



Debreceni Labdarúgó Akadémia

Prezentáció az „Emeljük a szintet” előadás sorozathoz

A DVSC filozófiája és játékstílusa

- Domináns játékstílus
- Mérkőzés kontrollálása labdabirtoklással
- Ellenfél nyomás alatt tartása
- Közönségszórakoztató, kreatív játék
- Helyi identitás (saját nevelésű játékosok)
- Eredményesség fontossága
- Régió meghatározó egyesülete
- „A csapat mindenkié”

A Debreceni Labdarúgó Akadémia víziója és képzési filozófiája

- Helyi értékek nevelése és képzése, ezek megtartása
- Emberi értékek a középpontban
- Karakterek keresése
- Játékos profilok fontossága
- Több dimenziójú képzés
- Felnőtt csapat játéka a kiindulópont
- „DVSC család”
- Helyi kötődésű szakemberek

**Debreceni
Labdarúgó
Akadémia**

**Akadémiai
képzés**

**DVSC Felnőtt
csapata**

Magyar Labdarúgás

A DVSC játékstílusa a korosztályos képzésben

U13 -> U14 -> U15 -> U16 -> U17 -> U18 -> U19

Nagypályás játék és pozíciók tanulása

Játék egy csapatrészben

Játék a csapatban és győzni tanulás

Eredményes csapatjáték

Korosztályos tanulási folyamat

Első csapat játékstílusa

Általános képzés

- Játékhelyzetekben és mérkőzéseken történő gyakorlás
- A tanultak játékban történő alkalmazása
- Technikai alapkövetelmények

Speciális képzés időszaka

- Teljes körű technika elsajátítása
- Játék felépítése (támadó és védekező)
- Játékos egyéni stílusának kialakítása

Poszt-specifikus képzés

- Játékos profilok
- Taktikai feladatok fontossága
- Eredmény fontossá válik
- Minden mérkőzés más (dominancia, alkalmazkodás)
- Felnőtt csapat játékstílusára nevelés
- Első csapatba kerülés segítése

Általános alapelveink

- A játékosok egységként működnek mind támadásban mind védekezésben
- Alapvető célunk létszámelőnyös játékhelyzetek kialakítása támadásban és védekezésben egyaránt
- A játékhelyzetek felismerése a mélységi, szélességi játék helyes megválasztása
- Társaktól folyamatos támogató és biztosító játék megkövetelése
- „A labda a leggyorsabb játékos”
- Szervezett nyomás gyakorlás az ellenfélre
- Gyors átmenetek védekezésből támadásba és támadásból védekezésbe
- A játékosoknak képesnek kell lenniük alkalmazkodni az új játékhelyzetekhez
- Meg kell tudni tartani saját stílusunkat a játék változó tényezőihez mérten

Labdabirtoklásban

- Szélességi és mélységi nyitások
- Labdabirtokló játékos folyamatos támogatása
- Létszámfölény kialakítása a labda körül
- Törekedni a mélységi játékra, területnyerésre
- Kreatív játék az egyéniségekre támaszkodva

Átmenet támadásból védekezésbe

A labdavesztés helyének megfelelően lehet:

- Gyors reagálás a kialakult játékhelyzetre
- Azonnali visszatámadás
- Lassítás, visszarendeződés

Ellenfél labdabirtoklásánál

- Területvédekezés alapelveinek betartása
- Területek szűkítése mélységben és szélességben
- Mélységi átadások megakadályozása
- Labdás játékos nyomás alatt tartása
- Létszámfölény kialakításának fontossága
- Pressing a megfelelő zónákban

Átmenet védekezésből támadásba

A labdaszerzés helyének megfelelően lehet:

- Az ellenfél rendezetlenségének kihasználása
- Azonnali támadás befejezés
- Első passz fontossága
- Azonnali támadás kezdeményezés
- Szélességi és mélységi nyitások



Csapatjáték oktatása korosztályokra lebontva

U13 -> U14 -> U15 -> U16 -> U17 -> U18 -> U19

Alapvető feladatok megismerése



Felkészítés az első csapatra

4-3-3

4-3-3 / 4-4-2



4-4-2
(4-1-4-1)



Csapatjáték felépítése 4-3-3-as játérendszerben



Labdakihozatal

Korosztály:
U13-U14

Játékrendszer:
4-3-3

Felállási forma:
2-3-2-3

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
2-1, 3-1, 4-2, 5-3, 7-6
+ mérkőzésjátékok

Kapus indítja a labdakihozatalt



Belső védők visszalépése szélességben



Belső középpályás vagy szélső védők segítségével kombinatív játék folytatása



Labda középső zónába juttatása



Korosztály:
U15-U16

Játékrendszer:
4-3-3

Felállási forma:
2-3-2-3

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
4-2, 5-3, 7-6, 10-8
+ mérkőzésjátékok

Kapus indítja a labdakihozatalt



Belső védők visszalépése szélességben,
amennyiben lezárják őket feltolódnak, majd
a szélső védők visszalépésével labda
megjátszása



Belső középpályás vagy szélső védők
segítségével kombinatív játék folytatása



Középső zónában céljátékosok megjátszása





Játék szervezése

Korosztály:
U13-U14

Játékrendszer:
4-3-3

Felállási forma:
2-3-2-3

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
3-1, 3-2, 4-3, 5-3, 6-3
+ mérkőzésjátékok

Labdafelvétel a középső zónában



Felfutó szélső védők által létszámfölény kialakítása és ezáltal a labdabirtoklás megszilárdítása



Támadás kezdeményezése középen vagy a széleken a játékvezetéstől függően



Támadó harmadban középen ékjátékos vagy széleken szélső pozícióban lévő játékosok megjátszása



Korosztály:
U15-U16

Játékrendszer:
4-3-3

Felállási forma:
2-3-2-3

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
5-3, 6-4, 7-5, 7-6, 8-7
+ mérkőzésjátékok

Labdafelvétel a középső zónában
céljátékosok által



Létszámfölény kialakítása visszalépő vagy
fellépő játékosokkal és ezáltal a
labdabirtoklás megszilárdítása



Támadás kezdeményezése középen vagy a
széleken a játékvezetéstől függően



Támadó harmadban középen ékjátékos vagy
bemozgó szélső középpályások, széleken
szélső pozícióban lévő játékosok
megjátszása





Támadás befejezése

Korosztály:
U13-U14

Játékrendszer:
4-3-3

Felállási forma:
2-3-2-3

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
1-1, 2-1, 2-2, 3-1, 3-2
+ mérkőzésjátékok

Érkezés a kapu előterébe



Támadás befejezés egyéni vagy kombinatív
játékkal



Helyzetteremtés, gólszerzés



Korosztály:
U15-U16

Játékrendszer:
4-3-3

Felállási forma:
2-3-2-3

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
1-1 -> 7-6 + létszám azonos/hátrányos
+ mérkőzésjátékok

Érkezés a kapu előterébe



Támadás befejezés egyéni vagy kombinatív
játékkal



Helyzetteremtés, gólszerzés





A csapatjáték felépítése 4-4-2-es játéksziszterben



Labdakihozatal

Korosztály:
U17-U19

Játékrendszer:
4-4-2

Felállási forma:
2-4-2-2

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
4-2, 6-4, 8-6, 10-8
+ mérkőzésjátékok

Kapus indítja a labdakihozatalt

Belső védők visszalépése szélességben, amennyiben lezárják őket feltolódnak, majd a szélső védők visszalépésével labda megjátszása

Belső középpályás vagy szélső védők segítségével kombinatív játék folytatása

Középső zónában céljátékosok megjátszása

A védők letámadás esetén a kimozgó ékjátékos hosszú indítással történő megjátszása

Amennyiben a labdakihozatal nem lehetséges a kapus kirúgással feljuttatja a labdát a középső zónában található célterületben és lepattanó labda megszerzése





Játék szervezése

Korosztály:
U17-U19

Játékrendszer:
4-4-2

Felállási forma:
2-4-2-2

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
4-2, 6-4, 6-5, 8-7
+ mérkőzésjátékok

Középpályások elmozgásával elszakadás a védőtől és labdafelvétel, ezáltal üres terület nyitása



Létszámfölény kialakítása, majd kombinatív játékkal támadás kezdeményezése



Céljátékosok (szélről bemozgó középpályások) vagy a célterület megjátszása a támadó harmadban





Támadás befejezése

Korosztály:
U17-U19

Játékrendszer:
4-4-2

Felállási forma:
2-4-2-2

Edzésen alkalmazott oktató játékok:
1-1 -> 8-7 + létszám azonos/hátrányos
(1-2 -> 8-9) + mérkőzésjátékok

Szélről belépő középpályások labda felvétele
és üres terület nyitása szélső védők számára



Támadás befejezés egyéni vagy kombinatív
játékkal



Helyzetteremtés, gólszerzés





Labdaszerzés

U13-U15

Oktatása: játékokon keresztül (1-1 -> 7-7)

Mit?

- Együttes mozgással labdaszerzés

Miért?

- Labdaszerzés az ellenfél kapujához közel
- Gyors támadás befejezés

Hogyan?

- Letámadás

Hol?

- Támadó zóna

U16-U19

Oktatása: játékokon keresztül (4-4 -> 10-10)

Mit?

- Együttes mozgás a labdaszerzés érdekében
- Ellenfél gyenge pontjainak támadása
- Kapuskirúgásra kényszeríteni az ellenfelet

Miért?

- Labdaszerzés
- Ellenfél játékfelépítésének megakadályozása

Hol?

Az ellenféltől függően:

- Támadó zóna (4-4-2 szélen)
- Középső zóna (4-4-1-1 szélen és középben)
- Védő zóna (4-1-4-1 szélen és középben)

Hogyan?

- Letámadás (labdára, ellenfélre, területre)
- Tolódás, területszűkítés





Átmenetek

Átmenet támadásból védekezésbe

Védő harmadban:

- Azonnali támadás befejezés megakadályozása
- Gyors visszarendeződés

Középső harmadban:

- Azonnali visszatámadás
- Egymás biztosítása
- Ellenfél kibontakozásának megakadályozása

Támadó harmadban:

- Azonnali visszatámadás
- Labdához legközelebbi lassítja a labdást, visszarendeződés

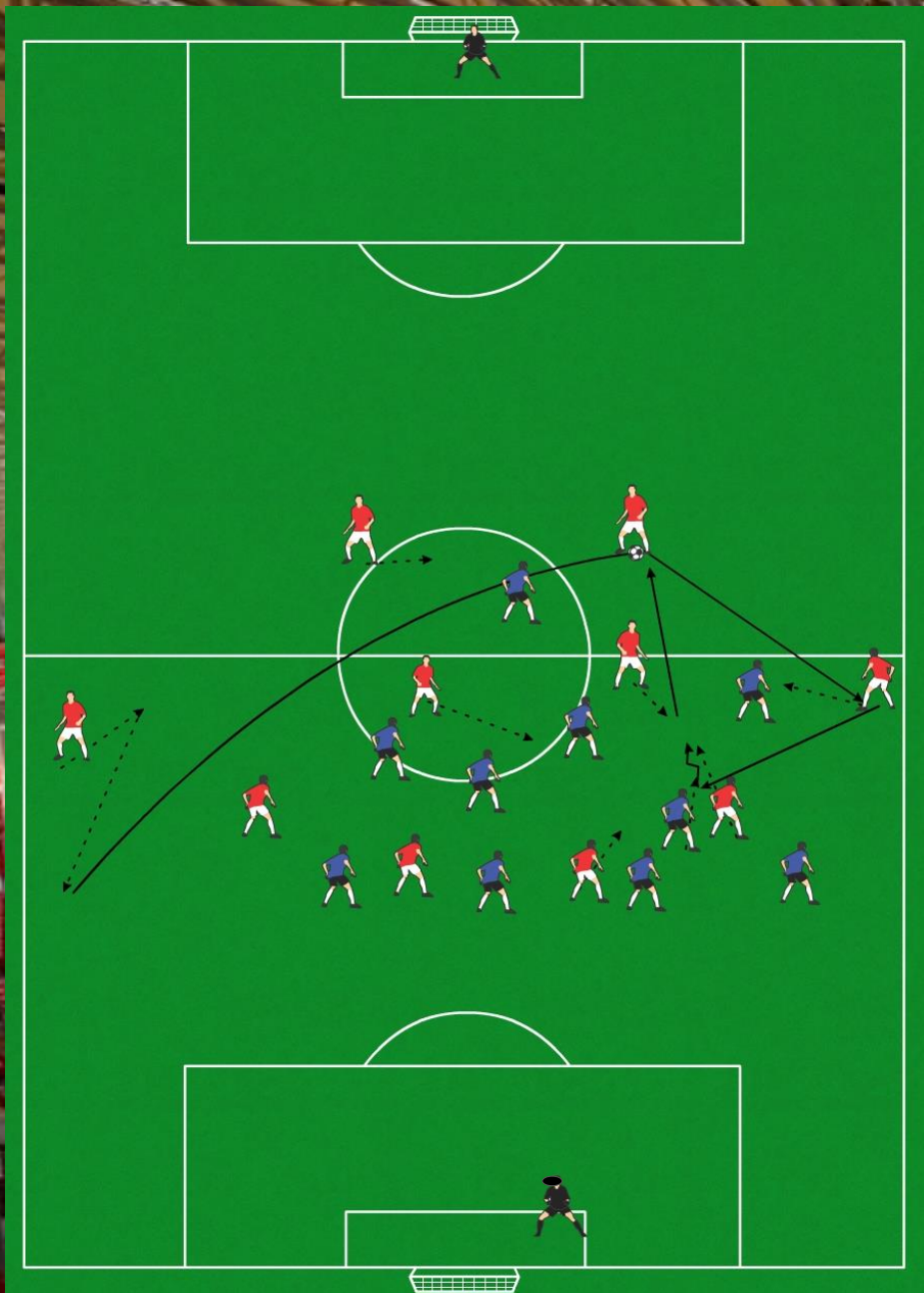
Domináns szituációk

Létszámfölényes játékok

Létszám
- fölényes
- azonos
- hátrányos

Létszám
- fölényes
- azonos
- hátrányos





Átmenet védekezésből támadásba

**Domináns
szituációk**

Védő harmadban:

- Mélységi átadások
- Területnyerés egyéni játékkal
- Kontrajáték megteremtése

**Létszámfölényes
játékok**

Középső harmadban:

- Labda biztonságos helyre juttatása (első passz)
- Játék súlypontjának áthelyezése

**Létszám
- fölényes
- azonos
- hátrányos**

Támadó harmadban:

- Azonnali támadás befejezés egyéni vagy kombinatív játékkal

**Létszám
- fölényes
- azonos
- hátrányos**



Egyéni és poszt-specifikus képzés

Egyéni képzés

U13-U15

Általános technikai, taktikai, fizikális és mentális fejlesztés

- Előre meghatározott ciklusok szerint (makro, mezo, mikro)
- Alacsony létszám (3-4 fő)
- Délelőtti és délutáni foglalkozások
- Több dimenziós mentális képzés (szülők, pszichológus)

Egyéni képzés és poszt specifikus képzés

U16-U19

Felnőtt szintre történő speciális kiegészítő képzés

Mentális:

- Edző
- Pszichológus

Kondicionális:

- Edző
- Fitness edző

Technikai:

- Edző
- Egyéni képző
- Kapusedző

Taktikai:

- Edző
- Egyéni képző
- Videó elemző

Erősségek tovább erősítése, gyengeségek fejlesztése



Felnőtt szinten elvárt képességek / készségek

Játékos poszt	Fizikális tulajdonságok	Technikai tulajdonságok	Taktikai tulajdonságok	Mentális tulajdonságok
Kapus	alkati adottságok, mozgékonyság, reflex, robbanékonyság, ugróerő	biztos labdafogás, technikai alapok megléte, jó technika lábbal	helyezkedés, anticipáció, irányítás	egyéniség, önbizalom, nyugalom, koncentráció
Szélső védő	anaerob állóképesség, robbanékonyság, gyorsaság, mozgékonyság	védekező technika, szerelés, becsúszás, jó beadások, megfelelő passzjáték, labdavezetés	helyezkedés, időzítés, belépés a támadójátékba, sokoldalúság, komnatív játék	agresszió, akaraterő, önbizalom, fegyelmezettség, felelősségvállalás
Belső védő	alkati adottságok, fizikai erő és ugró erő, gyorsaság, fordulékonyság	szerelőkészség, fejelés, hosszú és rövid passzjáték	helyezkedés, anticipáció, emberfogás, biztosító és támogató játék hátulról	vezéregyéniség, nyugalom, bátorság, agresszió, koncentrált, fegyelmezett, felelősségvállalás
Védekező középpályás	nagy munkabírás, mozgékonyság	jó szerelőkészség, passzpontosság, labdaátvételek speciális helyzetben	helyezkedés, anticipáció, mélységi gondolkodás	önbizalom, akaraterő, csapaterő, agresszió, fegyelmezett
Szélső középpályás	kimagasló anaerob állóképesség, gyorsaság, mozgékonyság	labdavezetés képessége, cselezés, beadás, lövés, 1v1 elleni játékkészség	védekező feladatok, támadásba részvétel, párharcok megnyerésének képessége, letámadás, szervező készség	önbizalom, lelkesedés, akaraterő, koncentráció, kockázatvállalás, agresszió
Szervező játékos	nagy munkabírás, robbanékonyság, mozgékonyság	labdaügyesség, passzolás, cselezés, lövés, labdavezetés, minőségi passzok	kimagasló játékképtelenség, anticipáció, taktikai fegyelem, elszakadás a védőtől	vezéregyéniség, kreativitás, kockázatvállalás, önbizalom, nyugalom
Támadók	erő, gyorsaság, mozgékonyság, robbanékonyság	befejezések, labdaátvételek, fejelés, cselezés, rugótechnika	folyamatos mozgás, pozíció váltás, megindulások, üres területben mozgás, időzítés, megjátszhatóság	bátorság, kezdeményező, vállalkozó, higgadság, improvizáció



Köszönöm a megtisztelő figyelmet!