

Wprowadzenie do systemu gry w piłkę nożną 3-4-3 w linii

opracowanie Kamil Socha

I. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

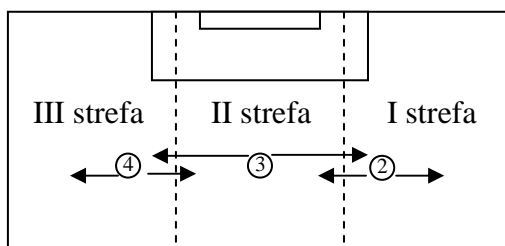
1. PREDYSPOZYCJE INDYWIDUALNE I ZADANIA W OBRONIE:

Bramkarz,

potężnie zbudowany, sprawny i pewnie grający na przedpolu. Dużo podpowiada obrońcom, korygując ustawienie w linii, wspólnie ze środkowym obrońcą jest szefem defensywy. Zna doskonale założenia systemu. Przy próbie szybkiego ataku przez drużynę przeciwną, w przypadku wrzucenia piłki w naszą strefę obronną zachowuje się jak ostatni obrońca, czyszcząc pole do 20-30 metra od naszej bramki. Dysponuje dokładnym dalekim wybięciem piłki nogą.

Trzech obrońców kryjących,

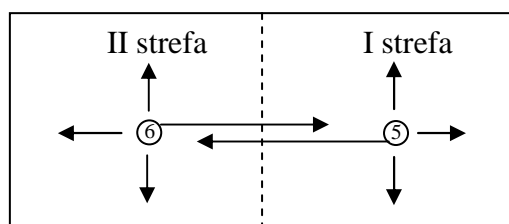
grających w linii, z przekazywaniem napastników drużyny przeciwnej. W przypadku zaangażowania się w akcję ofensywną bocznego pomocnika, obrońca na jego stronie przejmuje jego zadania defensywne. Następuje wtedy przesunięcie obrony o jeden, w stronę ataku przeciwnika.



Tym samym: obrońca nr 2, operuje w dwóch strefach I i II, obrońca 3 operuje we wszystkich trzech strefach, natomiast obrońca 4 operuje w III i II strefie.

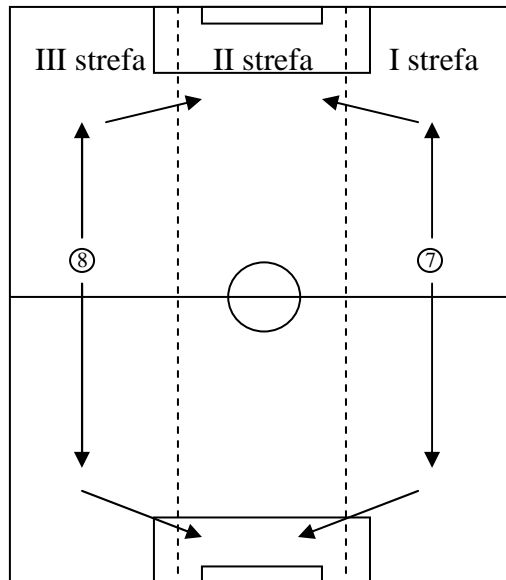
Dwóch defensywnych obrońców (pół-lewy i pół-prawy),

grających blisko siebie w dwóch strefach asekurowujących boki, oraz środek boiska. Ich głównym zadaniem jest opóźnianie kontrataku przeciwnika i odbiór piłki w środkowej strefie boiska. Obaj, nawzajem się asekurowują. Panuje zasada, że jeden z nich zawsze pozostaje na środku. Np. Gdy pół-lewy schodzi na asekurację lewego pomocnika przeciwnika, pół-prawy zostaje na środku boiska, poniżej linii piłki. Ci pomocnicy raczej nie angażują się w akcje ofensywne pozostając w okolicach koła, środka pola z zabezpieczeniem obrony w przypadku straty piłki.



Dwaj skrajni pomocnicy,

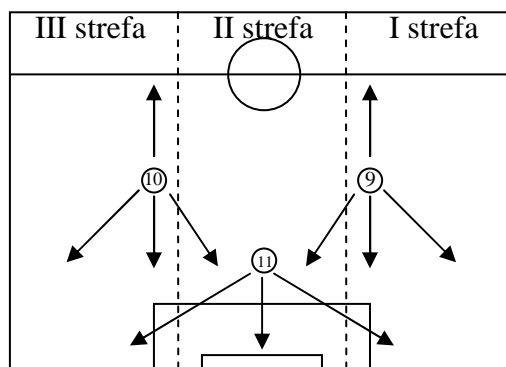
współdziałający mocno zarówno z obroną jak i atakiem. Muszą się charakteryzować doskonałymi cechami motorycznymi, dużą szybkością, oraz wytrzymałością. Operują na całej długości boiska, raz stanowią uzupełnienie linii obrony, a raz linii ataku. Nigdy jednak nie angażują się w ofensywę razem. Zawsze gdy jeden jest w przodzie, drugi zostaje w defensywie.



Dwaj ofensywni pomocnicy i wysunięty napastnik,

współpracujący ze sobą. Dwaj pomocnicy, to kretywni piłkarze o wysokich umiejętnościach technicznych, napastnik to b. szybki piłkarz obdarzony intuicją strzelecką. Idealnie by było gdyby obdarzony był jeszcze dużym wzrostem.

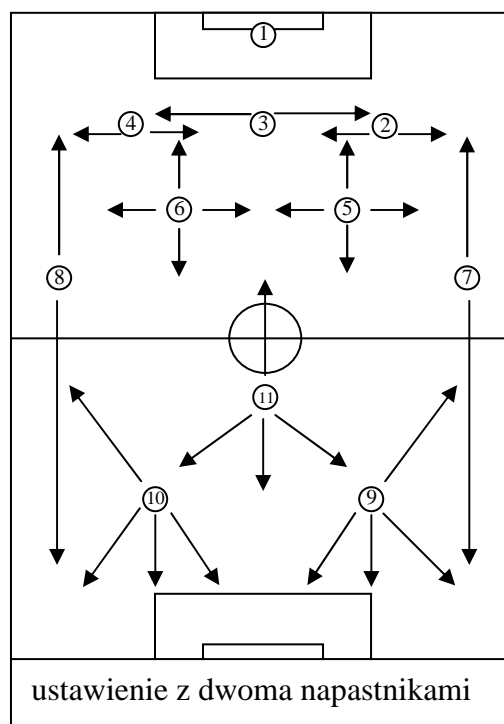
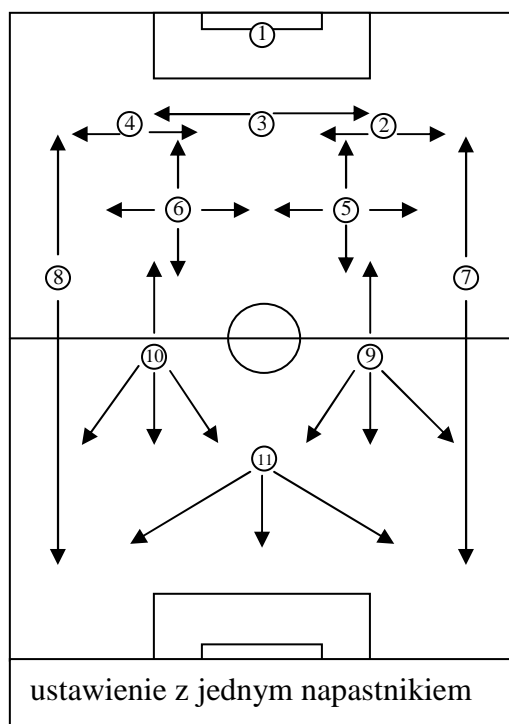
Przy przejściu piłki przez przeciwnika cała trójka bierze udział w próbie jej odzyskania już na połowie przeciwnika. Ofensywni pomocnicy atakują bocznych obrońców, natomiast napastnik odcina podanie do środkowych defensorów.



W przypadku zaangażowania się w akcję ofensywną jednego z bocznych pomocników (przeważnie jest to lewy pomocnik 7), ofensywny pomocnik (9) operujący na jego stronie, zajmuje pozycję na środku bliżej lewej strony, będąc gotowym na zamknięcie akcji ze środka, na 16 metrze, bądź asekurować lewą stronę.

W tym czasie, wysunięty napastnik (11), schodzi na krótki słupek, a drugi z ofensywnych pomocników (10) zamyka długi słupek.

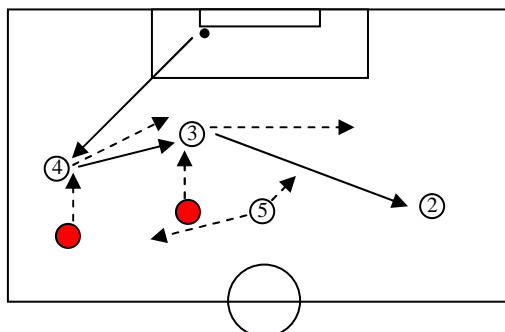
USTAWIENIE CAŁEGO ZESPOŁU:



2. ZADANIA FORMACJI W ATAKU:

Obrońca,

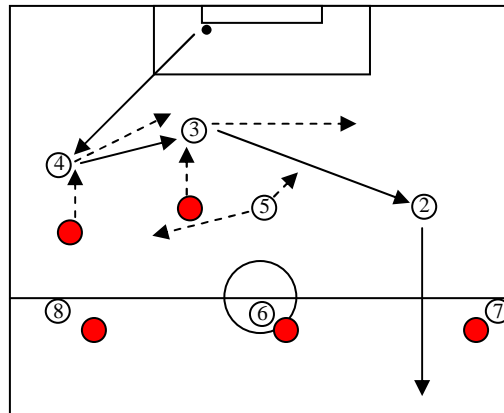
żaden z trójki nominalnych obrońców raczej nie angażuje się w akcje ofensywne, skupiając się na zadaniach obronnych. Jednak cała trójka aktywnie uczestniczy w budowaniu ataku od tyłu, poprzez rozegranie piłki w obronie. W rozegraniu aktywnie pomaga jeden z defensywnych pomocników (5), który ustawia się tak by obrońca posiadający piłkę, mógł zagrać mu w przypadku ataku napastnika drużyny przeciwnej. Obrońcy przy rozegraniu dążą do podania piłki szeroko do boku do wolnego bocznego obrońcy, który ma w tym momencie możliwość rozegrania piłki z pomocnikiem, bądź podania bezpośrednio do ofensywnego pomocnika.



Pomoc,

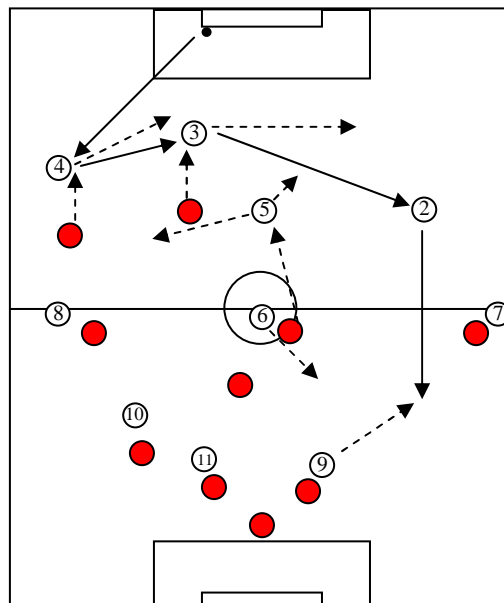
uczestniczy aktywnie w rozegraniu akcji ofensywnej. Przy rozegraniu piłki przez obronę boczni pomocnicy ustawiają się bardzo szeroko, przy linii tworząc korytarz dla podania piłki do wychodzących na pozycje ofensywnych pomocników. Jeden ze środkowych defensywnych pomocników schodzi w strefę obronną z pomocą przy rozegraniu piłki przez

obrońców, natomiast drugi pozostaje na środku gotowy do wyjścia na pozycję i grania „na ścianę” z ofensywnym pomocnikiem, do którego kierowana jest piłka.



Ofensywni pomocnicy i napastnicy,

swym zachowaniem starają się znieść przeciwnika by wyjść na pozycję w celu otrzymania podania. Szukają gry „na ścianę” z jednym ze środkowych pomocników, lub obrońców. Muszą być bardzo aktywni bez piłki, ciągłymi zmianami pozycji wymuszając błędy w ustawieniu obrońców przeciwnika.



CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? NAPISZ: football9@o2.pl

PONAD 100 MATERIAŁÓW DLA PROFESJONALNYCH TRENERÓW. SZKOLENIE DZIECI, MŁODZIEŻY I SENIORÓW. PRZYGOTOWANIE FIZYCZNE, TECHNIKA, TAKTYKA. FILMY, PUBLIKACJE I PROGRAMY W JĘZYKACH POLSKIM, ANGIELSKIM, NIEMIECKIM.