk a labda visszaszerzése érdekében. Használjuk ki, hogy az ellenfelünk is a labda megszerzésekor a leginkább rendezetlen egy támadás v. labdabirtoklás megszervezésére, így itt a labdavesztés helyén és minimális ideig, amíg az ellenfél el nem viszi-forgatja számára biztosított zónába a labdát.
- A visszatámadás elsődleges célja a labda azonnali visszaszerzése, míg a másodlagos az ellenfelet vissza ill. oldalpasszra kényszeríteni, így elkerülni a mélységi passzt azaz a gyors előre játékukat.
- A visszatámadásban résztvevő 1-3 játékoson kívül a hátrébb helyezkedő játékosok kommunikálnak, koncentrálnak a visszatámadás sikerességére és attól függően, hogy az akció milyen sikerrel folytatódik, rendeződnek a labda felé vagy a védekezési formáció felvételéhez. A legmélyebben helyezkedő védekezésben résztvevő játékosok pedig rendeződnek a védekezéshez, de mindenképpen a területek és a pálya labda felé irányuló szűkítésével szélességben és mélységben is. A közvetlen védekezésben résztvevő játékosok a területvédekezésből eltolódnak a legveszélyesebb pozícióban lévő támadók felé és emberfogással presszionálják őket egy esetleges gyorsan felépített támadás, kontra támadás megakadályozása érdekében.



VÉDEKEZÉSBŐL-TÁMADÁSBA való átmenet!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Labdaszerzés:

- Labda szerzés esetén két utat választhatunk.
- ✓ Azonnali gyors támadás szervezése!
- ✓ A labda biztonságos, általunk kontrollált helyre juttatása.
- Az első verzió a gyors támadás szervezése, akkor működhet hatékonyan, amennyiben váratlanul v. jó helyen (magasan) az ellenfél kapujához közeli területen szereztünk labdát vagy az ellenfél védekezése annyira rendezetlen szélességben, mélységben esetleg emberük hiányzik a védekező láncból stb., hogy azt a hibát kihasználva gyorsan tudunk helyzetbe kerülni. Ezekben az esetekben mindig szükséges mélységi és meggyorsított passz-labda sebességben gondolkodni, induló embernek lenni a támadáshoz, váltanunk kell gyors gondolkodásra, döntésekre, cselekvésre esetleg egyéni akciókra és nagyobb kockázatú passzokra, annak érdekében, hogy minél előbb a legrövidebb úton az ellenfél kapuja elé érjünk gólhelyzetet alakítva. Fontos még az első számú induló szélső vagy belső támadó mellett, hogy a mögöttes területen megjelenjen plusz támadó középpályásunk vagy másik támadó, mert amennyiben az induló emberünket kontrollálják, akkor a mögöttes területeken ezt a játékosunkat tudjuk megjátszani esetleg az induló támadó Őt tudja helyzetbe hozni. Abban az esetben tudatosan törekedhetünk a magasan („jó helyen”) szerzett labdákra, amennyiben rendelkezünk átlag feletti gyorsaságú v. 1-1 elleni játékban erős játékosal, így a labdaszerzések után az Ő megjátszásuk szintén taktikai erősségünk lehet.



VÉDEKEZÉSBŐL-TÁMADÁSBA való átmenet!

“ÍGY JÁTSZUNK MI!”

Labdaszerzés:

- A labda szerzést követően a másik verzió, amit tehetünk, hogy a labdát biztonságos, általunk kontrollált helyre juttatjuk.
- A labda szerzés helyétől elforgatni, elvinni a játékot, akár mélységi visszapasszokkal, amíg a csapat feltud állni a labdabirtokláshoz és nyit szélességben-mélységben, megjelennek a segítő-forgató játékosok ill. elkezdjük kialakítani a háromszögeket-rombuszokat.
- A labdás játékos mögé folyamatosan biztosító emberek szükségesek, “aláforgással”, hogy a labdás, amennyiben nem tudja előre vagy oldal passzal folytatni a labdabirtoklást, akkor mindig alternatívát adjunk részére. Itt van nagy jelentősége annak is, hogy a kapusunk helyezkedése szintén tudatosan a labdabirtoklásra forgatásra irányuljon, (sőt edzésen gyakoroltassuk) hogy részt tudjon venni a játékban.
- A labda szerzésünk után az ellenfél pressziója, visszatámadása határozza meg első sorban azt, hogy milyen passzsebességgel kell az elforgatást végrehajtanunk, de ezt egy-egy hosszabb mélységi passz segít kivédeni.



“ÍGY JÁTSZANAK A MI JÁTÉKOSAINK - CSAPATAINK!”

KARAKTER

MENTALITÁS

TECHNIKA

FAIR PLAY

TEHETSÉG

KITARTÁS

KONCENTRÁCIÓ

AGRESZÍVITÁS

KREATIVITÁS

SZENVEDÉLY

ALÁZAT

FELELŐSSÉG

TAKTIKA

AKARAT

INTENZITÁS

GYORSASÁG

MOTIVÁCIÓ

ERŐ

ELSZÁNTSÁG

