



GYŐRI ETO FC

FEHÉR MIKLÓS LABDARÚGÓ AKADÉMIA

Előadó: Fórián Zsolt (Akadémia szakmai vezető)

Témák

- I. A klub filozófia hogyan tükröződik a csapatok játékában, stílusában?**
- II. Hogyan, milyen elvek alapján szervezzük a csapatjátékot?**
- III. Hogyan jutunk el csapatjáték oktatásban a felépítéstől a befejezésig?**
- IV. Hol és hogyan szervezzük a labdaszerzést és abból hogyan oktatjuk az átmeneteket?**
- V. Az egyéni - és poszt specifikus képzés**

Témák



Feladatok helyett alapelvek

I. Klubfilozófia visszatükröződése

□ Klubfilozófia:

- Nincsen írásban meghatározva

□ Erős Tradíciók:

- „Verebes korszak”
- Támadó foci
- Kezdeményező játék
- Egyel többet rúgjunk mint az ellenfél
- Szórakoztassuk a közönséget

□ A Klub célja:

- Minden évben **bajnoki cím**
- Minden évben **nemzetközi kupaszereplés**

□ Az Akadémia célja, küldetése:

- az első csapat számára olyan **JÁTÉKOSOKAT KÉPEZNI** akikkel elérhetőek a Klub céljai



Akadémiáról kikerülő játékosok

- **1991:** Kiss Máté (Gyirmót)
- **1992:** Windecker József (ETO), Paku Roland (Gyirmót)
- **1994:** Novák Csanád (Kecskemét), Nagy Gergely (Dunaújváros), Vankó Imre (Pápa), Illés Dávid (Pápa)
- **1995:** Pongrácz Viktor (Pápa), Mervó Bence (ETO), **Kalmár Zsolt (Lipcse)**, Kerékgyártó Dávid (ETO), Farkas Zoltán
- **1996:** Lenzsér Bence (Paks), Mayer Milán (ETO), Nagy Ádám (ETO)
- **1997:** Bénes László (Zsolna)

Akadémia - Játékstílus

- **Labdabirtokláson alapuló**
- **Támadásban és védekezésben kezdeményező**
- **Döntően rövidpasszos**
- **Elmozgó rendszerű** (sok pozícióváltás és változtatás)
- Dominánsan jelentkezik a **labdakihozatal** és a **támadások** hátulról történő **felépítése**
- Rendkívül **gyors átmenetek** a labdabirtoklás váltásakor (lehetőség szerint előre játék a labda megbecsülése mellett).

Akadémia - Játékstílus

- **Miért ez a játékstílus?**
 - **ETO tradíciók (Verebes korszak)**
 - **Magyar labdarúgó tradíciókkal összhang**
 - **Nyomás alatt sok játékhelyzet megoldás (képzés)**
 - **Mentálisan erősebb játékosok (pl: labdakihozatal)**

- **Játékstílus visszatükröződése az Akadémiai csapatoknál: változó eredménnyel**

Mi a képzésünk kiindulópontja?

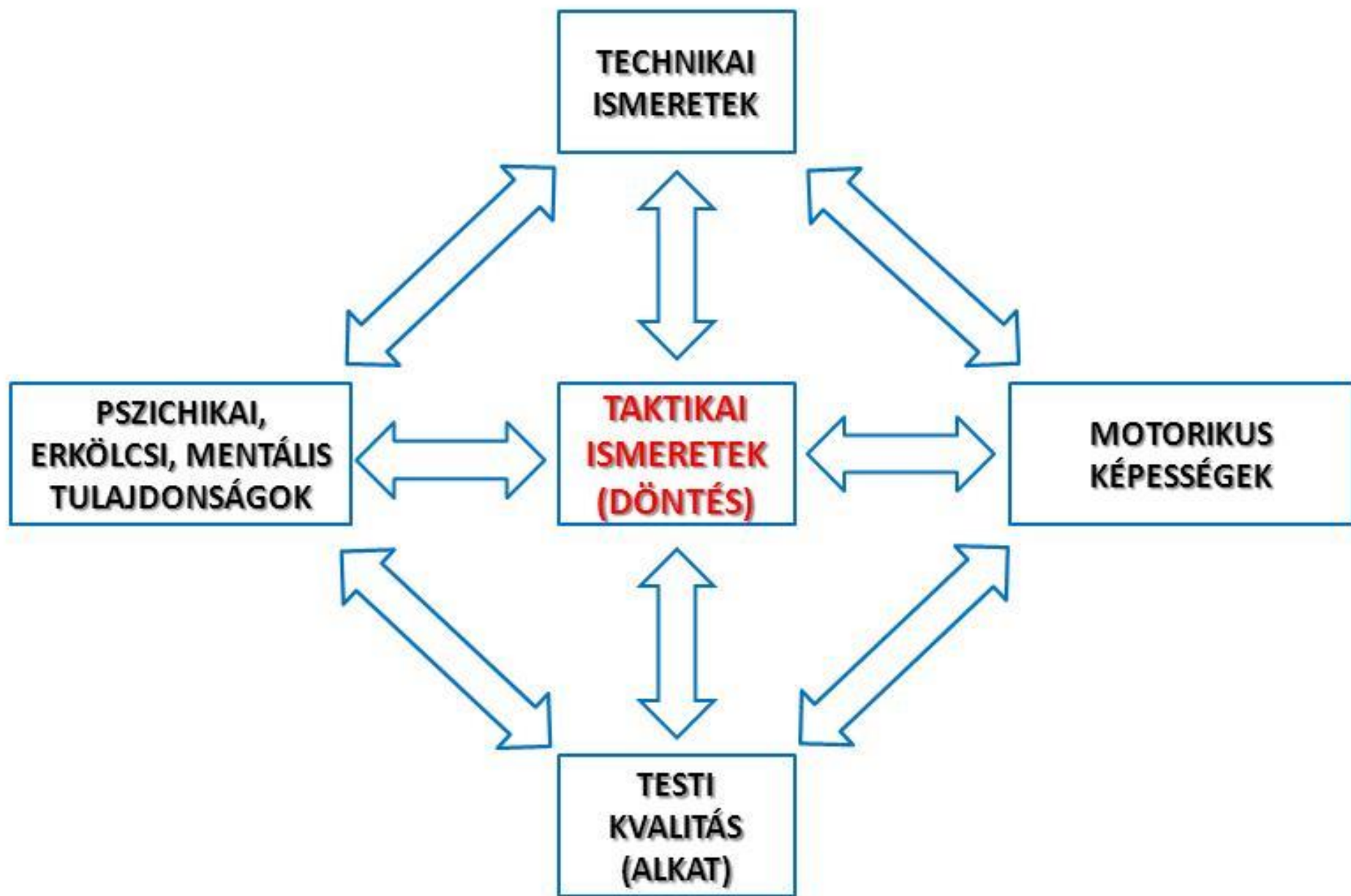
A klubfilozófia és játékstílus mellett kiemelten fontos meghatározni, hogy mi a **KÉPZÉSÜNK KIINDULÓPONTJA!!!**

- TAKTIKA?
- TECHNIKA?
- KONDÍCIÓ?
- MENTALITÁS?

Mi határozza meg a kiindulópontot, és miért?

Mi a képzésünk kiindulópontja?

- ▣ **Labdarúgás: Játékhelyzet megoldások, döntéshozatalok**
- ▣ **Kognitív képességek kiemelt jelentősége**
- ▣ **Fontos: gyorsan gondokozó játékosokat akarunk (játékolvasás, játékértés)**



Feladatok használata (általánosságok)

- Döntően **AKTÍV ELLENÁLLÁSSAL**
- **TECHNIKAI FELADATOK** döntően **FIGYELEMVÁLTÁSSAL**
(észlelés, kontakt, egyéni játék-összjáték)
- **ÁTMENETI JÁTÉKOK** (pl.: lövés -1v1-2v1)

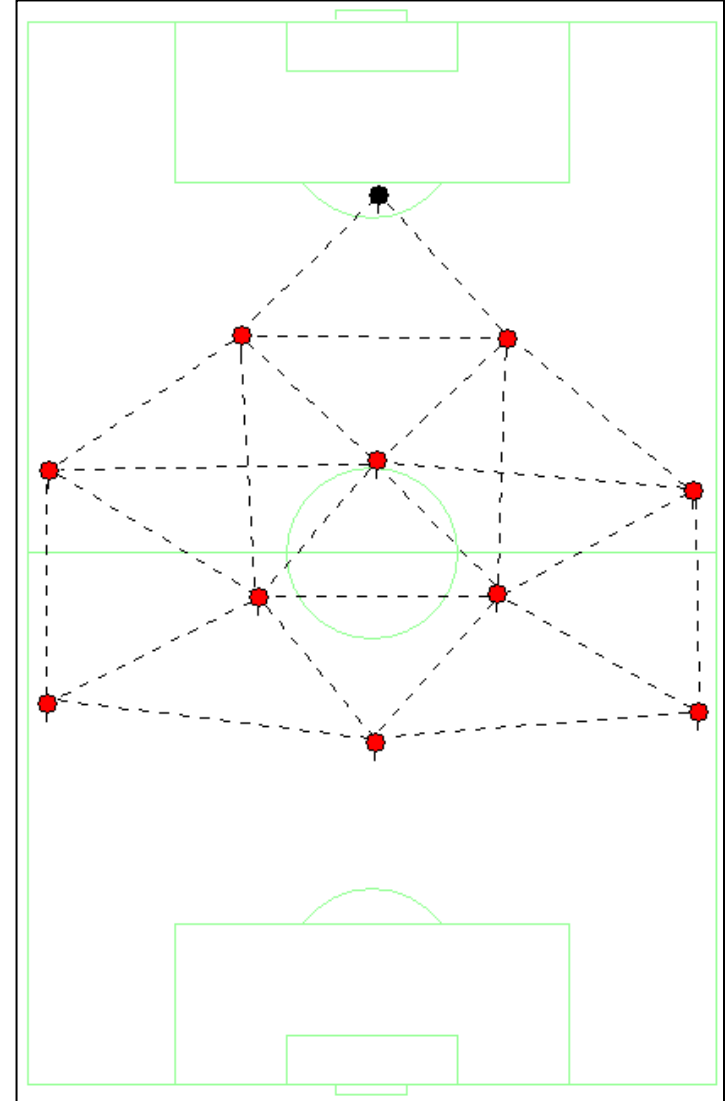
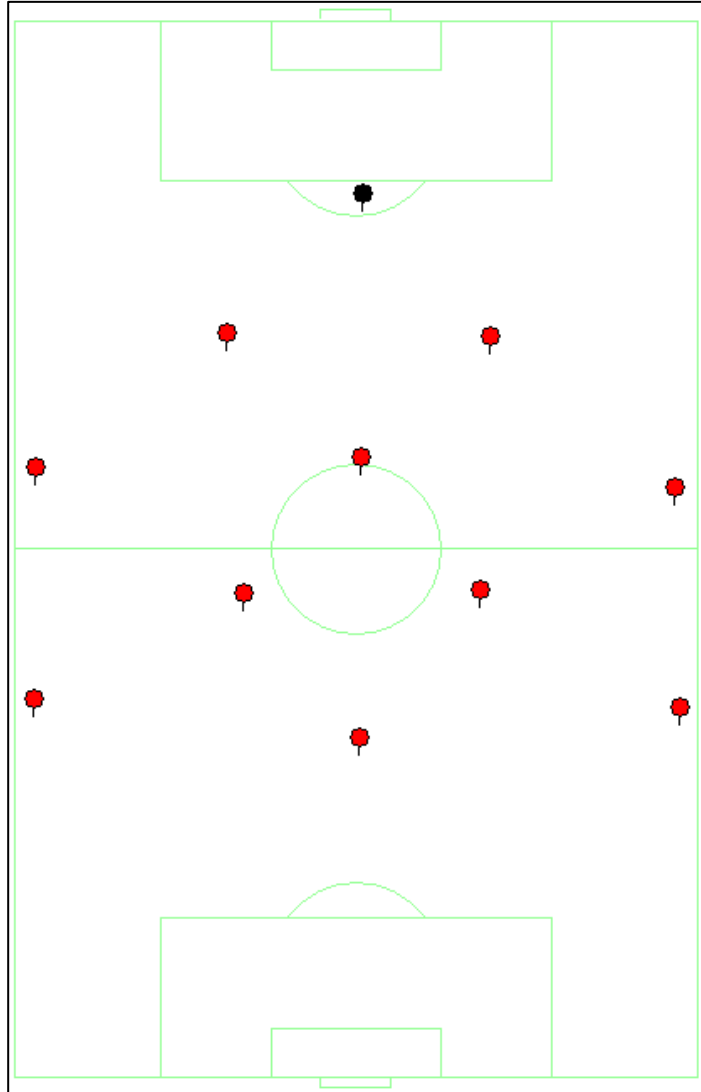
II. A csapatjáték szervezésének elvei, elemei

- 1. Csapatjáték szervezési elv (pozíciós, elmozgó)**
- 2. A csapatjáték szervezésének általános elvei,
elemei**

1. Csapatjáték szervezési elv

- **Döntően ELMOZGÓ JÁTÉKSZERVEZÉS:**
 - **Pozíciótartás**
 - **Pozícióváltás**
 - **POZÍCIÓVÁLTOZTATÁS**

Átadási irányok kialakítása, elmozgások, pozícióváltások - változtatások



ELMOZGÓ JÁTÉKSZERVEZÉS

(háromszögek kialakítása, elmozgások)



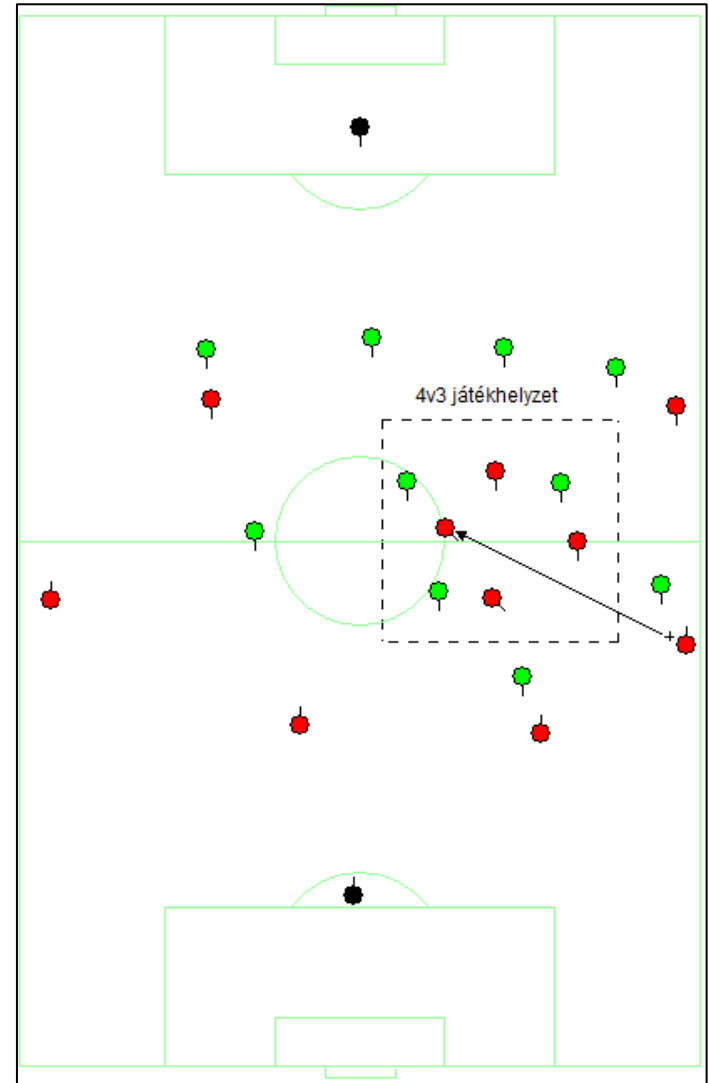
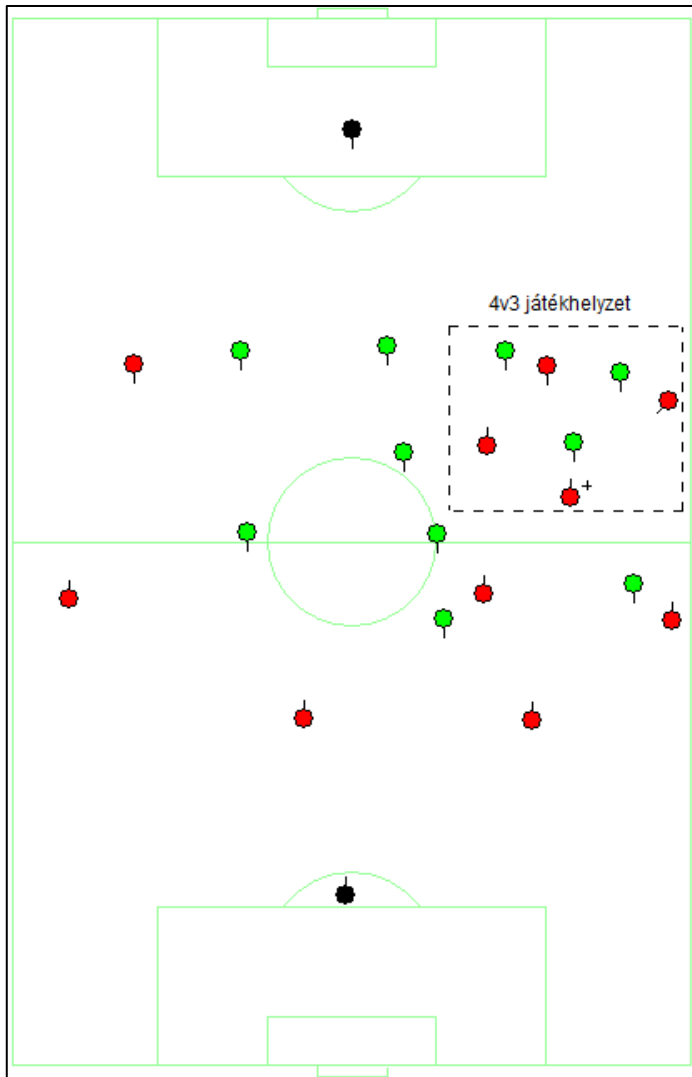
Elmozgások – játéktérület szélessége (játékrendszer – játékhelyzet)



A csapatjáték szervezésének elve

- **Miért elmozgó játék?**
 - **ÉSZLELÉS** fejlesztése (változó játékhelyzetek)
 - **Az ellenfél FIGYELMÉNEK MEGOSZTÁSA**
 - **ASSZIMETRIA** által:
 - **Létszámelőny**
 - **Megjátszható létszámelőny**

Asszimetria → létszámelőny/megjátszható létszámelőny

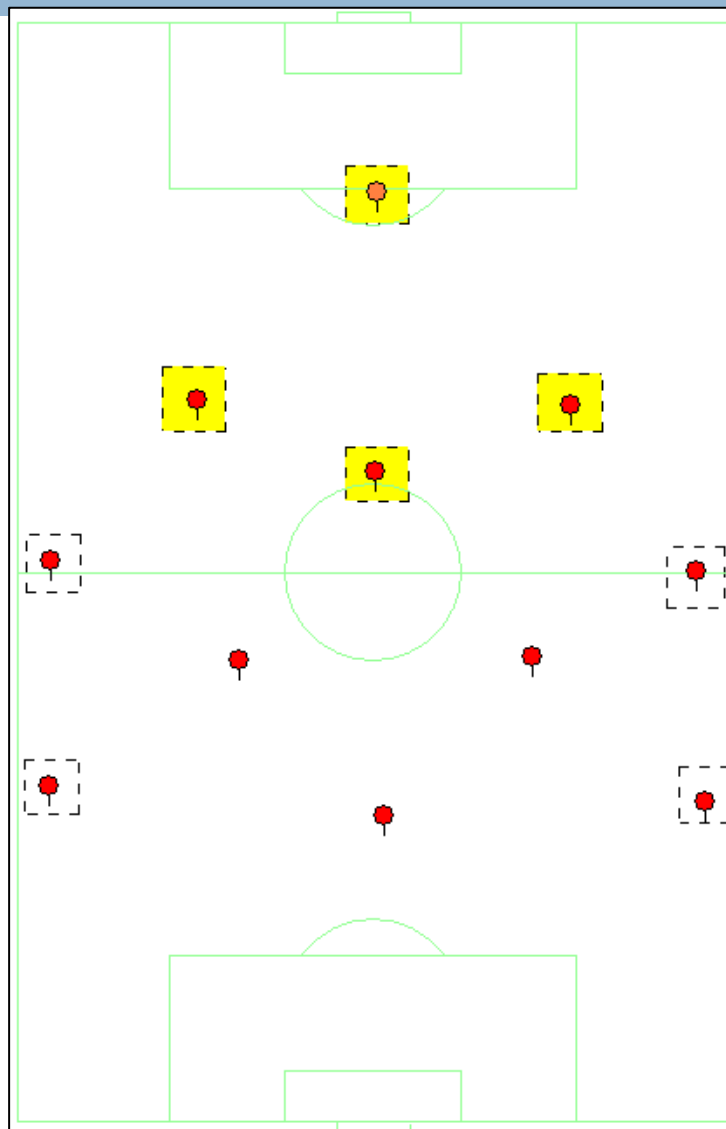


Játékszerek

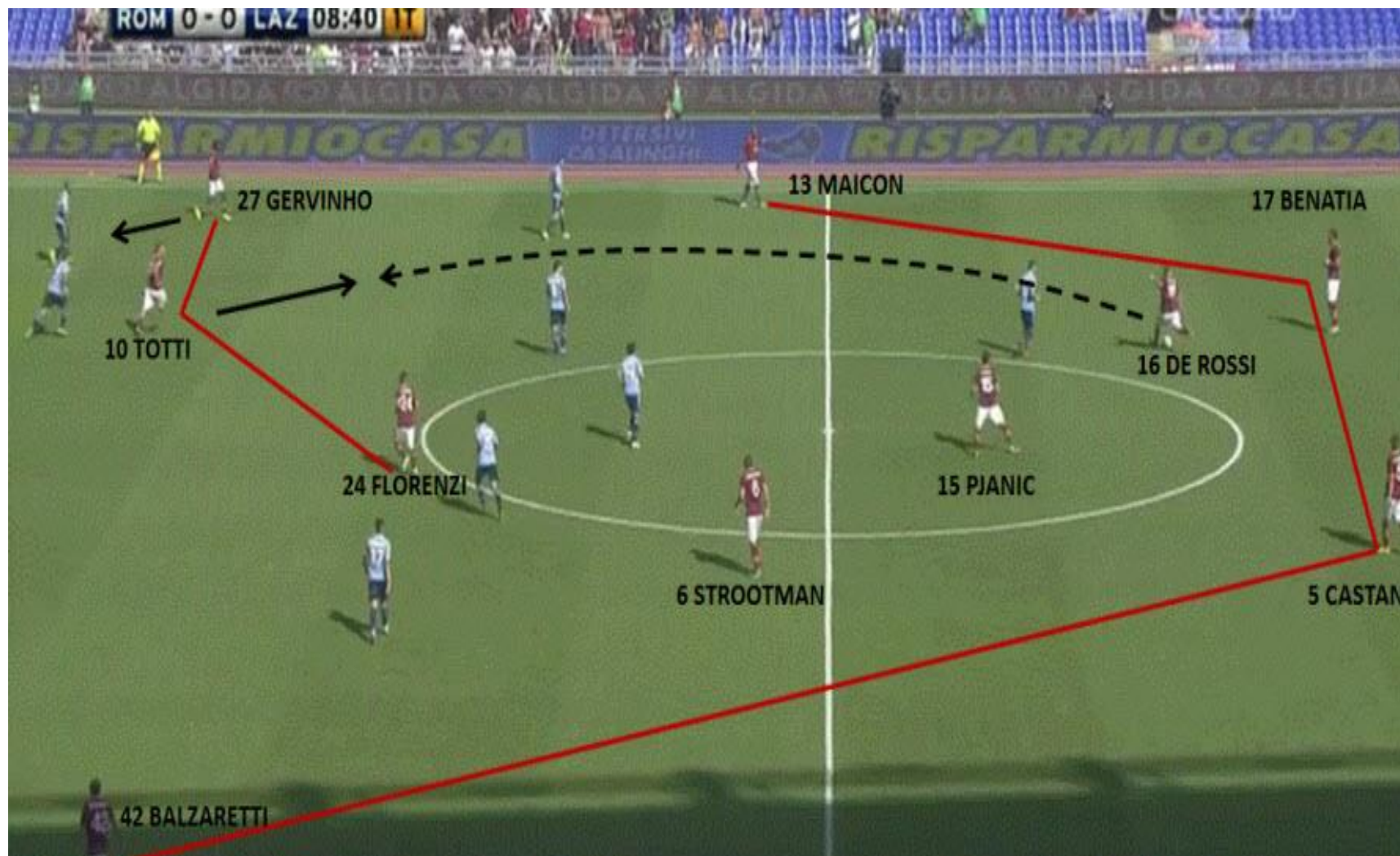
□ **4-3-3**

□ **4-2-3-1**

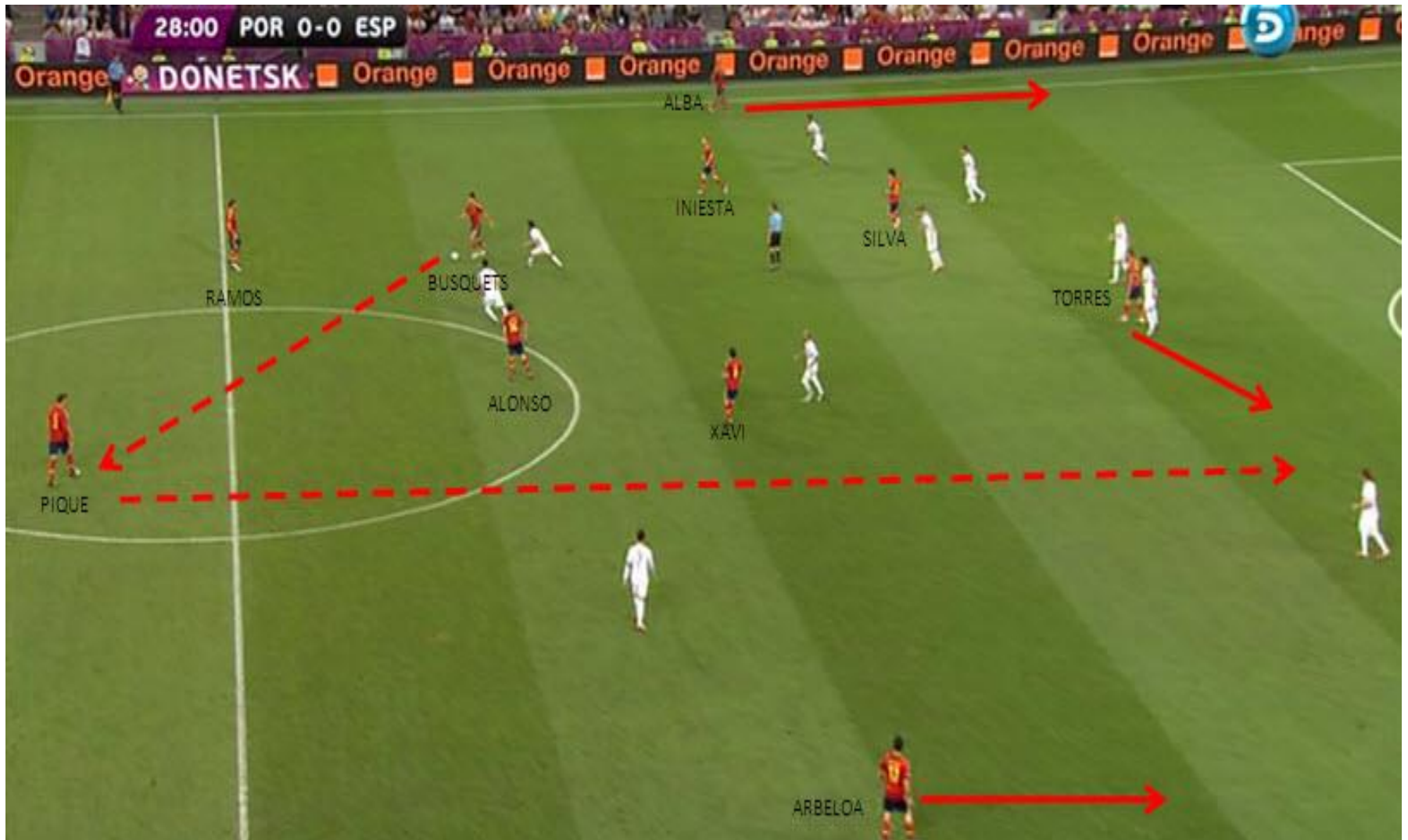
Pozíciós játék - játékosok



ASSZIMETRIA – mobilitás – játékterület széle



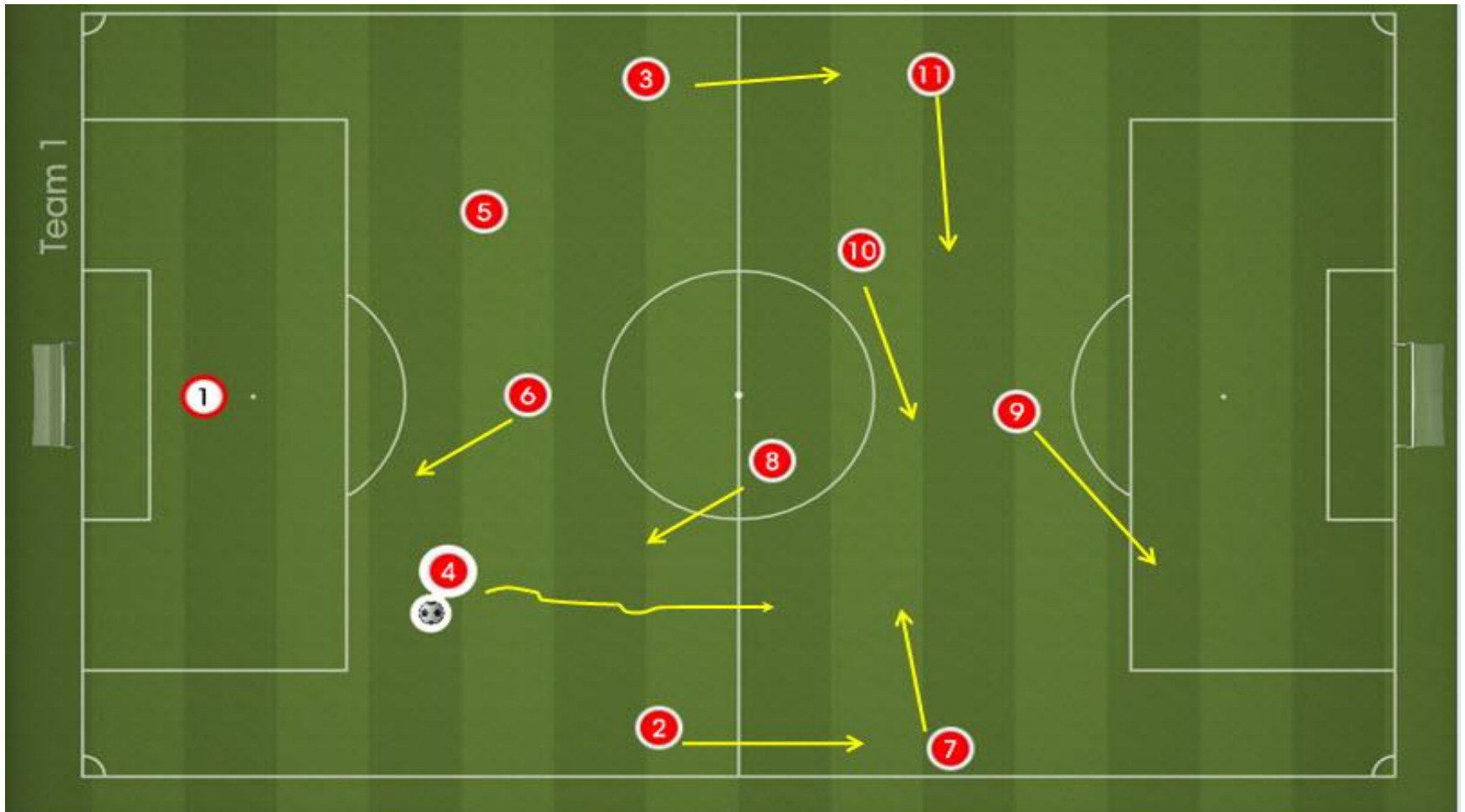
ASSZIMETRIA - Tengelyben létszámelőny



ASSZIMETRIA - Tengelyben létszámelőny



Belsővédő – pozíciós játék – szélső védők tartják a szélességet



Fontos: a TÁMADÁS – VÉDEKEZÉS EGYENSÚLYÁNAK fenntartása!

4-3-3 → 3-4-3 (mobilitás)

ATTACKING ALTERNATIVE



This alternative with three players in the final line of attack makes it easier to play the ball out, removing the defensive midfielder and adding both wing backs to the second line. This encourages width as all five channels are rationally occupied.

Védekezésben SZERKEZETTARTÁS (szimmetria)

4-3-3

4-2-3-1



2. A csapatjáték szervezésének elvei (általánosságok)

Labdabirtoklás (támadás)

- **Terület növelése, területnyitás**
 - SZÉLESSÉGBEN, mélységben
- **Védők figyelmének megosztása**
 - Egyéni játékkal (indulócsel, stb.)
 - Összjátékkal (pozícióváltások, stb.)
- **Támadás segítése (játék folytatás)**
 - Labda nélküli helyezkedés, támogatás (átlós)
 - Létszámelőny
- **Mélyégi játék kezdeményezése**

Ellenfél labdabirtoklása (védekezés)

- **Terület szűkítése**
 - Szélességben, mélységben
- **Támadást egyirányba kényszeríteni**
 - Egyéni védekezés
 - Szélességi játékra kényszerítés
- **Védőjáték segítése**
 - Labda körül létszámelőnyt kialakítani
 - Legalább 2 védővonal

A csapatjáték szervezésének elvei

Átmenet támadásból védekezésbe

- ▣ **Visszatámadás**
- ▣ **Visszarendeződés**

Átmenet védekezésből támadásba

- ▣ **Kontrajáték**
 - ▣ Rendezetlen ellenfél
- ▣ **Labdatartás, labdajáratás**
 - ▣ Rendezett ellenfél

Saját csapat labdabirtoklása

Ebben a pillanatban történt a labdaszerzés?

Igen

Nem

Ha lehet előre játszani tedd meg, hiszen egy rendezetlen védelmet könnyebb áttörni!
A labda közelében kialakult létszámfölényt használd ki!

Ha nem tudsz előre játszani, vedd ki a labdát veszélytelen területre! (Mélységi, szélességi területnyitás a céljátékosok által!)

Mindkét esetben gyors legyen az átmenet védekezésből támadásba!!!

Te vagy a labdás?

Igen

Nem

Tudod előre folytatni a játékot?

Igen

Nem

Előre támadás:

- Labdavezetés
- Mélységi átadás keresése
- Kapura lövés
- Beadás

Birtokold a labdát

Folytatható előre a játék?

Igen

Nem

Labda vonala előtti támogatás, beindulások
(támogató játék)

A labdás játékos támogatása, biztosítása a labda vonala mögött
(segítő játék)

Ellenfél labdabirtoklása

Ebben a pillanatban történt a labdavesztés?

Igen

Nem

Közel helyezkedik a csapat az ellenfél labdásához?

Igen

Visszatámadás

Nem

Rendeződés
Területszűkítés

A labdához te vagy a legközelebbi? (első védő)

Nem

Igen

Lassítsd a támadást
(védd a területet)

Közel vagy az első védőhöz?

Nem

Igen

Tarts mélységet
(3. védővonal)

Biztosítsd a labdát támadó társadat
(2. védővonal)

Emberhátrányban vagy?

Igen

Nem

Lassítsd a támadást
(védd a területet)

A labdás nyomás alatt tartása → a letámadás feltételeinek kialakítása → letámadás

A csapatjáték felépítése (játékos – csapat fejlesztés)



A csapatjáték felépítése - Védekezés elemei

1. **EGYÉNI TAKTIKA** (egyéni védekezés):

- Pozíció** (szembe, háttal, labdás labda nélküli ellen)
- Labdaszerzés** (Mikor indítsam el a labdaszerzést?)

2. **CSOPORT TAKTIKA** elemei (legalább 2 játékos együttműködése):

- Tolódás** (mélységi és szélességi területszűkítés)
- Biztosítás** (2v1 kialakítása, 2. védővonal)
- Váltás** (előtte, mögötte)
- Helycsere, optimális védőpozíció**
- Emberfogás megduplázása** (tengelyben kiemelten)
- 3. védővonal** (egyensúly adás)

3. **CSAPAT TAKTIKA** elemei (Az egyéni és csoport taktikai elemek használata játékrendszerben + a lesvonal használata).

Védekezésben ROMBUSZ kialakítása



A labda közelében ROMBUSZ kialakítása

1. védővonal

2. védővonal

3. védővonal

Meghatározott feladatok!

BIZTOSÍTÁS

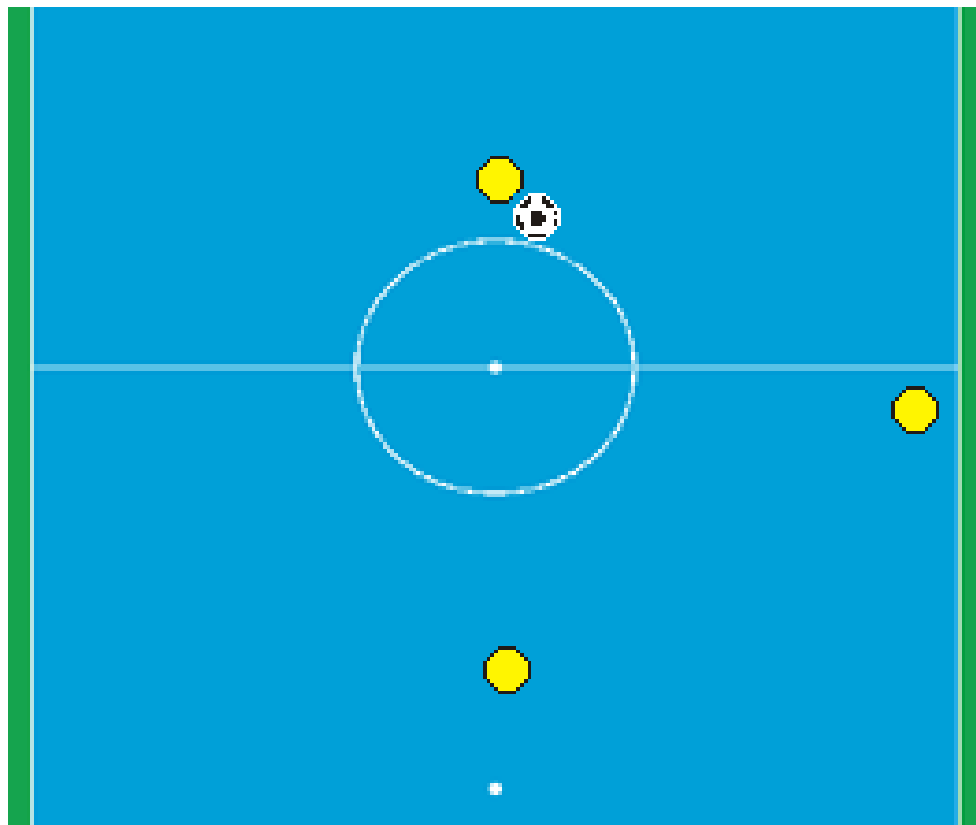
(ívelt labdánál is)



A csapatjáték felépítése - Támadás elemei

- **EGYÉNI TAKTIKA (egyéni támadás):**
 - **Egyéni labdás – labda nélküli tevékenység:**
 - Labdás technikai elemek alkalmazása játékhelyzetben (1v1)
 - Labda nélküli technikai elemek alkalmazása játékhelyzetben (terület kialakítása, az összjáték előfeltétele)
- **CSOPORT TAKTIKA (legalább 2 játékos együttműködése)**
 - **2 játékos együttműködése (kényszerítő, stb.)**
 - **3 játékos együttműködése (háromszögjáték)**
- **CSAPAT TAKTIKA (Az egyéni és csoport taktikai elemek használata játérendszerben)**

Támadásban háromszögek kialakítása (minél több játékfolytatási lehetőség)



Csapatjáték: 3 játékos együttműködése játékrendszerben



Optimális cselekvés létszámtól függően - elvek

- **Hogy cselekedjen a játékos támadásban és védekezésben:**
 - **Létszámelőnyben**
 - Támadásban
 - Védekezésben
 - **Létszámazonosságban**
 - Támadásban
 - Védekezésben
 - **Létszámhátrányban**
 - Támadásban
 - Védekezésben



III. A csapatjáték oktatása a felépítéstől a befejezésig

Csapatjáték oktatása a felépítéstől a befejezésig

LABDABIRTOKLÁS:

- ▣ **Labdakihozatal (kapustól, védelemből)**

- ▣ **Támadásépítés, támadásvezetés**
 - Döntően talajon tartott labda, a támadás felépítése (rövid és hosszú passzok váltogatása)
 - Szélességi játékkal mélységi játék folyamatos keresése

- ▣ **Védővonal áttörés**
 - Szélen
 - Tengelyben

- ▣ **Támadásbefejezés**

Csapatjáték oktatása a felépítéstől a befejezésig

OPTIMÁLIS KOCKÁZATVÁLLALÁS mellett
törekedni a mélységi játékra!

OPTIMÁLIS KOCKÁZATVÁLLALÁS melletti
labdakihozatal, támadás-felépítés!

Felépítéstől a befejezésig (elvek)



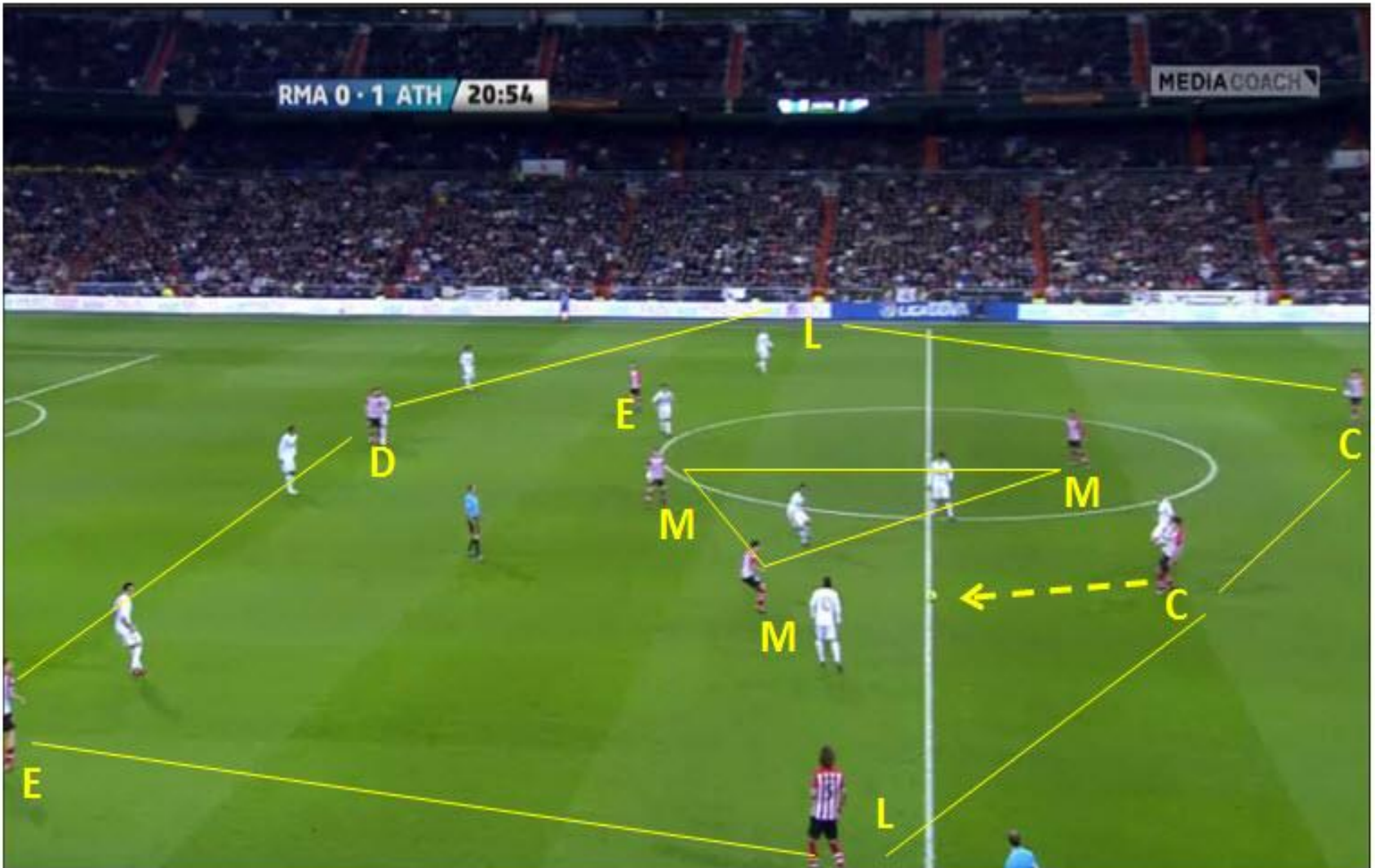
Milyen elvek segítik a támadásépítésünket?

8 fő alapelv

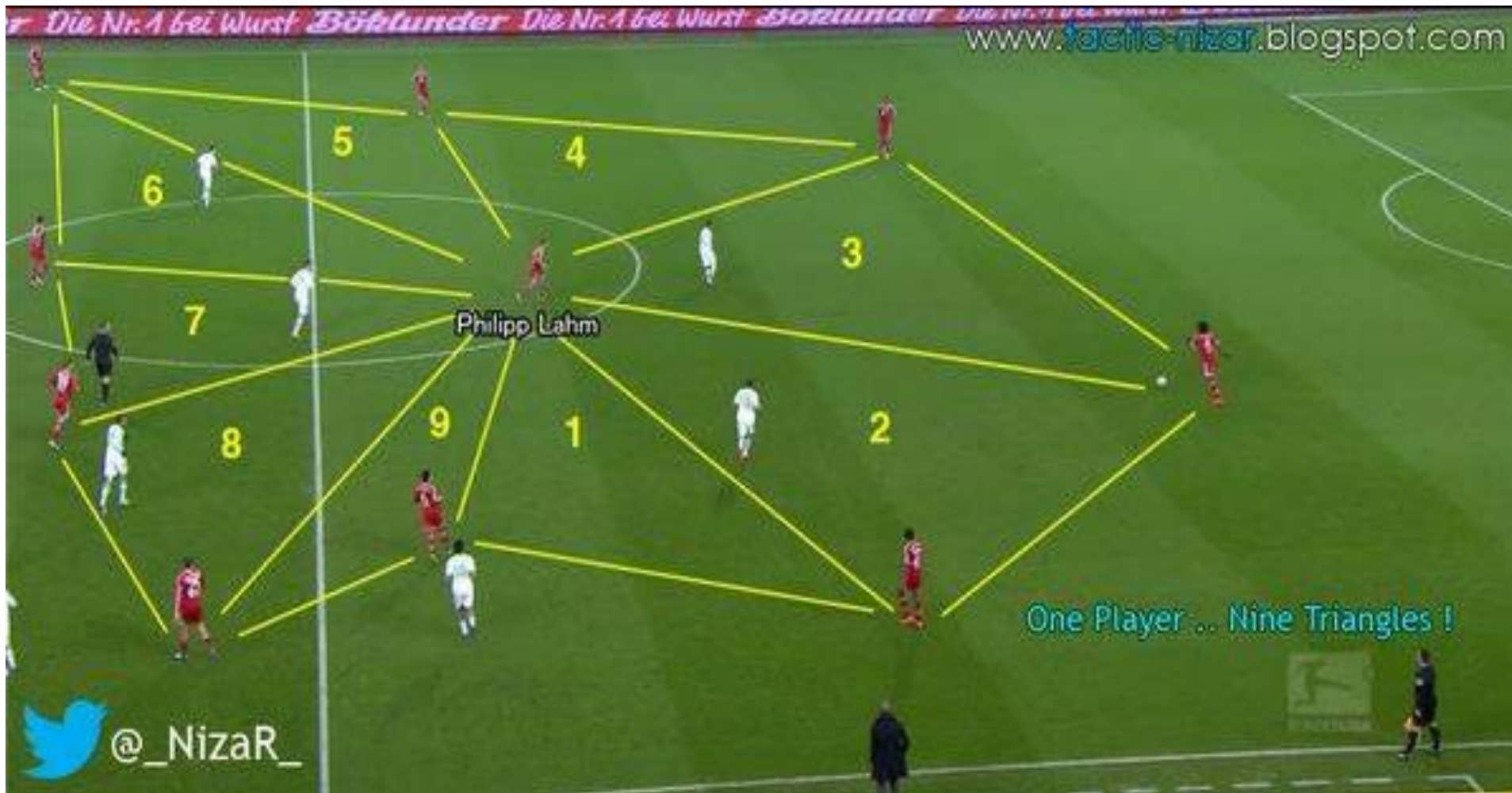
1. Labdakihozatal (kapustól) – optimális kockázatvállalás



2. Szélességben és mélységben széthúzzuk a játékterületet (szélesség, mélység)

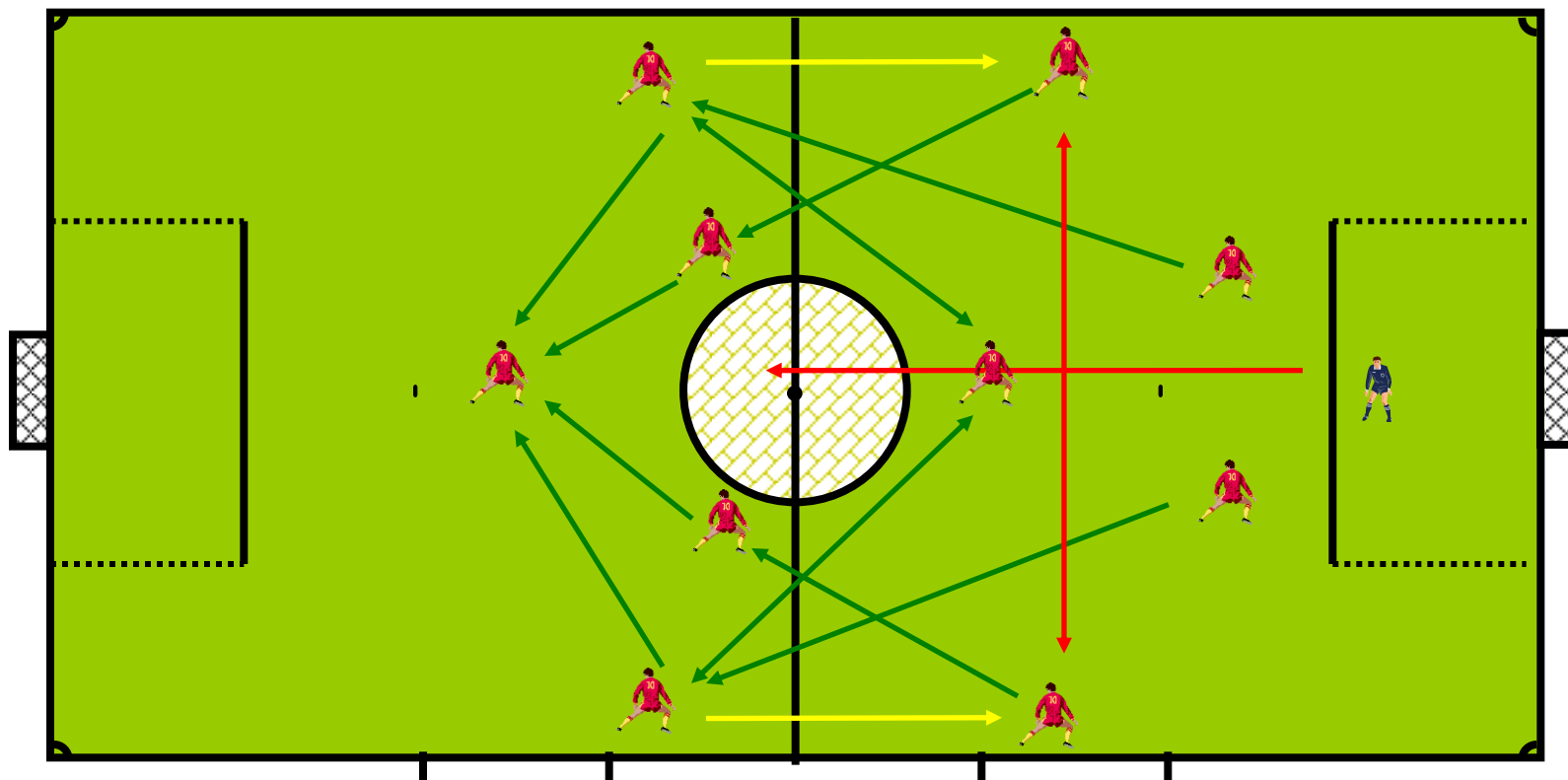


3. Minél több játékfolytatási lehetőséget akarunk (passzsávok, labdáshoz közelítés - távolodás)



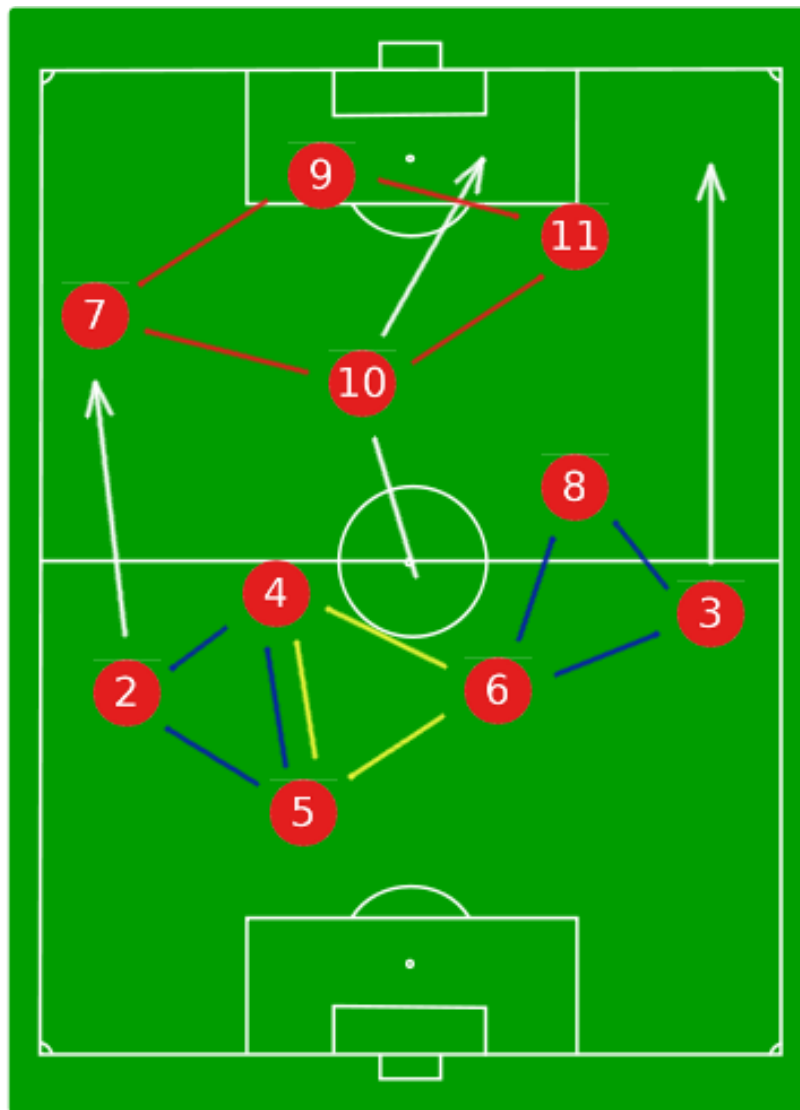
A labdás játékos támogatása - labda nélküli mozgás

Engedélyezett, tiltott és nem előnyös átadások



ÁTLÓS TÁMOGATÁS
A LABDÁT KAPÓ JÁTÉKOS NINCS HÁTTAL AZ ELLENFÉL KAPUJÁNAK

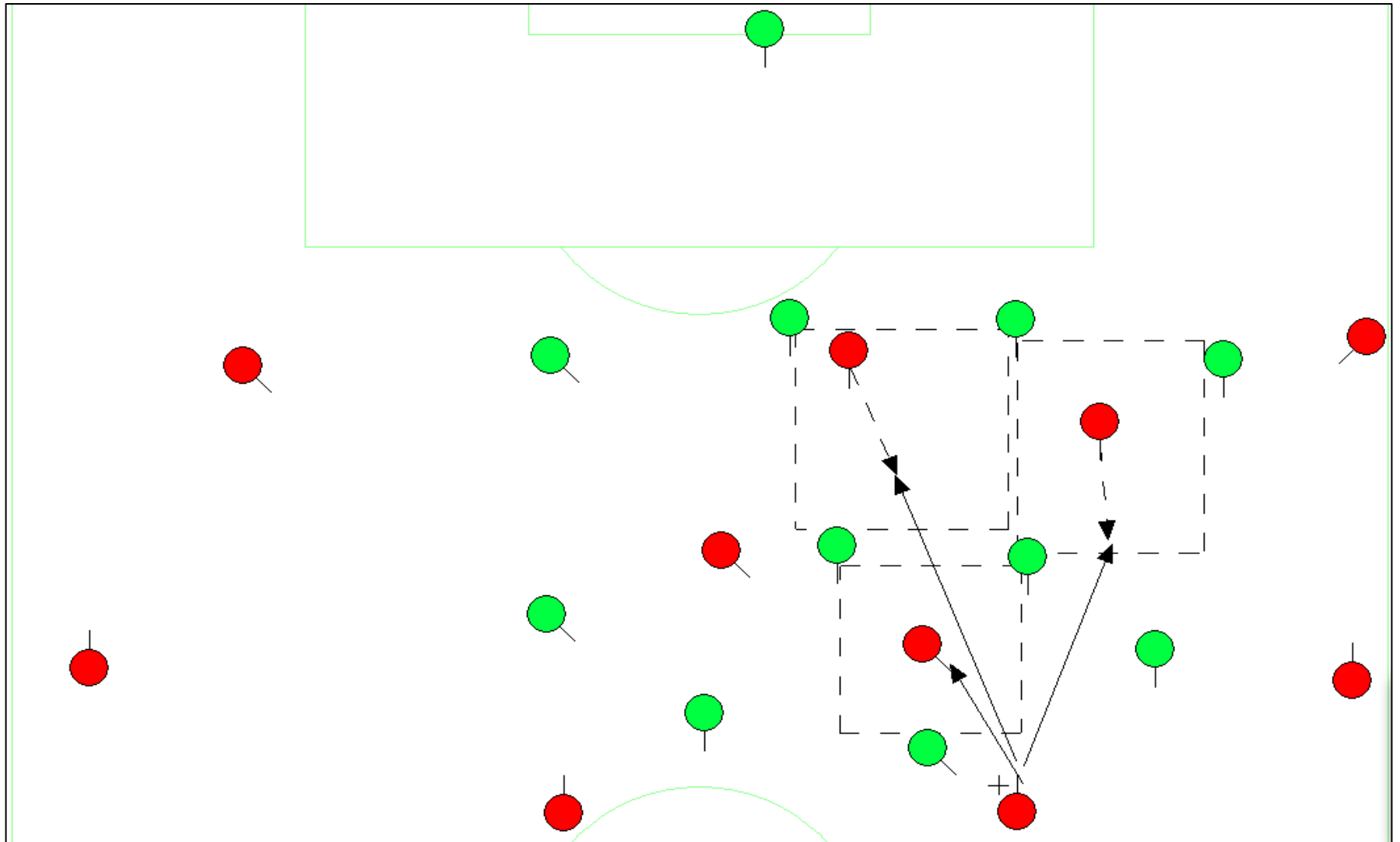
4. Mélységi tagozódás, azonos sávban cikk-cakk



Mélységi tagozódás, azonos sávban cikcakk



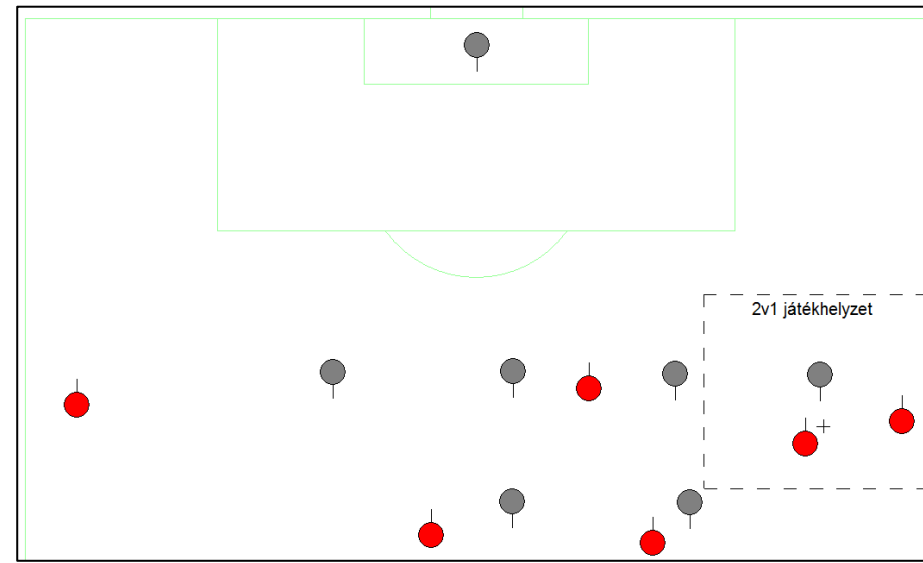
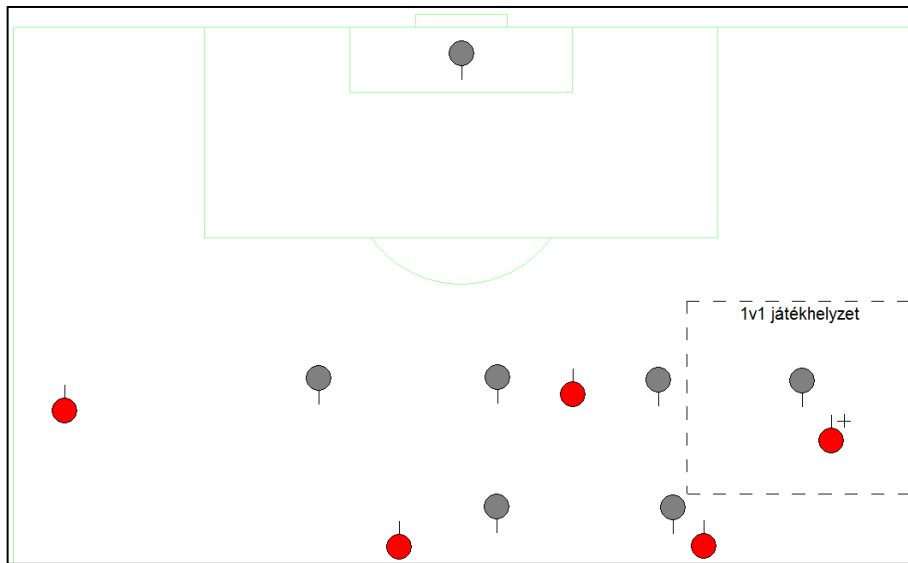
5. Próbáljuk megjátszani a VÉDŐVONAL KÖZÉ bemozgó támadókat
illetve a VÉDŐVONAL MÖGÉ induló játékosokat
EGYENSÚLY a VISSZALÉPÉSEK és a BEINDULÁSOK között



6. Beindulások védővonal mögé – védővonalból és mélységből



7. Szélen 1v1, 2v1 KIALAKÍTÁSA – gyors labdajáratás, oldalváltások (szélső védő domináns támadójátéka)



Fontos: a játék ritmusának változtatása – labda nélküli játékosok mozgása



8. És természetesen az ELMOZGÓ játékszervezés!

A csapatjáték felépítését segítő feladatok

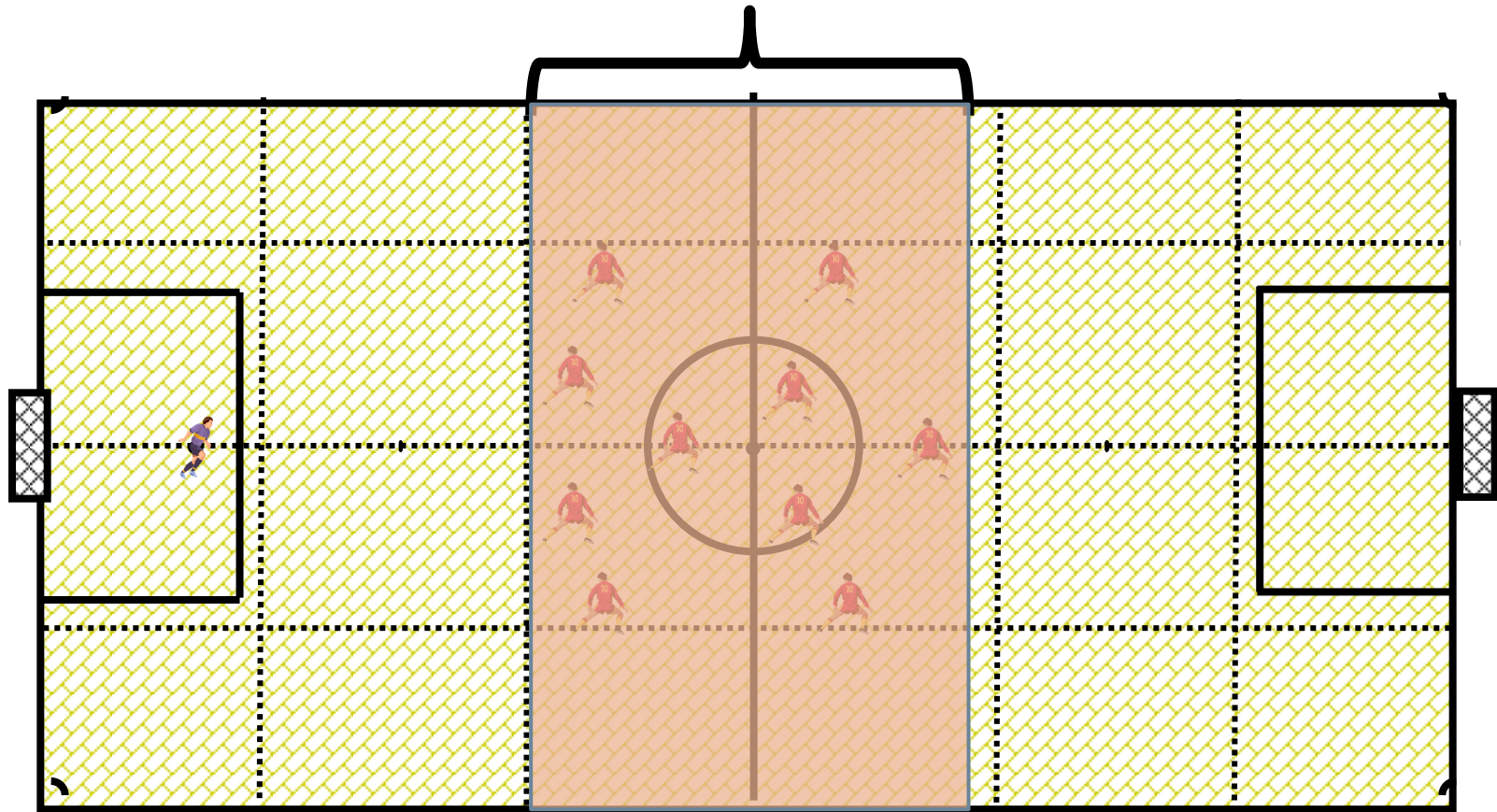
- **Zónajátékok**
- **Pozíciós játékok (1 és többbudvaros)**
- **Pozíciós játékok és abból különböző kisjátékok**
- **Nagy létszámú játékok (játékrendszerben)**
- **Alkalmazott koordináció (játékrendszerben – ellenállás nélkül is)**
- **Stb.**
- **Videó feladattár használata (egyéni – csoport – csapat)**

IV. A LABDASZERZÉS szervezése és az abból való átmeneteket oktatása

□ Hogyan történik a labdaszerzés?

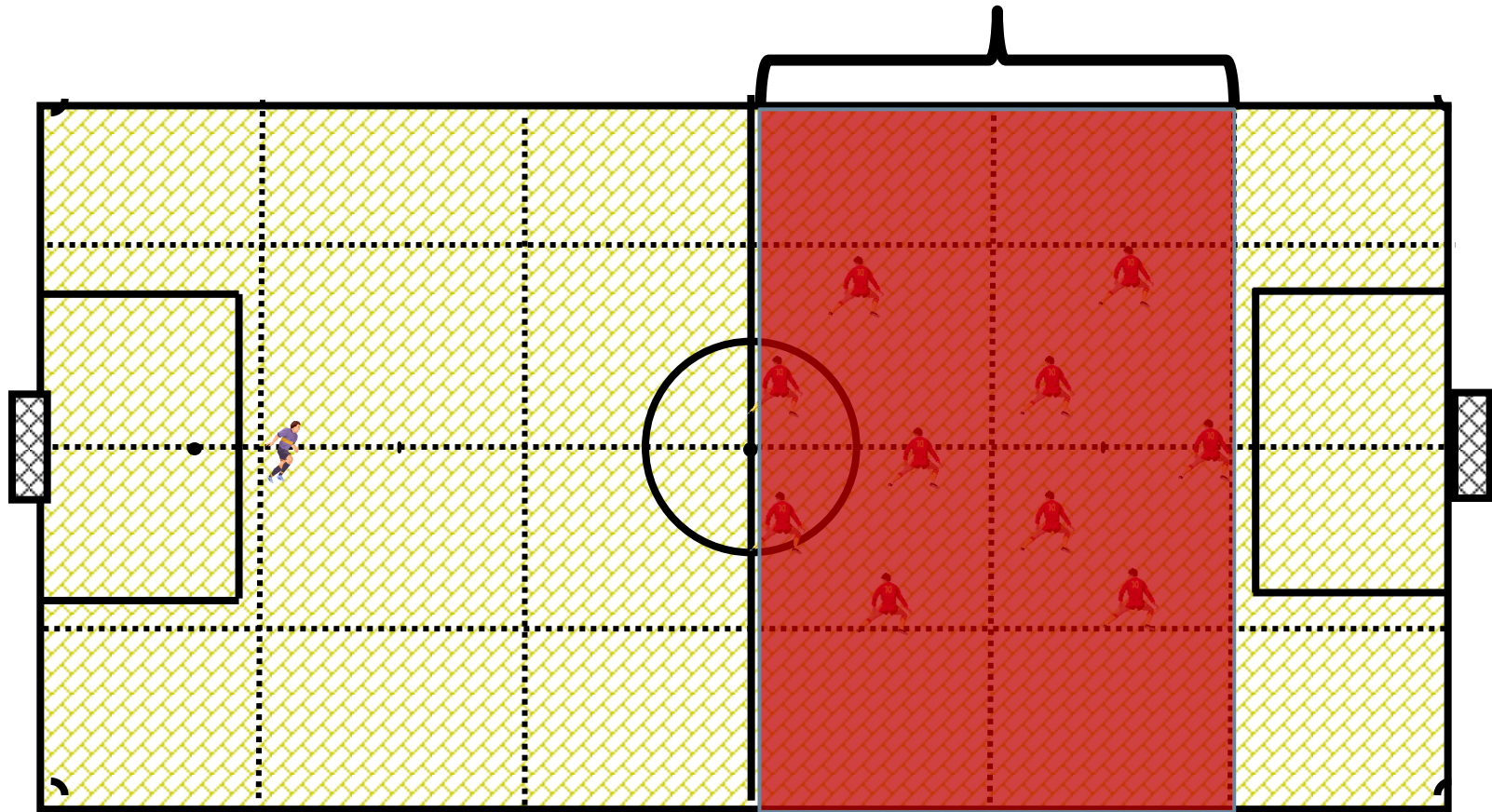
- 1) Az ellenfél játékosja elpasszolja a labdát (**ki nem kényszerített hiba**) – alacsony tudású ellenfél
- 2) **Reagálunk az ellenfél hibájára és kezdeményezzük a labdaszerzést (1. védő) – területvédekezésből labdaszerzés**
- 3) **Kikényszerítjük a labdaszerzést az ellenfél lehetőségeinek szűkítésével (idő, terület, átadási irányok) – területvédekezésből letámadás**

Labdaszerzés a középső zónában



- Kezdeményezés. Az ellenfél hibájának kikényszerítése. Az ellenfél térfelén nagyobb kockázatvállalás.
- Szélre szorítás, szélső támadónál a labdaszerzés kikényszerítése, a labda elrúgása
- Van terület mélységben az előrevédekezésre.

Letámadás a támadó zónában



- Kezdeményezés. Az ellenfél hibájának kikényszerítése. Az ellenfél térfelén nagyobb kockázatvállalás.
- Szélre szorítás, szélső támadónál a labdaszerzés kikényszerítése, a labda elrúgása.
- Kisebb korosztályok

Szélre szorítás - labdaszerzés



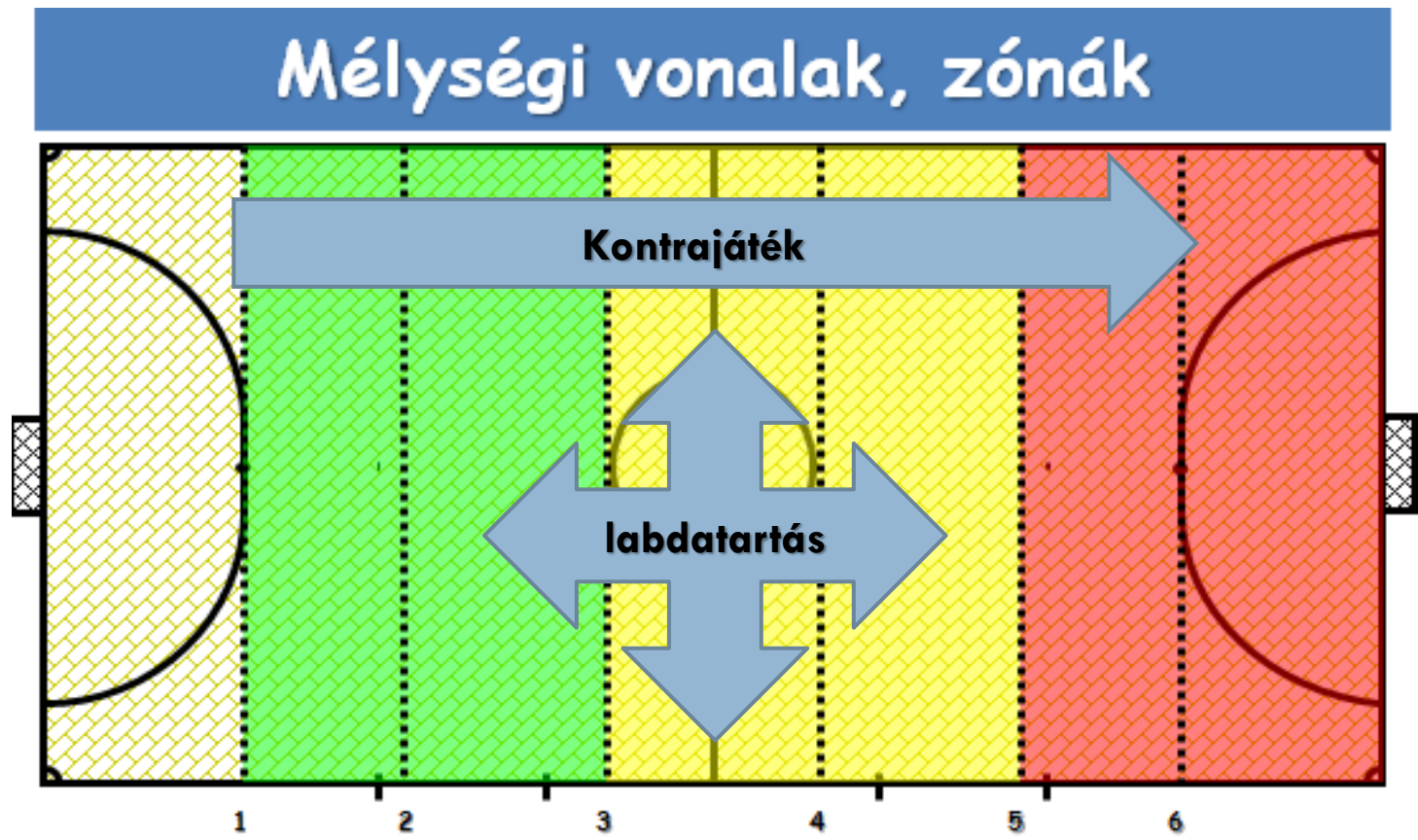
LABDASZERZÉS UTÁNI ÁTMENET TÁMADÁSBA

a, kontrajáték (rendezetlen védelemmel szemben):

- üres terület támadása
- mélységi átadás (területbe, támadók megjátszása)

b, labdatartás, labdajáratás (rendezett védelemmel szemben)

- szélességi és mélységi területnyitások
- a labda megbecsülése



Védekezésből átmenet támadásba - oktatása



- **A megfelelő elvek mentén feladatok alkalmazása**
- **Mérkőzésjátékokban is számon kérve**

V. Az egyéni- és poszt specifikus képzés

- **U12-15:** délelőtti edzésen (Fekete István Ált. Isk.)
- **U16-U21:** kiemelt játékosok + képzése
 - ▣ **TE-TA:** szerda d.u.: Jordi Illa Sole, edzők
 - Csapatrészek, egyéni fejlesztés (döntően technikai-taktikai elemek skálázása, tökéletesítése, tudatosítás, részletek)
 - Köredzés formában
 - ▣ **KONDITIONÁLÁS:** hétfő d.u.: kondi team: Radó Krisztina, Gál Bence (döntően erőfejlesztés, prevenció)
– korábban egyéni felmérések alapján
 - ▣ **MENTÁLIS:** péntek (iskola időben): Dr. Csernus Imre
 - csoportfoglalkozás



A labdarúgás nem matematika, nem csak egy megoldás létezik!



zsolt.forian@eto.hu

Edzésvezetés: Rozmán László, Varga Antal

Csapat: GYŐRI ETO FC U16

KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!