

LETNI IZPOPOLNJEVALNI PRAKTIČNI SEMINAR ZNTS 2018



METODIKA UČENJA BRANJENJA – MOŠTVENA IN SKUPINSKA TAKTIKA

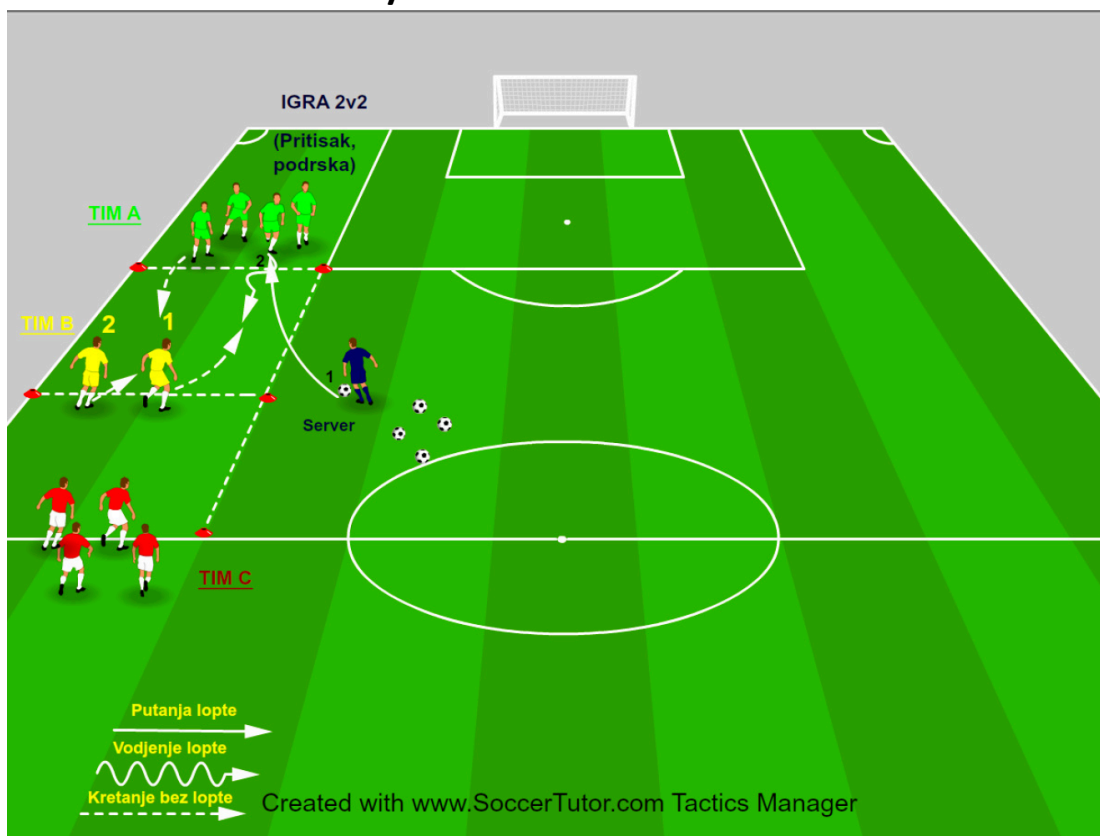
**»NNC BRDO PRI KRANJU«
10.09.2018 ob 16.30 uri**

AVTOR IN PREDAVATELJ:

Slobodan Pavković, trener UEFA PRO

LJUBLJANA, AVGUST 2018

1. IGRA 2:2 – PRITISK / VAROVANJE



Datum: 10.9.2018 **Prostor:** 20 x 40 m
Ura: 17.00 **Število igralcev:** 10
Trajanje vaje: 15 minut **Starostna skupina :** 18+
Opis vaje: Server poda žogo igralcu ekipe A. Igralci ekipe B takoj napadejo igralce ekipe A tako, da se ustvari igra 2:2. Igralec 1 vrši pritisk na žogo, medtem ko mu igralec 2 zagotavlja varovanje. Igralci ekipe A skušajo prenesti žogo preko srednje linije, medtem ko jim igralci ekipe B to preprečujejo. V kolikor ekipa A prenese žogo preko linije, preda žogo ekipi C in prevzame nalogo obrambne (defenzive) funkcije. Če ekipa B odvzame žogo ekipi A, jo vrnejo serverju.

Cilj: Osnovni cilj vaje je igra v fazi obrambe 2:2, kjer dva igralca delujeta po principu obrambe (pritisk / varovanje) in z namenom (ciljem) odvzemanja žoge

Zahteve trenerja:

- hitro iztekanje obrambne ekipe
- sodelovanje dveh igralcev – eden napada, drugi varuje
- sodelovanje ko napadalci menjajo mesta
- igralec ki varuje, daje navodila igralcu, ki napada žogo
- po odvzeti žogi se mora hitro odigrati na serverja

Nadgradnja vaje: prenašanje naučenih principov v igro

2. IGRA 4:4 – PRINCIPI OBRAMBE



Datum: 10.9.2018

Ura: 17.00

Trajanje vaje: 20 minut

Prostor: 2/3 igrišča

Število igralcev: 22

Starostna skupina : 18+

Opis vaje: Igrišče je razdeljeno na 4 cone – 2 coni igre in 2 coni za zaključek napada. Imamo pet ekip s po 4 igralci in dva vratarja. Server poda žogo ekipi B, ki je v coni igre in igra proti ekipi C. Ekipa C poskuša odvzeti žogo v skladu s predhodnimi principi obrambe. V kolikor ekipa C odvzame žogo, jo poda serverju in gre v cono B, kjer kot ekipa, ki napada, igra proti ekipi A. Če ji uspe priti v cono zaključka napada izza ekipe C, mora čim prej zaključiti akcijo z udarcem na gol.

Cilj: V igri 4:4 organizirani glede na igralno mesto in vlogo igralca v ekipi (4 vezni igralci, 4 obrambni igralci,...). Vaja mora upoštevati principe obrambe v igri 4:4.

Zahteve trenerja:

- pravilen razpored v igri 4:4 glede na žogo in napadalce
- prvi princip je pritisk na žogo
- oblikujeta se dve liniji obrambe
- potrebna je komunikacija glede razporeda in nalog

Nadgradnja vaje: igra z dvema dotikoma

3. OBRAMBNI BLOK – 6 IGRALCEV



Datum: 10.9.2018

Prostor: 2/3 igrišča

Ura: 17.00

Število igralcev: 22

Trajanje vaje: 20 minut

Starostna skupina : 18+

Opis vaje: Igrišče je razdeljeno na 3 cone – cono igre 6:6, cono igre 4:4 in prosto cono širine 10 m. Primarna je igra v coni 6:6. Server odigra prvo podajo napadalcem v coni 6:6. Obrambni blok 6 igralcev skuša odvzeti žogo in odvzeto žogo odigra enemu od svojih napadalcov, ki uteče v prosto cono. Obrambni blok uporablja principe obrambe predhodnih vaj, da odvzame žogo in jo poda v naslednjo cono.

Cilj: Osvajanje principov obrambe: 1. pritisk / 2.varovanje / 3. ravnotežnost / 4. kompaktnost

Zahteve trenerja:

- istočasno gibanje obrambnega bloka
- postavljanje obrambnega bloka glede na položaj žoge in nasprotnika
- razmak med linijami po globini in širini
- pritisk na igralca, prostor
- hitrost gibanja in obrambne reakcije

Nadgradnja vaje: igra 11:11 na velikem prostoru z vključevanjem vaje obrambnega bloka v igro

4. PROSTA CONA – 8 IGRALCEV



Datum: 10.9.2018
Ura: 17.00
Trajanje vaje: 20 minut

Prostor: 2/3 igrišča
Število igralcev: 22
Starostna skupina : 18+

Opis vaje: V primarnem polju se igra 8:8. Trener odigra prvo podajo. Obrambni blok 8 igralcev je organiziran v dveh linijah s po 4 igralci, ki poskušajo odvzeti žogo ekipi, ki napada in sicer tako, da uporabljajo principe obrambe kot v preteklih vajah. Če odvzamejo žogo, jo takoj odigrajo v prosto cono enemu od svojih napadalcev. V situaciji 2:2 nato poskušajo zaključiti akcijo z udarcem na gol. Po tem, trener začne novo akcijo.

Cilj: Izvajati principe obrambe v številčno enaki situaciji in uveljavljati igro obrambnega bloka kot nedeljivo celoto.

Zahteve trenerja:

- kompaktnost bloka
- razmak med linijami po globini
- 'podvajanje' – akcija 2 igralcev po globini
- 'obkoljevanje' – akcija 3 igralcev – blokiranje linij podaj
- ohranjanje celovitosti obrambnega bloka za potrebe obrambe

Nadgradnja vaje: uporaba vadbenih elementov taktike v prosti igri 11:11

4.a. TAKTIČNA IGRA 8:10



Datum: 10.9.2018 **Prostor:** 2/3 igrišča
Ura: 17.00 **Število igralcev:** 22
Trajanje vaje: 20 minut **Starostna skupina :** 18+
Opis vaje: Situacija številčne podrejenosti v igri 8:10 - obrambni blok 8 igralcev proti 10 napadalcem. Dva centralna štoperja napadalne ekipe (rdeča ekipa), igrata samo na nasprotnikovi obrambni polovici igrišča. Obrambni blok ima 2 liniji obrambe s posebnimi funkcijami in nalogami. Če obrambni blok odvzame žogo, poskuša odigrati prvo podajo na dva napadalca v prostem kvadratu in poskušajo iz predložka iz boka doseči zadetek.

Cilj: Igra obrambnega bloka proti številčnejšim igralcem v napadu. Uporaba obrambnih principov 2 linij obrambnega bloka.

Zahteve trenerja:

- pozicijska igra dveh obrambnih linij
- hitrost pritiska na žogo
- premikanje obrambnega bloka na stran napada
- kompaktnost obrambnega bloka
- po odvzeti žogi prva podaja v proste kvadrate

Nadgradnja vaje: igra 11:11 v istem prostoru z uporabo uigranih principov obrambe

5. TAKTIČNA IGRA – DVA DOTIKA



Datum: 10.9.2018

Ura: 17.00

Trajanje vaje: 20 minut

Prostor: celo igrišče

Število igralcev: 22

Starostna skupina : 18+

Opis vaje: V začetnem razporedu sta postavljena dva obrambna bloka eden proti drugemu. En napadalni blok je postavljen v 'idealnem' razporedu pokrivanja prostora, obrambni blok pa je kompakten, z majhnimi razmahi med linijami. Napadalni blok odigrava podaje, obrambni blok pa se premika glede na položaj žoge. Ko trener začne igro, obrambni blok takoj začne s pritiskom in poskuša odvzeti žogo ter organizirati napad. Naslednja akcija se prične z enakim razporedom.

Cilj: Uporaba vseh principov obrambe v igri med obrambnim in napadalnim blokom. Cilj je odvzemanje žoge z uporabo principov obrambe.

Zahteve trenerja:

- zgoščenost obrambnega bloka
- razmah med gibanjem bloka v smeri napada in presinga
- poudarek na hitrosti gibanja celotnega bloka pri izvajanju presinga
- zavzemanje pravih pozicij
- različne oblike glede na položaj žoge

Nadgradnja vaje: igra 11:11 na celém igrišču s čim manjšim številom dotikov

PREDAVATELJ

Predavatelj **Slobodan Pavković**, trener UEFA PRO, bo na letošnjem seminarju nadaljeval začeto tematiko na predhodnih predavanjih v Portorožu in lansko leto v Velenju.

Vsa predavanja so namenjena učenju taktike usmerjena v gradnjo igre. Kot odličen trener in poznavalec nogometne igre, svoje delo usmerja na podlagi vrhunskih igralskih izkušenj, trenerskega dela v tujini in Srbiji, kjer je bil v kvalifikacijskem ciklusu pomočnik selektorja srbske reprezentance, ki se je uvrstila na Svetovno prvenstvo v Rusiji.

Slobodan Pavković je odličen predavatelj in strokovnjak, analitik in praktik, ki je pripravil tudi vrsto kvalitetnih video predstavitev treningov, ki so dosegljivi na You Tubu. Prav tako je tudi avtor številnih publikacij, ki so bile objavljene tako v srbskem kot angleškem jeziku.



Ob tej priliki se mu v imenu ZNTS zahvaljujemo za njegove prispevke, sodelovanje ter posredovanje znanja, ki ga je vedno pripravljen deliti z našimi trenerji in predstaviti svoje poglede za razvoj igralcev in nogometne igre.

DEMONSTRATORJI

Demonstratorji na letošnjem seminarju v NNC na Brdu pri Kranju bodo dijaki 3. in 4.letnika **Nogometnega razreda 'Gimnazije Ljubljana Šiška'**, pod vodstvom profesorjev nogometnih razredov in trenerjev PRO : **Dejana Jelnikarja, Primoža Zvera, Daniela Pavlina in Tomija Kostrica.**



Tudi njim in vsem mladim igralcem, se najlepše zahvaljujemo za pomoč pri izvedbi seminarja.

mag. Rudi Bračič, l.r.
predsednik ZNTS