

FRANCISCO VALDERICEDA

FUTSAL

TAKTYKA I ĆWICZENIA TAKTYCZNE

PRZEŁOŻYŁA KATARZYNA ETRYK



elclubdelfutbolsala.com

FRANCISCO VALDERICEDA

FUTSAL

TAKTYKA I ĆWICZENIA TAKTYCZNE

Przełożyła
KATARZYNA ETRYK

| | |
|---|-----|
| WSTĘP | 9 |
| STOSOWANE OZNACZENIA | 11 |
| SYSTEMY | 15 |
| SYSTEM 2-2 | 17 |
| SYSTEM 1-2-1 (3-1) | 22 |
| SYSTEM 4-0 | 31 |
| OBRONA | 37 |
| OBRONA W STREFIE | 38 |
| OBRONA W STREFIE Z PRESSINGIEM NA ZAWODNIKA Z PIŁKĄ | 45 |
| OBRONA W STREFIE DEFENSYWNEJ I OFENSYWNEJ | 55 |
| OBRONA W STREFIE ZAMKNIĘTEJ | 58 |
| OBRONA JEDEN NA JEDNEGO | 63 |
| OBRONA JEDEN NA JEDNEGO Z PRESSINGIEM NA ZAWODNIKA Z PIŁKĄ | 69 |
| CAŁKOWITA OBRONA JEDEN NA JEDNEGO | 83 |
| OBRONA ALTERNATYWNA | 87 |
| OBRONA: MOMENTY CHARAKTERYSTYCZNE | 105 |
| ATAK | 121 |
| RUCHY OFENSYWNE Z ROZPOCZĘCIEM ZAGRANIA PRZEZ ŚRODEK | 127 |
| RUCHY OFENSYWNE Z ROZPOCZĘCIEM ZAGRANIA PRZEZ SKRZYDŁO | 142 |
| ROTACJE | 157 |
| STRATEGIE I STAŁE FRAGMENTY | 171 |
| PIŁKA ZAGRANA ZE ŚRODKA | 172 |
| RZUT WOLNY | 180 |
| AUTY | 200 |
| RZUT ROŻNY | 202 |

SYSTEMY

Zdefiniujemy SYSTEM jako:

„Pozycję, którą zajmuje każdy zawodnik na boisku, kiedy zaczyna się ruch, zarówno ofensywny jak i defensywny, zależnie od tego, czy w tym momencie posiada się piłkę lub też się jej nie posiada.”



Wychodząc od systemu gry, ustalają się wszystkie akcje, zarówno indywidualne, jak i zbiorowe zawodników naszej drużyny i drużyny przeciwnej.

Zawsze się mówiło, że my trenerzy tworzymy „w naszej pracowni” własne systemy gry. Nic bardziej dalekiego od prawdy. To co robimy my trenerzy, to urozmaicanie systemów poprzez charakterystyczne cechy techniczne, fizyczne lub zmianę gry w bloku zawodników przeciwnych aby w miarę możliwości ułatwić ruchy zarówno defensywne, jak i ofensywne naszej własnej drużyny.

Każdy system posiada różne zalety i cechy charakterystyczne. Ich zastosowanie będzie zasadnicze dla stworzenia odmiennych form gry. Jeżeli nasza drużyna jest zdolna do używania różnych systemów w czasie gry, podczas jednego meczu, jest bardzo prawdopodobne, że przeciwnicy się zdestabilizują, zmieniając ciągle sposób atakowania lub obrony.

Istnieją trzy podstawowe systemy gry:

- System 2-2
- System 1-2-1 (3-1)
- System 4-0

Rozmieszczenie pozycji zostaje uporządkowane w następujący sposób:

- Zawodnicy atakujący (AI i AD) wycofują się poza środek boiska, zbliżając się między sobą; to ustawienie jest bardzo ważne: każdy, poza markowaniem (kryciem) swojego przeciwnika, musi zablokować wszelkie możliwe podania do najbardziej zaawansowanych zawodników, szczególnie jeśli ustawią się w środku naszej obrony.
- Dwaj zawodnicy, pozostający najbardziej z tyłu (DI i DD), wycofują swoje pozycje, łącząc się tak, żeby móc możliwie najlepiej zablokować środek boiska, pozostawiając mniej wolnych przestrzeni w tej najbardziej niebezpiecznej dla naszej obrony pozycji.
- Bramkarz wysuwa się do granicy pola karnego, blokując niewielką przestrzeń, którą pozostawiają w środku boiska jego najdalej wysunięci koledzy, i stara się kryć przestrzeń wewnątrz swoich dwóch kolegów, którzy grają przed nim.

ZALETY

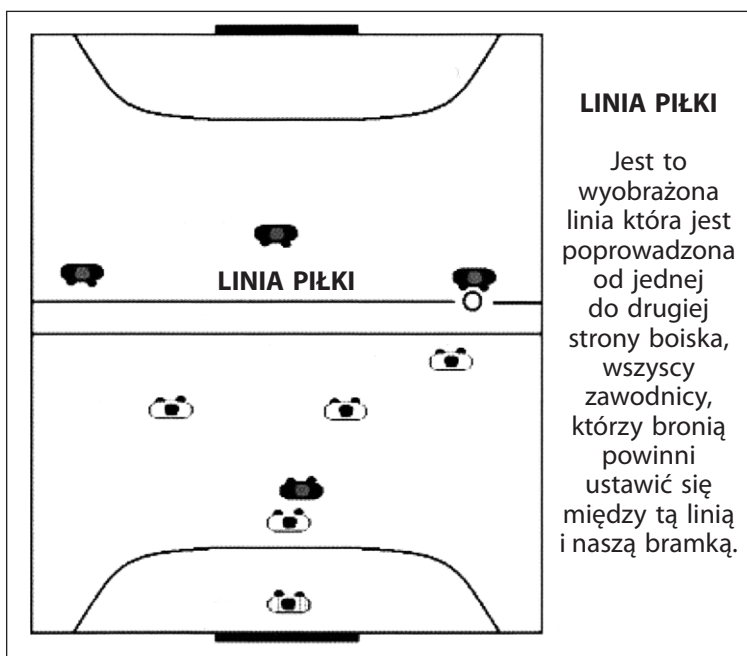
- Skuteczny dla nauki dzieci, które zaczynają grać w futsal. Ułatwia rotację wszystkich zawodników, przez wszystkie stanowiska (pozycje) i nie ogranicza zawodników do jednego stanowiska (pozycji) we wczesnym okresie nauki. Chociaż w określonych przypadkach jest restrykcyjne co do pozycjonowania, powinniśmy być tolerancyjni.
- Łatwy do zrozumienia.
- Wymaga małego przygotowania fizycznego.
- Tym systemem skutecznie blokujemy przestrzenie, które przeciwnicy mogliby stworzyć wewnątrz naszej strefy obrony.
- Jeśli dwaj najbardziej defensywni zawodnicy stworzą ruchomą barierę dla piłki, możemy wyciągnąć najlepszą korzyść, którą daje system: zgodnie z przemieszczeniem piłki, jeden kryje a drugi asekuje.

NIEDOGODNOŚCI

- Przed atakiem lub obroną ekipy przeciwnej, z trzema zawodnikami, zawsze znajdziemy się w mniejszości liczebnej.
- Oddajemy inicjatywę przeciwnikowi.
- Podczas gdy bronimy, pozostawiamy wolne przestrzenie na pozycjach obronnych.
- Jeśli zaplanujemy system bardzo blisko naszego pola karnego, może zwiększyć się liczba strzałów drużyny przeciwnej z średniej odległości.
- Wszyscy zawodnicy muszą być bardzo skoncentrowani, żeby udzielać pomocy w obronie, w przeciwnym wypadku przeciwnicy mogą wkroczyć z „klepką” (dosłownie „krótkie ściany”)

- Kiedy zawodnik w defensywie, na pozycji ofensywnej spróbuje wyprzedzenia („czytania”), musi mieć pewność, że jego kolega przyjdzie mu z pomocą, jeśli wyprzedzenie zawiedzie. W przeciwnym wypadku lepiej jest zablokować boisko niż wyprzedzać akcję przeciwnika z piłką.

W obronie tego typu, obrońcy będą wycofywać swoje pozycje, zgodnie z tym, jak będzie postępował z piłką zawodnik drużyny przeciwnej, wzrośnie także pressing, jaki wytworzy się przeciwnikowi, który będzie w tym momencie w posiadaniu piłki. Żeby zrealizować jakąkolwiek obronę z jak największą gwarancją sukcesu, wszyscy zawodnicy powinni znajdować się poza linią piłki, żeby móc obronić wszystkie w całości.

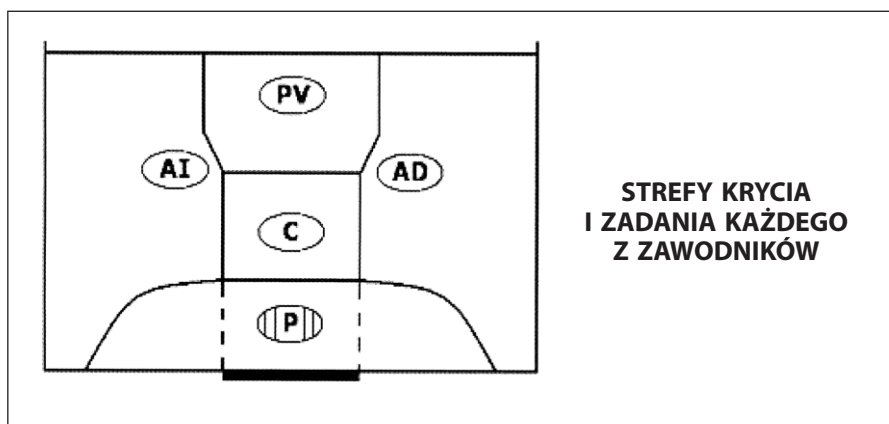


ZASADY OBRONY W STREFIE

- Każdy z zawodników jest odpowiedzialny za sektor boiska wyznaczony mu przez trenera.
- Uwaga obrońców jest skupiona na piłce; obrońcy poruszają się zgodnie z ruchem piłki.
- Każdy zawodnik przechodzi od obserwacji do krycia, w zależności od miejsca, w którym znajdzie się piłka.
- Atakujący posiadający piłkę, powinien być broniony z wytrwałością i pewnością.

STREFY KRYCIA I ZADANIA KAŻDEGO Z ZAWODNIKÓW

Każdy zawodnik w obronie powinien blokować środek boiska i bronić swojej strefy. W swojej strefie ma następujące zadania:



- **BRAMKARZ (P):** Ustawi obronę. Jego strefą obrony jest pole bramkowe. Wewnątrz pola bramkowego są przerywane linie, w tym celu, aby każdy skrzydłowy w ataku przeciwnika bronił swojego słupka, przede wszystkim w podaniach na drugi słupek.
- **ROZGRYWAJĄCY (C):** będzie krył pierwszego przeciwnika, który wysunie się do ataku i ustawi się na jego pozycji. Powinien także asekurować skrzydłowych: prawoskrzydłowego (AD) z prawej i lewoskrzydłowego (AI) z lewej. Strefa, której broni, to kwadrat, w którym się znajduje.
- **SKRZYDŁOWI (AD i AI):** Obaj skrzydłowi kryją przeciwników, którzy wejdą przez odpowiadające im skrzydła i asekurowują pivota (PV). Lewoskrzydłowy przez skrzydło lewe i prawoskrzydłowy przez skrzydło prawe. Każdy broni swojego skrzydła.
- **PIVOT (PV):** Jest pierwszym obrońcą i porusza się tylko w swojej strefie zgodnie z ruchem piłki. Przestrzeń której broni jest zaznaczona na rysunku.

Aby ta obrona zyskała maksymalnie na wydajności, wszyscy zawodnicy powinni znajdować się za linią piłki.

Linia piłki: Jest to linia umowna, którą wyznacza piłka od jednej do drugiej strony boiska. Wszyscy zawodnicy z naszej drużyny na pozycjach obronnych powinni ustawić się począwszy od tej linii, aż do naszej bramki.

Rotacje są podstawowym elementem w ruchach ofensywnych. Ruchy rotacji pomagają nam bardzo w uniknięciu krycia przez przeciwnika, tworząc w ten sposób okazje do ataku, na które musimy bardzo uważać, żeby móc zakończyć zagranie w najlepszy możliwy sposób. Okazje, które tworzą się wraz z rotacjami prawie zawsze są spontaniczne, to znaczy, że bardzo trudno jest przewidzieć rezultat ruchów wykonywanych przez obrońców.

ATAK:

Jest to akcja, która ma na celu zdobycie gola.

Jesteśmy gotowi do ataku, w tej samej chwili, w której stajemy się posiadaczami piłki, niezależnie od miejsca, w którym ją przejmujemy.

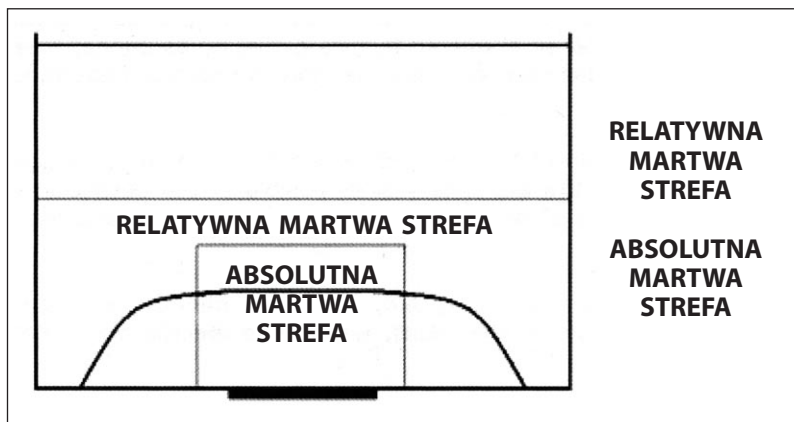
PODSTAWOWE KONCEPCJE ATAKU

Kiedy nasza drużyna wykonuje ruch ofensywny i udaje jej się zaatakować na jego początku, w momencie finalnym musimy pamiętać o istnieniu dwóch stref tzw. martwych, co jest szalenie ważne żeby osiągnąć dobre zakończenia.

MARTWA STREFA

Są wolne strefy w obronie przeciwnika, do których piłka jest wstrzeliwana w momencie wejścia zawodnika.

- absolutna martwa strefa
- relatywna martwa strefa



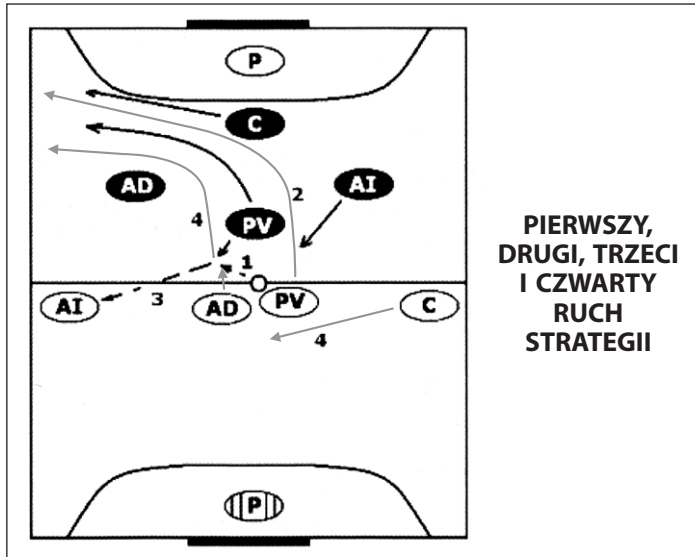
Ruch 7. – Prawoskrzydłowy (AD) kończy ruch strzałem na bramkę.

PIŁKA ZAGRYWANA ZE ŚRODKA Z PODWÓJNĄ FAŁSZYWĄ RÓWNOLEGŁĄ

We wstępie do strategii skomentowałem, że musimy mieć strategię w rezerwie, żeby móc jej użyć tylko w specjalnych przypadkach.

Ta strategia piłki zagrywanej ze środka, która zostanie dalej zaprezentowana, jest idealna w przypadkach tego typu. Drużyna przeciwna już zna nasz sposób gry i oczywiście niektóre z naszych strategii, między innymi poprzedni rzut ze środka, dlatego że wykonaliśmy go na niej. Jest to idealny moment na rozwinięcie drugiej części poprzedniej strategii.

PIŁKA ZAGRYWANA ZE ŚRODKA Z PODWÓJNĄ FAŁSZYWĄ RÓWNOLEGŁĄ



Można ocenić, że ten ruch jest taki sam, jak poprzedni, o czym wiedzą przeciwnicy, co może łączyć się także ze wskazówką trenera drużyny przeciwniej, który nakłania swoich zawodników do odcięcia podania przez bok. Wszystko jest na korzyść tego, żebyśmy mogli zmienić wykonywaną strategię.

FUTSAL

TAKTYKA I ĆWICZENIA TAKTYCZNE

Praktyczny podręcznik, w którym w sposób prosty, dydaktyczny ale i rygorystyczny przedstawiono podstawy futsalu. Zawarta w nim wiedza, pozwala wykorzystać cały potencjał drużyny oraz poszczególnych zawodników, w różnych sytuacjach w trakcie meczu.

Wzbogacona o ponad 250 ilustracji.



Francisco Valdericeda

Hiszpański trener futsalu. W latach 90-tych czynny zawodnik ligowy, grający w Dywizji Honoru. W tym czasie skończył akademię trenerską przy Madryckiej Federacji Futsalu, zdobywając krajowy tytuł Trenera Futsalu. W drugiej połowie lat 90-tych został Przewodniczącym Madryckiej Szkoły Trenerów Futsalu. W czasie kariery trenerskiej prowadził drużyny: Os Peloteiros, La Unión Year, Pinto Sport Futbol Sala, Forma 3, Szkoła Sportowa Pozo Entrevías. W najwyższej kategorii Líder Sport (Dywizja Honoru) pracował przez cztery lata. Jest trenerem Madryckiej Selekcji we wszystkich kategoriach: dziecięcych, młodzieżowych oraz seniorskiej. Cyklicznie prowadzi wykłady o tematyce techniczno-taktycznej w futsalu, w Federacjach Terytorialnych na terenie całej Hiszpanii. Uczestniczył jako wykładowca w Narodowym Kongresie Trenerów Futsalu ANEFS w Alcobendas. Obecnie Dyrektor Sportowy i Dyrektor Składu Pinto Futbol Sala, Dyrektor Rozwoju Zasobów elclubdelfutbolsala.com oraz czasopisma EL CLUB DEL FUTBOL SALA.

Dotychczasowe publikacje Francisco Valdericedy:

„Futsal, obrona – atak – strategię”

„Futsal, taktyka i ćwiczenia taktyczne”

„Ćwiczenia techniki – okres początkowy w futsalu od 5 do 10 lat”

„Karty Techniczne” – to cyklicznie ukazujące się zeszyty (trzy na sezon) wyjaśniające kolejne tematy związane z grą w futsal. W sezonie 2011/2012 ukazały się jak dotychczas dwie takie pozycje.

WYDAWNICTWO
MH

ISBN 83-934632-0-6



9 788393 463206