A TERÜLETVÉDEKEZÉS

Adott volt:
Emberfogás söprögetővel

Ellene hatékony az elmozgó rendszerű támadójáték

A futball törvényszerűsége volt,hogy kialakuljon egy,
az elmozgó rendszer ellen hatékony
VÉDEKEZÉSI ELJÁRÁS

Ez a területvédekezés

A világ 20 éve kizárólag ezt használja

Mi Magyarországon most tesszük a kezdeti lépéseket
ÉS EZEK A LÉPÉSEK NAGYON NEHEZEK!!

Az EDZŐTŐL MAGAS SZINTŰ, RÉSZLETEKBE MENŐ ISMERETEKET KÖVETEL

De ez az egyetlen út amely garantálja a taktikai felzárkózást!!!

Miért ez az egyetlen út?

Mert komplexen hat a csapatjátékra

Kondicionális területen is

Védekezésben is
(ellenfél labdabirtoklása)

Támadójátékban is
(labdabirtoklás)

Hogyan hat a kondicióra?

Gazdaságos, energiát takarít meg

Pl:

- támadó keresztben sprintel 30m-t
- védők tolódnak8-8 m-t

Ez minden edző álma

Kevés energia felhasználás a védekezésben, több marad a támadójáték kivitelezésére

Eredmény:

Támadó szellemű csapatot építhetsz!!

Ez az energiafelhasználási különbség megduplázódik. Ha területvédekezést játszó csapat emberfogásos ellen játszik.

Mivel az egész struktúra egymás biztosítására épül, rendkívüli kohéziós erőt alakít ki a csapaton belül.Eddig fel nem fedezett MENTÁLIS ENERGIÁKAT szabadít fel.

Hogyan hat taktikailag?

Emberfogásos védekezésnél nem tudni, hogy labdaszerzés esetén melyik játékos milyen pozícióban van, hisz követte ellenfelét, összekuszálódott a felállási forma.

ERRE NEM LEHET TÁMADÓJÁTÉKOT TERVEZNI!!!

Hogyan hat taktikailag?

Területvédekezésben labdaszerzés esetén minden stratégiai ponton meghatározott játékos van.
(Mivel csak egy határig követik az ellenfeleiket)

Bárhol szereztél labdát

ELŐRE TERVEZHETŐ A JÁTÉK FOLYTATÁSA!

A világ futballjának alapvető eleme a LETÁMADÁS(pressing), mely

PRECÍZEN MEGSZERVEZETT NYOMÁS

alkalmazása a ellenfélre labdaszerzéskor, de még LABDABIRTOKLÁSKOR is!!

Mivel A LETÁMADÁS előre megkomponált rendszert feltételez,

(egyértelmű, hogy az emberfogásos védekezésből fakadóan összekuszálódott csapattal nem megoldható)

KIZÁRÓLAG TERÜLETVÉDEKEZÉSBŐL KIVITELEZHETŐ!!

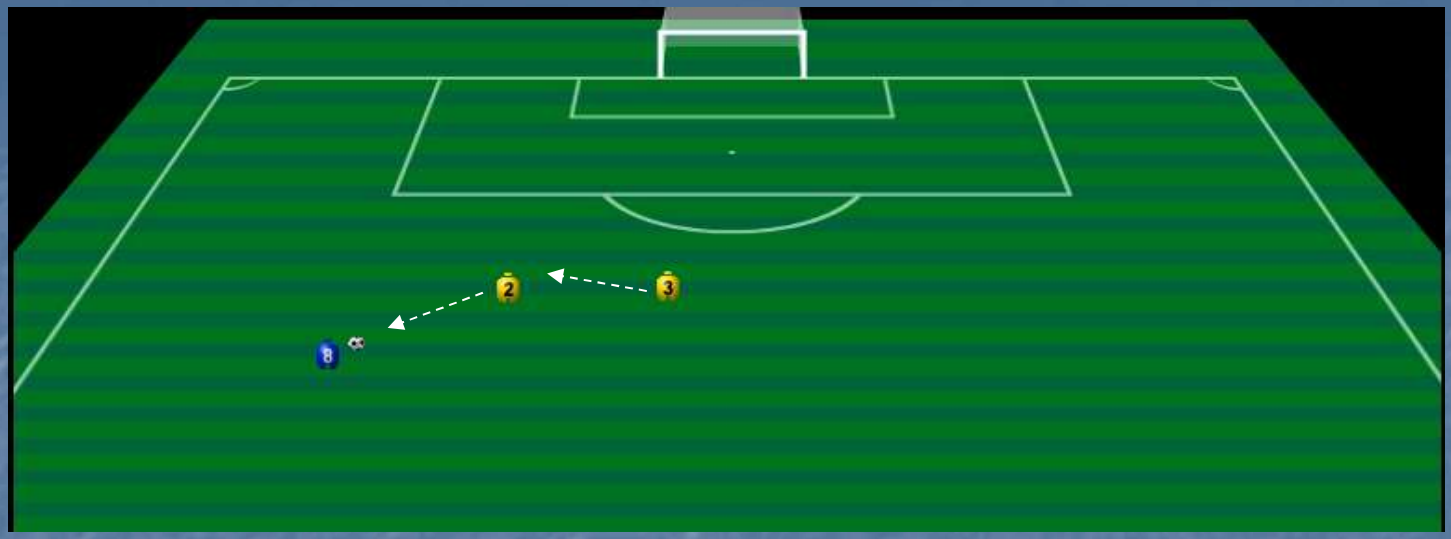
ALAPOK

- A labda helyzete határozza meg a helyezkedést (nem az ellenfél)
- A csapat mélységben is szélességben is szűkre kell tervezni(kevés hely az ellenfél játékára)
  - Tolódás: szélességi szűkítés
  - Mélységi szűkítés (max. 30-40m)
- A védekezésben mindig 2:1-s fölényt biztosít a labda közelében(egymás biztosítása)

A területvédekezés elemei

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Mélységi biztosítás



A labdás ellenfél felvételénél a társ hátulról biztosít.

A biztosítás átlós irányú a kapu felé.

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Szélességi tolódás

A pálya tengelyéhez viszonyítva a LABDA IRÁNYÁBA történő oldal irányú mozgás

Szélességi tolódás

A szélességi tolódás az EGÉSZ CSAPAT-ra érvényes és labda centrikus.

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Átlós (diagonál) védekezés

<u>3 VONALAS:</u> A kaputól távol (30-40m)

amikor az ellenfél átjutott a középpályások vonalán.

A kapus kint helyezkedik, úgy hogy a védelmi vonal mögé belőtt indításokat elérje.

<u>2 VONALAS:</u> A kapuhoz közel (20-25m)

amikor az ellenfél átjutott a középpályások vonalán.

A kapus visszaáll az ötösön belűre.

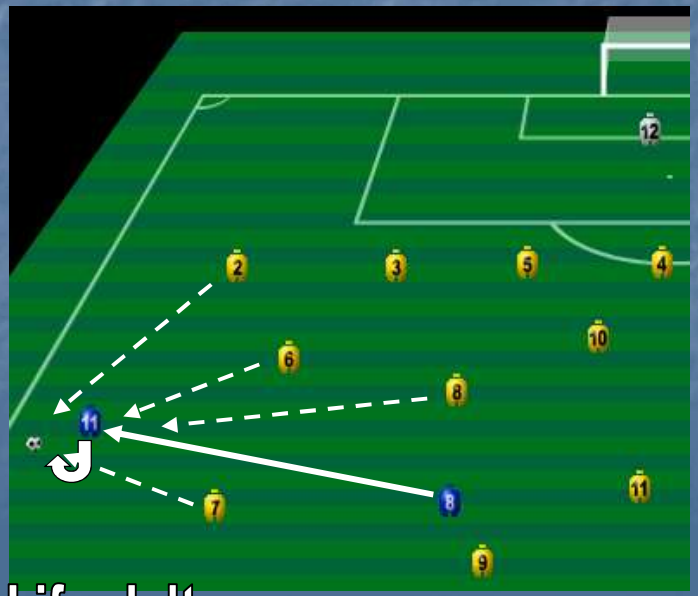
Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

A letámadás jeleinek felismerése

Az ellenfél lassú labdát adott

Hosszan vette át

Maga alatt van a labda



kifordult

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

A letámadás jeleinek felismerése

Ívelt labda

Felpattanó, sokáig levegőben lévő labda

Konklúzió: Letámadás minden olyan esetben

amikor a labdás játékos

nincs a magabiztos, szabad döntés birtokában

Visszatámadás

A visszatámadás minden olyan esetben kötelező, ha

- Lehetőség van a labda gyors visszaszerzésére,

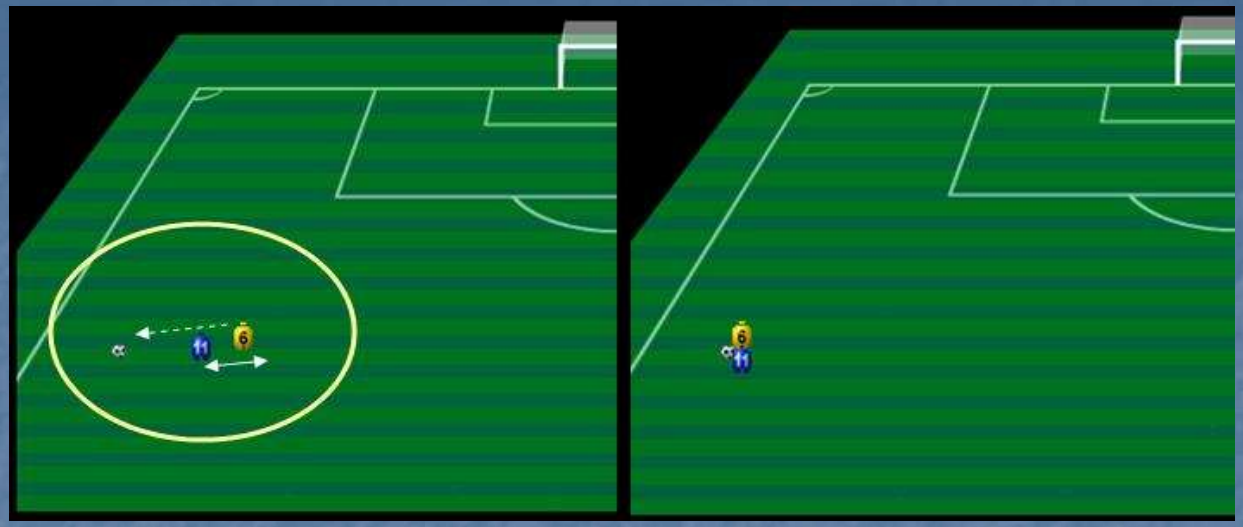
Vagy általa az ellenfél:

- Szélességi játékra,
- Labdavezetésre,
- Hátrafelé való játékra

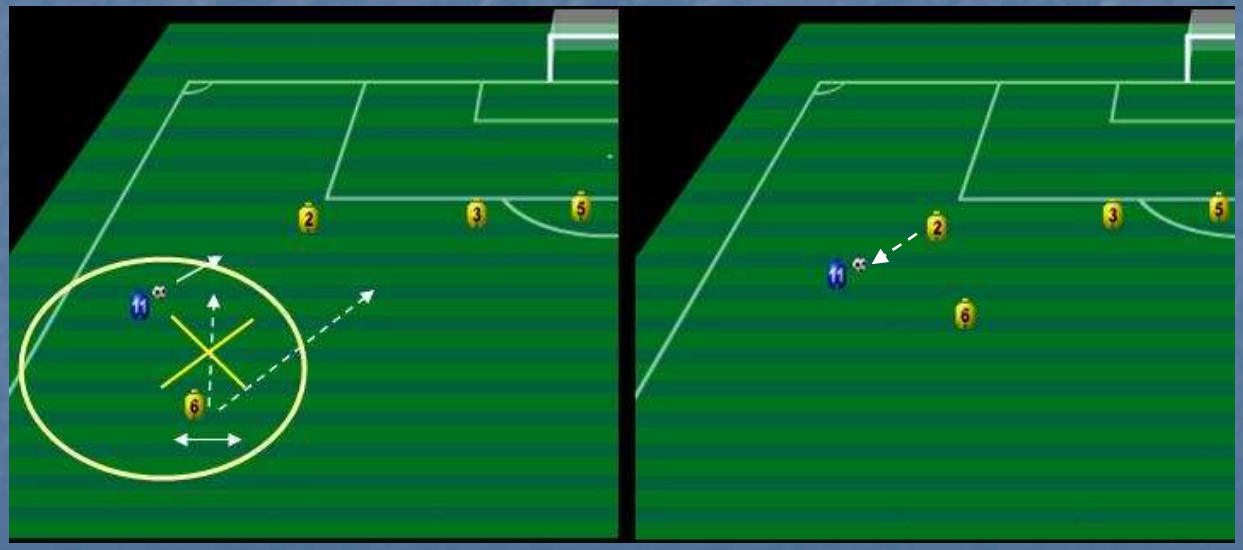
kényszerül

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Visszatámadás



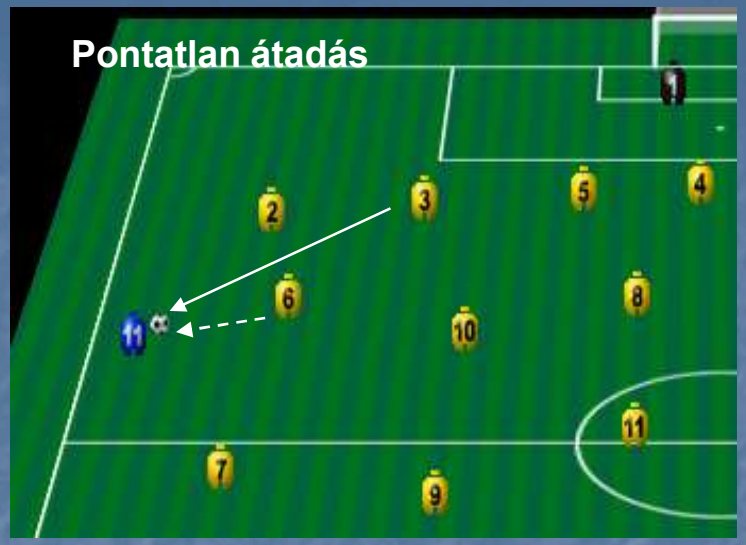
Párharc elvesztése után a visszatámadás kötelező, ha az ellenfél játékosa nincs előnyös pozícióban és van lehetőség a labda gyors visszazerzésére



Párharc elvesztése után a visszatámadás felesleges, energia pazarló, ha az ellenfél játékosa előnyös pozícióban van és nincs lehetőség a labda gyors visszaszerzésére. Ilyenkor a cél a legkedvezőbb védelmi pozíció elfoglalása, de emellett kötelező az indítás kizárása (labdás mielőbbi felvétele)

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Visszatámadás



Labdavesztés után a visszatámadás kötelező, ha az ellenfél játékosa nincs előnyös pozícióban és van lehetőség a labda gyors visszaszerzésére.

Párharc elvesztése után a visszatámadás felesleges, energia pazarló, ha az ellenfél játékosa előnyös pozícióban van és nincs lehetőség a labda gyors visszaszerzésére. Ilyenkor a cél a legkedvezőbb védelmi pozíció elfoglalása, de emellett kötelező az indítás kizárása (labdás mielőbbi felvétele)

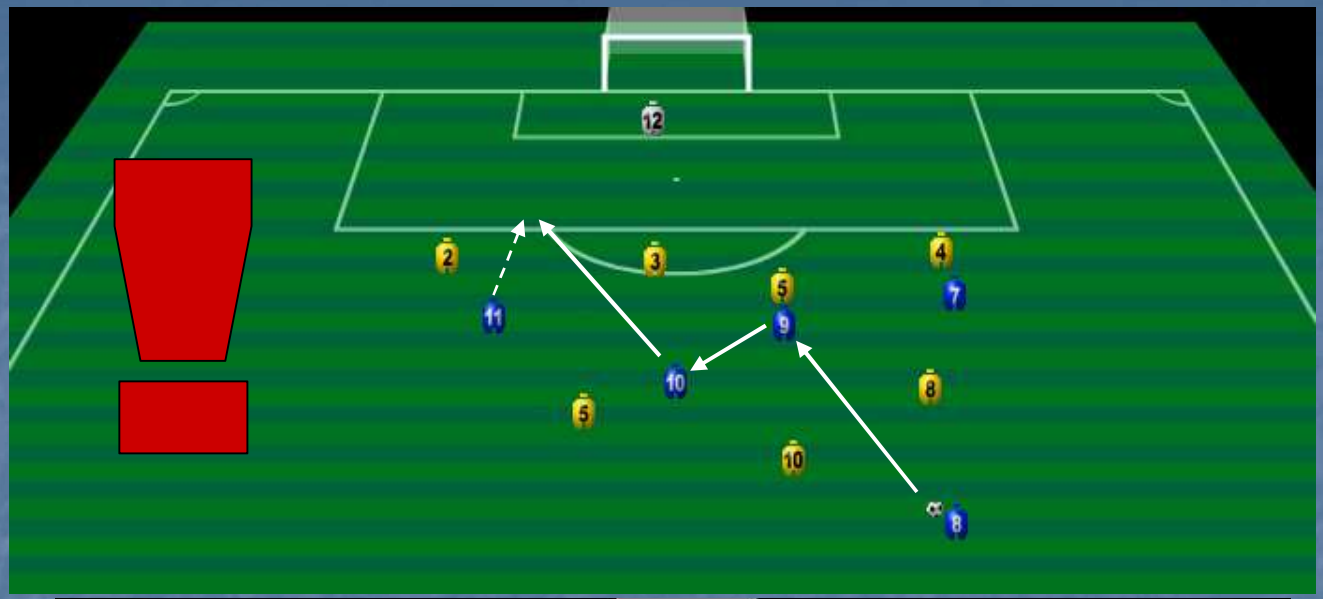
Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Mögézárás

Az ellenfél visszalépő labdás játékosára kilépő védő mögé a védelem tagjai bebiztosítva BEZÁRNAK

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

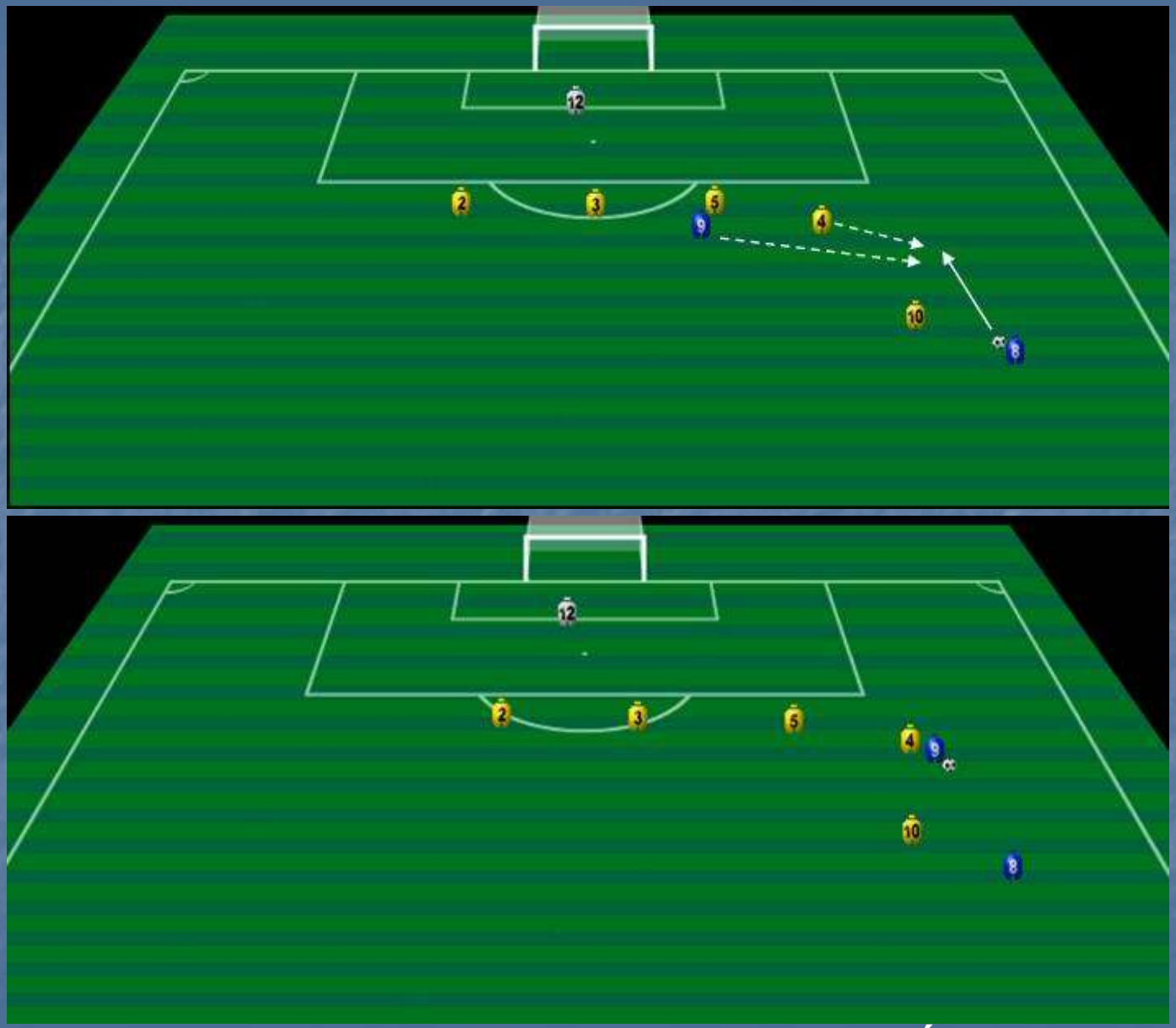
Mögézárás



Ha a mögézárás nem történik meg akkor a védelmi falban lyuk marad, ahova a beinduló éknek bejátszák a labdát

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Beinduló támadó átadása



A védelmi fal előtt beinduló ellenfél támadóját ÁTADNI, mert elé indult, így beleesik a látóterébe, észleli.

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Beinduló támadó követése

A védelmi fal mögé beinduló ellenfél támadóját KÖVETNI, mert mögé indult, így a látóterén kívül esik, nem észleli.

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

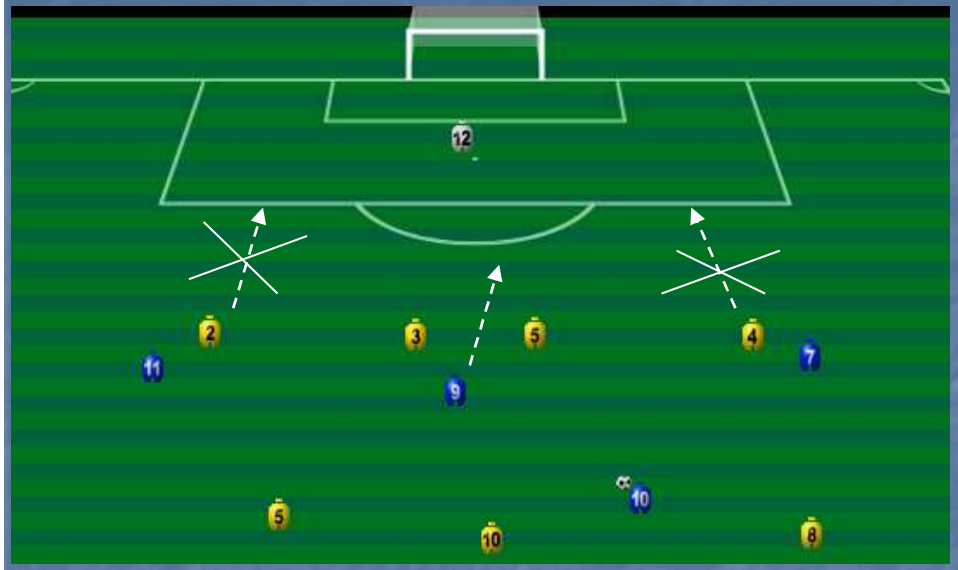
Indítás elleni játék

Ha az ellenfél játékosa INDÍTÓ pozícióban van, akkor a védőknek a saját kapujuk felé be kell hátrálni, ill. nem engedhetik a támadókat, mélységi beindulókat a védelmi vonalba. (Fontos, hogy a védőnek mindig előnye legyen az ellenfél támadójával szemben a saját kapuja felé, de ne távolodjon el nagyon a támadótól.)

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

Indítás elleni játék

Egy beinduló támadó esetén



Ha egy beinduló támadó van akkor nem szabad az egész védelemnek behátrálni, mert teljesen szabadon maradnának a támadók veszélyes pozícióban

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

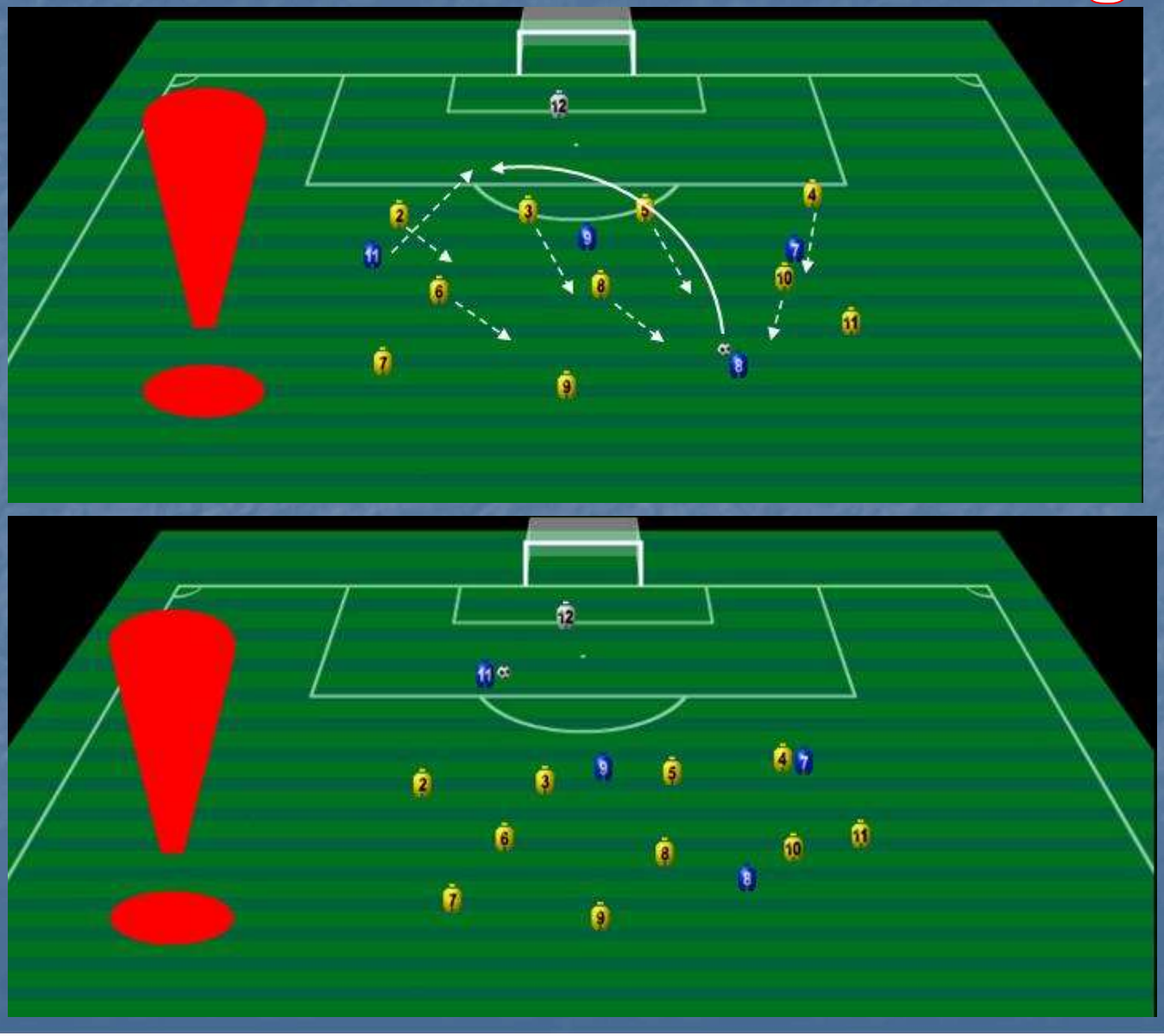
Mélységi szűkítés

A kaputól távolodó labda esetén, kifele mozgás a labda távolodásának mértékéig, HA NINCS INDÍTÁSI LEHETŐSÉGE AZ ELLENFÉLNEK !

A mélységi területszűkítés az egész csapatra vonatkozik.

Mélységi szűkítés

A mélységi területszűkítés TILOS, ha az ellenfélnek idítási lehetősége van



Fontos a szűkítésről való átváltás, gyors átkapcsolása és a szituációk gyors felismerése és a megfelelő válasz reakciók automatizálása

Mélységi szűkítés

ÁTVÁLTÁS SZŰKÍTÉSRŐL

Az ellenfél ismét veszélyes pozícióba került, át kell váltani szűkítésről

Elég ha megáll a kifelé mozgás (nincs támadó a vonalban)

Mélységi szűkítés

ÁTVÁLTÁS SZŰKÍTÉSRŐL

Az ellenfél ismét veszélyes pozícióba került, át kell váltani szűkítésről

Vissza kell mozogni pár métert, (előnyszerzés a kapu felé) mert a támadók az átváltáskor a vonalban vannak

VISSZAVÁLTÁS SZŰKÍTÉSRE

Ha az ellenfél labdás játékosa elveszíti indító pozícióját, vagy olyanhoz kerül a labda aki nincs indító pozícióban, akkor visszaváltás szűkítésre.

A területvédekezés és a letámadás elemei

A KISJÁTÉKOKBAN

Az alapok lerakása a VÉDEKEZÉS ”MŰVÉSZETÉBEN”

Ancelotti:
” Olaszországban az a csapat nyeri a bajnokságot, amelynek legjobb a védekezése”

Következtetés:

Az eredmények őt igazolják...

(Bajnoki cím, BL-győzelem, Világkupa győzelem)

2002-2003

Kiindulópont a képzésben:

Nem csak a labda körüli játékosok, hanem az egész csapat védekezik !!!

EZÉRT

A kisjátékokon keresztül elsajátított alapelemek,

alapmozgások (egyéni és együttes) a pálya bármely területén, bármilye posztú játékos esetén igazak !!!

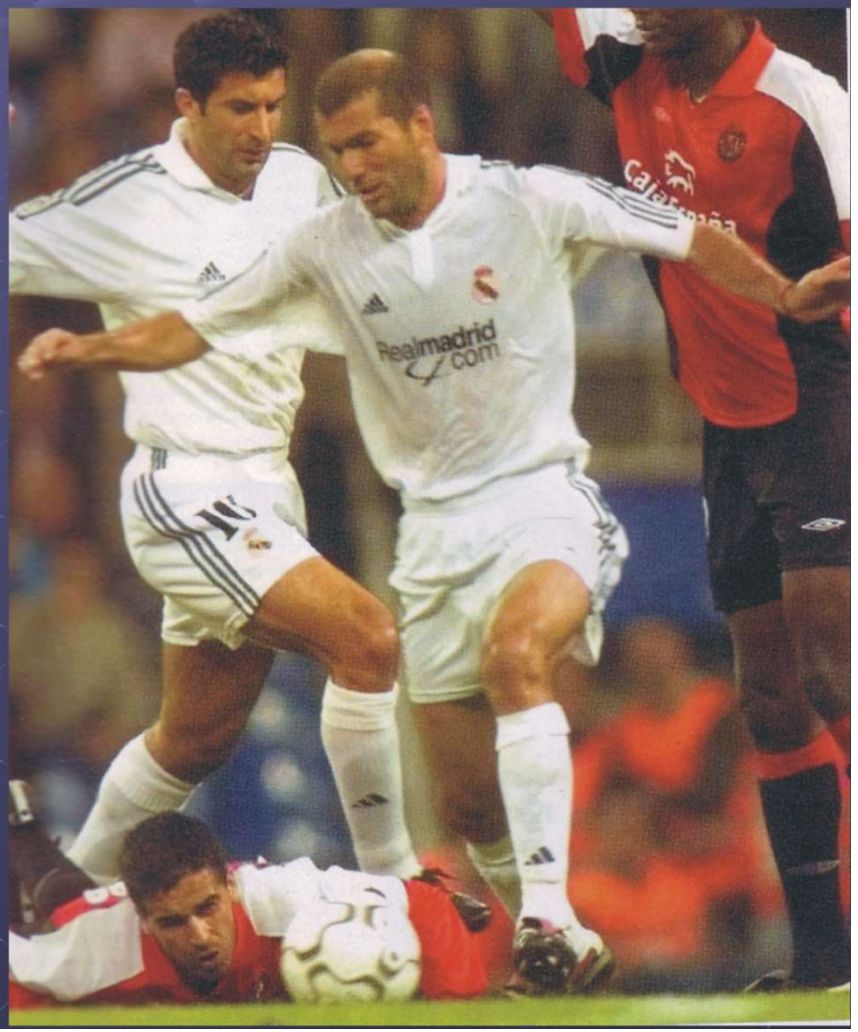
DE MILYEN ... ALAKZATBAN ???

(Együttes mozgások)

ROMBUSZ

1:1 , 2:1 ELLENI VÉDEKEZÉS

PÁRHARC



MIÉRT DÖNTŐ FONTOSSÁGÚ ?

A XXI. Század futballjának alaptechnikai elemei:

- Letámadás (pressing)
- Zónajáték
- Területvédekezés

Ezek mind a TERÜLETSZŰKÍTÉSRE épülnek !!!

ALPSZABÁLY:
A labdás ember azonnali felvétele - ami PÁRHARC

A taktikai rendszerek által leszűkített térben rengeteg a PÁRHARC !

PÁRHARC (1:1 , 2:1) ALAPFELADATOK

- A labdaszerzés megindításának helyes megválasztása (mikor lehet !?, mikor nem !?)
- Veszélytelenebb terület felé (pl: szélek) terelés és lábmunkája, testhelyzete.
- Melyik lábon legyen a testsúly ?? (alapvető fontosságú !)
- Mikor teheted le a ”földre a segged ? ”
- Irányok figyelembevétele (szemből, oldalról érkező ellenfél)
- Látszatmozgások (megtévesztés, hibára késztetés)

ELSAJÁTÍTANDÓ KOORDINÁCIOS ELEMEK SZENZITÍV IDŐSZAKA 6-11 ÉV

- Talajérintést elősegítő esések, gurulások, becsúszó szerelések, vetődések, fejelések
- Ebből felállva a mozgások folytatólagosságának elsajátítása
- Levegőben történő ütközések, fejpárbajok, szabályos lökések

ALAPFELADATOK 2:1

- Ugyanaz mint az 1:1-nél
- PLUSZ: a támadók lelassítása, (míg a társak visszaérnek késleltetés)
- Átadási irány lezárása úgy, hogy közben ne veszíts 1:1-es szituációt
- Átadási irány ”lelesése” > labdacsenés

A mérkőzésszerű játékhelyzetben

ALAPKÖVETELMÉNY

a labdás ember

mielőbbi felvétele

Többek között az

”előre védekezés” alapfeltétele

2:2 elleni játék

> Egymás mélységi biztosítása

> Mikor adható át a keresztbe mozgó

mikor nem (előtte, mögötte megy)

Felnőtt korban is alkalmazható, kifejezetten

Taktikai céllal az egymás mellett játszó játékosok,

Csapatrészek „belövésére”

> Ide kapcsolódó az 1:1-nél elsajátított alap !

Labdaszerzés megindítása

(hiánya felborítja a 2:2 védekezését is)

Következtetés:

- Ha nincs a szisztematikus egymásra épültség

A képzésben és ezen keresztül a játékosok tudásában akkor időnként óriási hibák jönnek

Helyezkedésben, legtöbbször a döntő pillanatok-ban (lásd: Magyar válogatott: Lettországban, Svédországban Lengyelország itthon)

- **Amíg nem tanítjuk a világ futballjának követelményére:**

(pl: területvédekezés alapelemei)

Mitől várjuk, hogy majd éles helyzetben TUDJA !!?

-Nem most kell bántani (lásd:Dragoner, Fehér),

hanem 15-20 évvel ezelőtt meg kellett volna TANÍTANI !

3:1 ELLENI ALAPJÁTÉK

- A labdaszerzés lehetőségének felismerése
- A letámadás lehetőségének jelei:
  - Rossz átvétel
  - Ívelt labda
  - Felpattanó labda
  - „maga alatt van” a labda
  - Átadási irány elővételezése (anticipáció)

VIGYÁZAT !!

- **Állandó letámadással labdaszerzést gyakoroltatni nemcsak kőkemény anaerob terhelést feltételez (16 éves korig TILOS !), hanem ROSSZ TAKTIKAI BEIDEGZŐDÉSEKET is okozhat !**

3:1 két udvarban
(A letámadás egyik alapjátéka)

- A letámadás lehetőségének felismerése
- Átadási irány lezárása
- Két játékos együttes labdaszerző tevékenysége

3:2 elleni alapjáték

- **A labdabirtoklók célja a „résteremtés”**
  (a védők közti rés kihasználása)
- **A védők feladata a „résbe játszás” megakadályozása, de úgy hogy az labdaszerzéssel párosuljon**

Gyakorlati tanács: meghatározott átadás után a védők

büntetőpontokat kapnak, különben besül a játék

4:2 Elleni alapjáték

- Mélységi játék megakadályozása

  (gyakorlati tanács: meghatározott átadás után a védők büntetőpontokat kapnak, különben „besül” a játék)

Nehézség: Állandóan változik a „mélység”

4:2 + ék megjátszása

- **Az első ék játékba-hozatalának megakadályozás**
- **CSAPATTAKTIKAI SZINTEN TELJESEN MÉRKŐZÉSSZERŰ**
- **Letámadás lehetőségének felismerése**

> A társ letámadásánál az átadási irány lezárása,
> Mindig egymást biztosítva helyezkedés
> Előre védekezés
> Szűkítés
> Labdás azonnali felvétele
> Tolódás

5:3 elleni alapjáték

- **Alapszituáció:**

> A labdáshoz legközelebb eső védekező veszi fel a labdás embert (ez a rombusz csúcsa)

> Megfelelő pillanatban (ha megvan a letámadás feltétele) a két társ lezárja az átadási irányokat

Jobb-bal oldal (ez a rombusz két oldala)

Vigyázat ! Az előzőekben elsajátított labdaszerzés megindításának feltételeinek megléte nélkül szó sem lehet letámadásról, csak a labdás ember felvételéről és az alakzat megtartásáról

„Vadászgatás alakzatban”

- Jókor megindított letámadás esetén a labdaszerzés könnyű, hisz a csúcs zárja a mélységet, a két társ pedig a szélességi átadás lehetőségét, de….
- De ez az ideális eset ! A gyakorlatban azonban többször fordul elő, hogy a csúcs enyhe szögben letámad és ez már újabb tanulnivalókat vet fel.

5:3 elleni játék

> A játékterület közepére teszünk egy támadót, aki a játék forgatásával van megbízva

> A problémák halmozódnak, hisz már nemcsak a mélységet kell lezárni az egyik szélsőnek, hanem a középső elmozgása esetén változik a pozíció és ember fedezést kell alkalmazni.

- A világ futballjának védekezésében

ALAPELV: - MÖGÉD NE TUDJÁK BEJÁTSZANI A LABDÁT !

<u>Mit jelent ez a képzésben ?</u>

A védekezés felépítésében első számú szempont: a MÉLYSÉGI JÁTÉK megakadályozása.

Hisz mi oktatott labdabirtoklás kor ?

A szélességi játék csak eszköz a mélységi játék kivitelezéséhez.

Amíg mögéd nem tudják bejátszani a labdát, addig megvalósult a csapat számára kedvező ún.

előre védekezés, mely a kaputól távol tartja a labdát

A mélységi biztosítás (1-2 ell.játék)alapelvei:

-a labdáshoz közelebb lévő veszi fel a labdabirtoklót
-elsődleges feladata a mélységi játék,az indítás megakadályozása
-abszolút érvényes az1-1 elleni játéknál elsajátított oldalvonal felé terelés,szélességi játékra kényszerítés elve
-feltételei:haránt irányú beállással a befelé vezető irány lezárása(kifelé terelés),testsúly az elülső lábon,a kifelé vezető út látszólagos feladása
-a mélységi biztosítás mindig a kapu felé átlósan(diagonálban) történik.
-a labdást felvevő és az őt biztosító társ helyezkedése távolságának beállítása:
a biztosító olyan pozíciót foglaljon el(átlóban a kapu felé),hogy,ha az elsőt kicselezik akkor övé legyen a labda,minimum ütközni tudjon a támadóval
alapszabály:a két védekező nem kerülhet vonal vagy vonal közeli állapotba,mert így könnyen sebezhetők,akár egy csellel átjátszhatók(lásd magyar válogatott Lettországban az első gól előtt)
mikor adhatja fel a mélységi(átlós v. diagonál) felállást a két védőjátékos?
-kizárólag akkor,ha a labdás játékos nincs a szabad döntés birtokában és a mélységi játék ,indítás lehetősége kizárt
-tipikus példák:-oldalvonal melletti szorult helyzet,-rossz labdaátvétel,-maga alá szorult labda,miközben nem képes tájékozódni,- visszafordul a labdával és nincs lehetősége összjátékot kezdeményezni Stb.Ezekben az esetekben KÖTELEZŐ feladni a biztosítást és megpróbálni labdát szerezni,fenntartva az azonnali visszaváltás lehetőségét,amint a játékhelyzet ezt követeli

Készítették:

Szakmai anyag:
RUGOVICS VENDEL

Szerkesztette:

BURCSIK PÉTER