

NOGOMETNA ZVEZA SLOVENIJE

Trenerska šola prof. Branko Elsner

DIPLOMA UEFA PRO

**UGOTAVLJANJE PRINCIPOV DELOVANJA EKIPE FC BAYERN  
MÜNCHNA PRI PREHODU IZ OBRAMBE V NAPAD  
NA OSNOVI ANALIZE SESTAVNIH SITUACIJ**

DIPLOMSKO DELO

Avtor dela

STANKO BOŽIČEVIČ

Ljubljana, 2024

NOGOMETNA ZVEZA SLOVENIJE

Trenerska šola prof. Branko Elsner

DIPLOMA UEFA PRO

**UGOTAVLJANJE PRINCIPOV DELOVANJA EKIPE FC BAYERN  
MÜNCHNA PRI PREHODU IZ OBRAMBE V NAPAD  
NA OSNOVI ANALIZE SESTAVNIH SITUACIJ**

DIPLOMSKO DELO

MENTOR:

prof. Branko Elsner

RECENZENT:

prof. Iztok Kavčič

ČLAN KOMISIJE:

prof. Aljaž Gornik

AVTOR DELA:

prof. Stanko Božičević

Ljubljana, 2024

## ZAHVALA

Za koristne usmeritve in podajanje strokovnih navodil pri ustvarjanju in izdelavi diplomskega dela se zahvaljujem mentorju prof. Branetu Elsnerju in recenzentu prof. Iztoku Kavčiču.

Ključne besede: nogomet, metodologija, analizirati, taktični principi, taktika v napadu, taktika v prehodu iz obrambe v napad, optimalno, usposobiti posameznike in moštvo, metoda igre.

**UGOTAVLJANJE PRINCIPOV DELOVANJA EKIPE FC BAYERN  
MÜNCHNA PRI PREHODU IZ OBRAMBE V NAPAD  
NA OSNOVI ANALIZE SESTAVNIH SITUACIJ**

prof. Stanko Božičević

Izobraževalni center NZS

Število strani 124; število slik 95; število virov 20.

## Vsebina

<b>1 UVOD</b> .....	4
<b>2 PREDMET, PROBLEM IN CILJ DIPLOMSKE NALOGE</b> .....	8
<b>2.1 PREDMET</b> .....	8
<b>2.1.2 PREDSTAVITI, ANALIZIRATI IGRO IN TAKTIKO , KAKO IN NA KAŠEN NAČIN IZVAJA         PREHOD EKIPA FC BAYERN MÜNCHEN</b> .....	8
<b>2.2 PROBLEM</b> .....	8
<b>2.3 CILJ NALOGE</b> .....	9
<b>3 ZNAČILNOSTI SODOBNEGA MODELA NOGOMETNE IGRE</b> .....	10
<b>3.1 ANALIZA IGRE ZA FAZO NAPADA</b> .....	13
<b>3.1.1 PREHOD IZ OBRAMBE V NAPAD</b> .....	14
<b>3.1.2 PRIPRAVA ZAKLJUČKA NAPADA</b> .....	15
<b>3.1.3 ZAKLJUČEK NAPADA</b> .....	15
<b>3.2 TAKTIKA</b> .....	15
<b>3.2.1 DELITEV GLEDE NA ŠTEVILO IGRALCEV</b> .....	16
<b>3.2.2 DELITEV GLEDE NA FAZO IGRE</b> .....	18
<b>3.2.3 DELITEV FAZE OBRAMBE IN NAPADA GLEDE NA DELE IGRIŠČA</b> .....	20
<b>3.2.4 ELEMENTI TAKTIKE</b> .....	21
<b>4 METODIKA UČENJA IGRE V NAPADU</b> .....	22
<b>4.1 SLOVENSKA METODIKA UČENJA IGRE V NAPADU</b> .....	25
<b>4.2 UČNE METODE</b> .....	26
<b>4.2.1. METODA PONAVLJANJA – vaje dinamične tehnike</b> .....	27
<b>4.2.2. SITUACIJSKA METODA - Vaje situacijske tehnike in vaje igralnih situacij</b> .....	28
<b>4.2.3. METODA IGRE - Uporaba igralnih oblik in moštvenih iger</b> .....	30
<b>5 ANALIZA IGRE BM: ZNAČILNE SESTAVNE SITUACIJE -TAKTIČNI PRICIPI, KI SE POJAVLJAJO V IGRI PRI PREHODU V NAPAD PO ODVZETI ŽOGI V NIZKI, SREDNJI IN VISOKI TRETJINI</b> .....	33
<b>5.1 ANALIZA TEKME : SV WERDER : FC BAYERN MÜNCHEN</b> .....	34
<b>5.1.1 OSNOVNA POSTAVITEV</b> .....	34
<b>5.1.2. POVZETEK TEKME</b> .....	35
<b>5.1.3. PREDSTAVITEV SESTAVNIH SITUACIJ</b> .....	36
<b>5.2. ANALIZA TEKME FC BAYERN MÜNCHEN : FC AUGSBURG</b> .....	40

5.2. 1. OSNOVNA POSTAVITEV.....	40
5.2.2 POVZETEK TEKME.....	42
5.2.3 PREDSTAVITEV SESTAVNIH SITUACIJ .....	42
5.3 ANALIZA TEKME: BORUSIJA MG : FC BAYERN MÜNCHEN .....	47
5.3.1 OSNOVNA POSTAVITEV .....	47
5.3.2 POVZETEK TEKME.....	48
5.3.3 PREDSTAVITEV SESTAVNIH SITUACIJ .....	49
5.4 ANALIZA TEKME : FC BAYERN MÜNCHEN : 1. FC UNION BERLIN .....	53
5.4.1 OSNOVNA POSTAVITEV .....	53
5.4.2 POVZETEK TEKME.....	55
5.4.3 PREDSTAVITEV SESTAVNIH SITUACIJ .....	56
6 PRIMERJAVA ZNAČILNIH SESTAVNIH SITUACIJ MED TEKMAMI -TAKTIČNI PRINCIPI, KI SE POJAVLJAJO V IGRI PRI PREHODU V NAPAD PO ODVZETI ŽOGI V NIZKI, SREDNJI IN VISOKI TRETJINI .....	61
6.1. TAKTIČEN PRINCIP - PREHOD V NAPAD S HITRO PODOJO V GLOBINO PO TLEH MED OBRAMBNE IGRALCE.....	61
6.1.1 IZBIRA VAJ .....	63
6.2 TAKTIČEN PRINCIP - PREHOD V NAPAD S KONTINUIRANIM NAPADOM .....	81
6.2.1 IZBIRA VAJ .....	83
6.3 TAKTIČEN PRINCIP - PREHOD V NAPAD S HITRIM VODENJEM ŽOGE ALI PREIGRAVANJEM V GLOBINO.....	105
6.3.1 IZBIRA VAJ .....	106
7 SPLOŠNA OCENA IGRE BAYERN MÜNCHEN.....	122
8 SKLEP.....	123
9 LITERATURA .....	125

## IZVLEČEK

Namen in cilj diplomskega dela je predstaviti slovensko metodologijo učenja in razvijanja prehoda iz obrambe v napad po odvzeti žogi v nizki, srednji in visoki tretjini. V drugem delu bom predstavil analizo igre in taktiko, kako in na kakšen način izvaja to ekipa FC Bayern München (FC BM). Analiziral bom igro štirih tekem FC BM, ter poskušal ugotoviti, kakšni principi in taktika prevladujejo pri prehodu iz obrambe v napad po odvzeti žogi nizki, srednji in visoki tretjini.

Glavni cilji je predstaviti načine, kako usposobiti posameznike in moštvo, da znajo v različnih situacijah igre po odvzemu žoge v nizki, srednji in visoki tretjini najti optimalno rešitev za prehod v napad. S slovensko metodologijo učenja in razvijanja igre bi prenesli taktične zamisli na igrišče in na igralce, ter vključili principe, do katerih sem prišel po analizi igre FC BM. Za neposredni proces treniranja principov bom predstavil izbiro metod in sredstev za učenje prehodov iz obrambe v napad po odvzeti žogi v nizki, srednji in visoki tretjini. Med metode bom uvrstil vaje za razvoj dinamične tehnike, situacijske tehnike, igralne situacije in igralne oblike ter moštvene igre.

Keywords: football, methodology, analyze, tactical principles, attacking tactics, transition tactics from defense to attack, optimal, train individuals and team, method of play.

## **DETERMINING THE PRINCIPLES IN THE ATTACKING TRANSITION OF FC BAYERN MUNICH BASED ON THE ANALYSIS OF PATTERNS OF PLAY**

prof. Stanko Božičević

Educational institute of Slovenian Football Association (NZS)

Number of pages ; number of images 95 ; number of sources 20 .



## **ABSTRACT**

The purpose and objective of this thesis are to present the Slovenian methodology of teaching and developing the transition from defense to attack after recovering the ball in the low, middle, and high thirds of the field. The second part aims to analyze and present the patterns of play and tactics employed by FC Bayern Munich. The analysis will focus on four FC Bayern Munich matches to determine the principles and tactics used during transitions from defense to attack in different thirds of the field. The main goal is to demonstrate methods for training individuals, group and team to find optimal solutions for transitioning to attack in various game situations. The Slovenian methodology for teaching and developing principles of play aims to transfer tactical ideas to the field and players, incorporating principles derived from the analysis of FC Bayern Munich's patterns of play. For the direct training process of these principles, the thesis will present the selection of methods and tools for teaching transitions from defense to attack after ball recovery in different thirds of the field. These methods will include exercises for dynamic technique development, situational passing drills, game situations, small sided games and team games.

## 1 UVOD

Nogometna igra je od svojih začetkov v nenehnem razvoju. Za razvoj vrhunskih nogometašev so potrebna nova znanja, nove metode in optimalni pogoji trenažnega procesa. Ideje profesorja univerze v Mainzu Wolfganga Schöllhorna, čigar teorija "diferencialnega učenja" trdi, da se igralci ne učijo s ponavljanjem, ampak s prilagajanjem neskončnemu toku težav v smislu taktičnega treninga. Za sodobno nogometno igro so značilni vse pogostejši, dinamični prehodi iz napada v obrambo in obratno, predvsem zaradi pritiska na žogo, ki ga ustvarja moštvo v obrambi.

Prehodi so ključni trenutki igre. Ekipe morajo biti dobro pripravljene, da izkoristijo kaotične situacije, ki jih ustvarjajo prehodi, tako pri napadu kot pri obrambi. Gre za agresiven in proaktiven stil igre, ki zahteva vrhunsko psihično, fizično in taktično pripravljenost (Thomas Tuchel ). Od nogometašev, ki so v posesti žoge, pa se zahteva, da prepoznavajo situacije v igri in se učinkovito odločajo za najboljšo rešitev.

Trenerji pravijo, prepočasi, igray hitreje. Ni dovolj. Za hitrejšo igro, potrebuješ dobre odločitve, dobro tehniko, veliko vaje in igranja pod pritiskom. Na majhnih prostorih, kjer ni časa za počasno igranje, vsak dan treniramo, da igramo hitreje. (Josep »Pep« Guardiola)

Vsak trening je dobro premišljen in natančno načrtovan. Glavni namen treninga je preobremeniti igralce s situacijami reševanja problemov, kar bi igralcem pomagalo pri boljšem in hitrejšem reševanju problemov med tekmovalnimi igrami. (Thomas Tuchel )

Če želite biti najboljši, se morate obnašati kot najboljši, v vsem, kar počnete. Trenirajte najboljše, igrajte najboljše. (Jürgen Norbert Klopp)

Če slabo treniraš, slabo igraš. Če delaš kot zver na treningu, tudi igraš tako. (Josep »Pep« Guardiola )

## PREDSTAVITEV EKIPE FC BAYERN MÜNCHEN




FC BM nastopa v 1. nemški nogometni ligi - Bundesliga, ki jo je od ustanovitve leta 1963 klub osvojil petindvajsetkrat, kar znaša največ med vsemi klubi v Nemčiji. FC BM igra svoje domače tekme na sodobnem stadionu Allianz Arena. Od sezone 2013/2014 do 2015/2016 je bil glavni trener nemškega nogometnega velikana iz Münchna Josep »Pep« Guardiola, ki je v štirih letih pri Barceloni osvojil 14 lovorik (dvakrat ligo prvakov, trikrat špansko prvenstvo, dvakrat UEFA super pokal, dvakrat svetovno klubsko prvenstvo, trikrat španski super pokal, dvakrat španski pokal) in spremenil nogometno igro. Pri FC BM je nasledil Jupp Heynckes, ki je v sezoni 2012/2013 osvojil trojčka (ligo prvakov, nemško prvenstvo in nemški pokal).

V sezoni 2023/24 je glavni trener FC BM postal Thomas Tuchel. Je eden najuspešnejših profesionalnih nogometnih menedžerjev in nekdanji igralec. Na splošno velja za taktičnega inovatorja v sodobnem nogometu in enega najboljših trenerjev na svetu.

Je zagovornik diferencialnega usposabljanja, to je metodologija usposabljanja, ki želi povečati raznolikost in kompleksnost problemov. Glavni cilj je narediti treninge tako zapletene in psihično zahtevne, da bodo tekmovalne igre v primerjavi z njimi delovale sproščujoče. Učinkovitost diferencialnega učenja je v tem, da stvari preprosto oteži. Obstaja neskončno možnosti, ko gre za diferencialno usposabljanje, prav tako ni pravih ali napačnih. Gre za trenerjevo ustvarjalnost, intuicijo in pogum za preizkušanje novih stvari.




### *Trenutna postava*

#### **Vratarji**

1	 <a href="#">Manuel Neuer</a>
18	 Daniel Peretz
26	 Sven Ulreich

*Tabela 1*

#### **Branilci**

2	 Dayot Upamecano
3	 Kim Min-jae
4	 Matthijs de Ligt

19	 Alphonso Davies
20	 Bouna Sarr
22	 Raphaël Guerreiro
28	 Tarek Buchmann
40	 Noussair Mazraoui
41	 Frans Krätzig

Tabela 2

### Vezisti

6	 <a href="#">Joshua Kimmich</a>
7	 Serge Gnabry
8	 Leon Goretzka
10	 Leroy Sané
11	 Kingsley Coman
25	 <a href="#">Thomas Müller</a>
27	 Konrad Laimer
42	 Jamal Musiala

Tabela 3

### Napadalci




9	 <a href="#">Harry Kane</a>
13	 Eric Maxim Choupo-Moting
39	 Mathys Tel

Tabela 4

Filozofija FC BM je zelo napadalno usmerjena igra. Fanatična borbenost na vseh delih igrišča tako v fazi napada kot v fazi obrambe odraža njihovo igro. Večinoma igrajo v sistemu 1:4:2:3:1. Kondicijska in taktična pripravljenost je na visokem nivoju. Tehnično so zelo kvalitetni, imajo zelo kratek čas med sprejemom in podajo. Podaje so zelo natančne in pogosto direktne.

Igralci FC BM delujejo zelo samozavestno. V trenutku ko izgubijo žogo jo želijo takoj odvzeti nazaj na kateremkoli delu igrišča ter s hitrimi prehodi: vodenjem žoge, preigravanjem, s hitro podajo v globino po tleh med obrambne igralce, z dvojno podajo ter podaje po zraku preko obrambne vrste in v medprostor med dva obrambna nasprotna igralca. Taktično, imajo v fazi

obrambe visoko postavitev 20-25 m od vrat nasprotnika, če je potrebno izvajajo pritisk tudi v 16 m prostoru.

V igri s kratkimi podajami v globino poizkušajo iskati medprostore med linijami nasprotnika in tako kar najhitreje priti v zadnjo napadalno tretjino igrišča in nato do zaključka. Igra FC BM je zelo racionalna in preudarna. V primeru, če ni možno hitro in kvalitetno odigrati v globino, igralci FC BM umirijo igro in odigrajo kontinuiran napad s kroženjem žoge iz leve na desno stran in obratno in iščejo možnost za kvalitetno podajo, kombinacijo, vodenje ali varanje. Če je potrebno odigrajo tudi nazaj do vratarja in pričenjajo nov napad. Visoka postavitev krilnih branilcev in s tem zagotavljanje širine jim omogoča veliko kombiniranja ter možnosti za uspešen zaključek napada. Če se jim ponudi priložnost za protinapad so sposobni zelo hitro odigrati z vključitvijo večjega števila igralcev.

## **2 PREDMET, PROBLEM IN CILJ DIPLOMSKE NALOGE**

### **2.1 PREDMET**

#### **2.1.1 PREDSTAVITI SLOVENSKO METODOLOGIJO UČENJA PREHODOV IZ OBRAMBE V NAPAD**

Namen diplomske naloge je na osnovi slovenske metodologije učenja in razvijanja igre prenesti taktične zamisli na igrišče in na igralce ter vključili taktične zamisli in principe, do katerih smo prišli po analizi igre FC BM. V okviru slovenske metodike učenja igre in ob uporabi učnih metod bomo izbrali ustrezne vaje za učenje igre v prehodu iz obrambe v napad po odvzeti žogi.

#### **2.1.2 PREDSTAVITI, ANALIZIRATI IGRO IN TAKTIKO , KAKO IN NA KAŠEN NAČIN IZVAJA PREHOD IZ OBRAMBE V NAPAD EKIPA FC BM**

V nalogi bomo analizirali prehode iz obrambe v napad po odvzeti žogi v različnih conah igrišča (nizka cona, srednja cona in visoka cona). Analizirali bomo štiri tekme FC BM v nemški bundesligi:

1. SV Werder : FC Bayern M München
2. FC Bayern München : FC Augsburg
3. Borussia M'09 : FC Bayern München
4. FC Bayern München : 1.FC Union Berlin

### **2.2 PROBLEM**

Problem naloge temelji na slovenski metodiki učenja igre v napadu na podlagi analize sestavnih situacij po odvzeti žogi ekipe FC BM. Izbira primernih metod in sredstev za realizacijo taktičnega načrta.

V ta namen bomo analizirali sestavne situacije v igri, tipične za ekipo FC BM, ki so podlaga za medsebojno sodelovanje igralcev. Sestavne situacije pomenijo način medsebojnega sodelovanja med igralci in so vezane na kakovost igralskega kadra in značilnosti sodobne igre. Na podlagi analize sestavnih situacij po odvzeti žogi ekipe FC BM, bom v okviru slovenskih učnih metod (metoda ponavljanja, situacijska metoda, metoda igre), izbral ustrezne vaje dinamične tehnike, vaje situacijske tehnike, vaje igralnih situacij, igralnih oblik in moštvene igre.

### **2.3 CILJ NALOGE**

Z analizo igre FC BM bomo poizkušali predstaviti ponavljajoče se sestavne taktične situacije in principe v igri, kako in na kakšen način pripravi, izvede prehod iz obrambe v napad v nizki, srednji in visoki tretjini ekipa FC BM. Naloga ima teoretično in praktično vrednost. V teoretičnem smislu gre za poskus, da informacije iz analize igre FC BM (sestavne situacije, taktični principi) na osnovi slovenske metodologije uporabimo za proces treniranja. Gre za prispevek k metodiki učenja taktike igre in ob uporabi učnih metod izbrati ustrezne vaje za učenje igre v prehodu iz obrambe v napad po odvzeti žogi. Praktični učinek naloge je vezan na pridobitev informacij o tem, kako razvijati igro v napadu po odvzeti žogi v nizki, srednji in visoki tretjini.

### 3 ZNAČILNOSTI SODOBNEGA MODELA NOGOMETNE IGRE

**Model igre** je nadgradnja sistema igre – gre za načine, principe medsebojnega sodelovanja, sporazumevanja med igralci v obrambi in napadu, od posameznih, skupinskih do moštvenih nalog. Sodoben model igre je način igre, ki ga predstavljajo najuspešnejša nogometna moštva v Evropi in svetu. Je način medsebojnega sodelovanja med igralci v vseh fazah igre. V okviru tega sodelovanja med igralci obstajajo določene zakonitosti, ki so posledica razvoja nogometne igre.

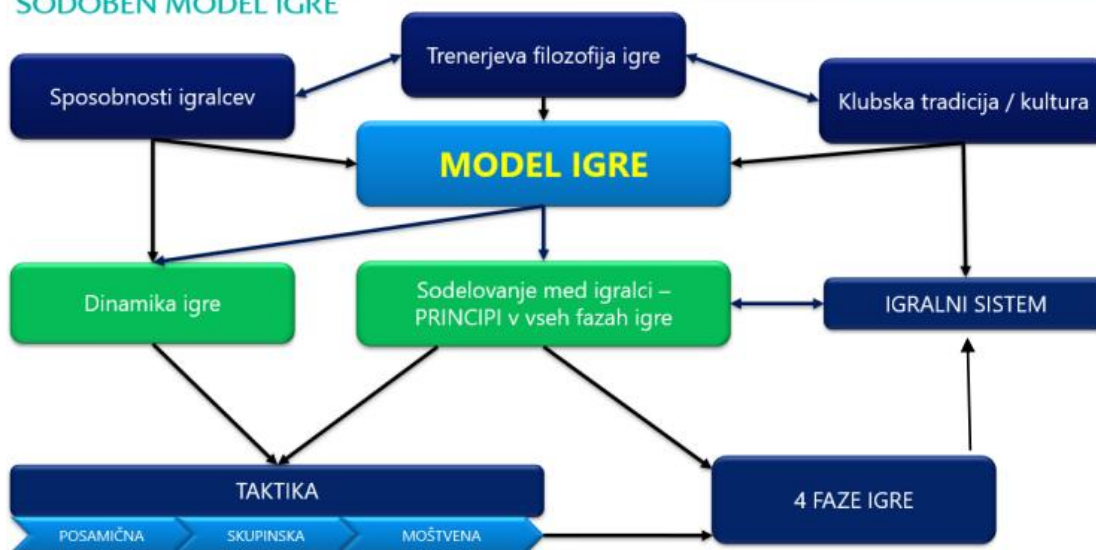
**Za sodobno nogometno igro** so značilni vse pogostejši, dinamični prehodi iz napada v obrambo in obratno, predvsem zaradi pritiska na žogo, ki ga ustvarja moštvo v obrambi. Od nogometašev, ki so v posesti žoge, pa se zahteva, da prepoznavajo situacije v igri in se učinkovito odločajo za najbolj optimalno rešitev ter usklajeno in ustvarjano sodelujejo pri graditvi in zaključku napada. Model igre je nogometašem v pomoč, da hitreje prepoznavajo situacije med igro in pravočasno najdejo optimalne rešitve.

**Spodnja shema** prikazuje kaj vse lahko vpliva pri izgradnji modela igre in kaj model igre upošteva. Ključni dejavnik, ko se izdelava modela predstavlja trenerjeva filozofija igre znotraj različnih faz igre. Imperativ bi moral biti, da igralci jasno razumejo kaj početi v vsakem trenutku igre ob upoštevanju svobode v igri. Pri oblikovanju modela igre je potrebno upoštevati tudi sposobnosti igralcev, kaj bodo igralci sposobni izvesti in česa z določeno skupino ne bomo uspeli izvesti.

**Kvaliteto igralcev** naj bi uspešen trener najprej analiziral in posledično tudi znal prilagoditi zahteve v igri. V nekaterih okoljih je na določanje modela potrebno upoštevati tudi klubsko kulturo ali tradicijo. V nekaterih okoljih namreč zahtevajo prepoznavnost igre ali igranje na določen način. Pametni in uspešni trenerji se znajo tudi tej zunanji zahtevi prilagoditi (Kavčič in sod., 2021).



## SODOBEN MODEL IGRE



Shema 1: Sodoben model nogometne igre (Verdenik, Kavčič, Kopasič, Starčević, Kolman, 2021)

V modelu sodobne nogometne igre je predstavljena dinamika igre in sodelovanje med igralci. Sodelovanje med igralci in dinamika igre sta soodvisna od sposobnosti igralcev, zakonitosti sodelovanja in taktike igre.

**Dinamiko igre** pogojujeta obvladovanje prostora in časa za igro. Igralni sistemi predstavljajo osnovno razporeditev igralcev, ki med seboj sodelujejo. Taktika igre se deli na posamično taktiko, skupinsko taktiko in moštveno taktiko glede na število igralcev, ki sodelujejo v igri. V končnem produktu pa je potrebno s taktiko in sodelovanjem vplivati in jasno definirati delovanje moštva v vseh 4-ih fazah igre (Kavčič in sod, 2021).

**Sodelovanje - interakcija** med igralci je najpomembnejša značilnost sodobnega modela nogometne igre. Pri tem gre za osnovno opredelitev, kako medsebojno sodelovati v vseh fazah igre (napadu in obrambi, ter prehodi iz napada v obrambo ter iz obrambe v napad), da bi dosegli uspešen rezultat. V okviru medsebojnega sodelovanja zasledimo pri vrhunskih moštvih naslednje:

**Svoboda v igri** ob organizaciji igre na višji ravni. Svoboda v igri zahteva, da igralci niso strogo vezani na igralna mesta, vendar je pomembno, da moštvo med igro ne izgubi osnovne razporeditve. Vse pomembnejši postaja pojem "ODLOČILNOST AKCIJE", ki zahteva, da je akcija tista, ki odreja, kateri igralec se bo vanjo vključil in ne igralno mesto, oziroma predhodne

vnaprejšnje določanje s strani trenerja. Odnos med disciplino v igri v okviru taktičnega načrta in improvizacijo je med 60-70 % : 30-40 % v korist discipline v igri. Poleg osnovne usmeritve vsebuje tudi alternacije, ki so pogojene z različnimi zunanjimi faktorji (kakovost nasprotnika, stanje rezultata med tekmo). V času branjenja prevladuje agresivni conski oziroma kombinirani način branjenja. Pri branjenju sodelujejo vsi igralci (Verdenik, 2010).

**Elastičnost pri prehodu** iz ene v drugo fazo igre. Hitrost prehodov omogoča doseganje številčne premoči v obeh fazah igre in s tem več možnosti za uspešnost v medsebojnem sodelovanju.

**Časovni in prostorski pritisk** v igri se stalno povečujeta. Igra postaja vedno hitrejša in se odvija na vedno manjšem prostoru (stisnjena formacija).

**Kolektiv** odločno prevladuje nad posameznikom. To pomeni, da se posameznik podreja kolektivu, vendar kolektiv omogoča posamezniku, da izrazi svojo individualno sposobnost.

**Dinamika igre** se izraža v hitrosti gibanja žoge in igralcev ter v hitrosti prehodov iz ene v drugo fazo igre. Analize igre kažejo, da igralci v vrhunskih moštvih povprečno pretečejo na tekmo med 10 in 12 km. V maksimalnem teku pretečejo okrog 30 % te razdalje. Igralci, ki so neposredno vključeni v akcijo z žogo svojo aktivnost izvajajo v maksimalnem teku. Opazna je tendenca, da se povečuje količina maksimalno hitrega teka med igro. Skladno s sodobnim modelom igre govorimo tudi o sodobnem modelu igralca. Pri tem mislimo na igralca z optimalno izraženimi določenimi sposobnostmi, lastnostmi in značilnostmi, ki so nujne za uspešno sodelovanje v sodobni igri. Nekatere od omenjenih karakteristik je mogoče tudi objektivno izmeriti s testi (Verdenik, 2010).

#### **Dinamika igre je odvisna od:**

**Organizacije igre** - uigranost in taktika. Dobra organiziranost omogoča hitrejšo igro s čim manj dotiki žoge, kjer je poraba energije bolj optimalna. To pomeni, da podajanje žoge ni vedno direktno, ampak je prisotno tudi zaustavljanje, prodor, varanje itd. Najpomembnejša je skupna ideja o igri, to pa imajo moštva, ki so uigrana in ki so dalj časa skupaj, razvijejo lahko hitrejšo igro. Ustvarjanje igre pa lahko dosežemo le skozi proces treniranja in tekmovanja (Verdenik, 2010).

**Kondicijske pripravljenosti** - pri treningu kondicije so odločilni faktorji intenzivnost, pogostost in vsebina treniranja. Dobra kondicijska pripravljenost je lahko v določenih situacijah med igro odločilna, saj z njo lahko povečamo tempo in pritisk na nasprotna vrata proti koncu tekme. Nadomestimo lahko tudi utrujenost igralcev zaradi več zaporednih tekem, predvsem, če je v ekipi nezmotnost ustreznih zamenjav (Verdenik, 2010).

**Dinamične tehnike** - sposobnosti izvedbe tehničnih elementov v hitrem gibanju in v situacijskih pogojih z nasprotnikom. Osnovno tehniko uporabljamo predvsem pri delu v mlajših kategorijah, medtem ko situacijsko tehniko, ki je tehnika vezana na izvedbo pogostih univerzalnih igralnih situacij iz igre, pa pri članskih moštvih. Potrebno je izvzeti igralno situacijo iz igre in jo iz tehnično-taktičnega vidika pogosto ponavljati. Pri tem uporabljamo kolone, figure, stojala in podstavke (Verdenik, 2010).

**Psihične pripravljenosti** - pogojuje maksimalno borbenost in koncentracijo med igro, pomembnost medčloveških odnosov v moštvu in klubu, pomembnost organiziranosti in urejenosti kluba. Odvisna je tudi od finančne situacije, pogojev za trening in tekme, položaja kluba v družbenem okolju in odnosu do njega (tradicija). Na psihično pripravljenost ima velik vpliv pomembnost tekme - pritisk na igralce ter vloga favorita (Verdenik, 2010).

### **3.1 ANALIZA IGRE ZA FAZO NAPADA**

Pri analizi nogometne igre gre za razčlenjevanje igre in kritično vrednotenje posameznih segmentov oziroma faz igre. Pri analizi nogometne igre ugotavljamo in zbiramo določene pomembne podatke o moštvu, igralcih, njihovi igri ter pripravljenosti. Z analiziranjem lastnega moštva, lahko iščemo napake, prikažemo dobre lastnosti ter ugotavljamo, kako bi lahko igro še izboljšali, na ta način pa tudi lažje načrtujemo učni in trenažni proces.

Faza igre v napadu je del igre, ko moštvo z različnim oblikovanjem komunikacijske mreže z različno dejavnostjo (protinapad, kontinuiran napad, napad prek krilnih položajev, napad skozi sredino itd.) poizkuša ogroziti nasprotnikova vrata. Začetek napada se začne, ko nasprotnik izgubi posest nad žogo oziroma takrat, ko pride v posest ekipe, ki bo začela napad. Traja pa, dokler žoga ni dokončno izgubljena in obstaja posredna ali neposredna nevarnost za nasprotnikova vrata. Čas trajanja napada je odvisen od načina napadanja ekipe (kontinuiran

napad, protinapad itd.). Moštvo prehaja iz faze obrambe v fazo napada na različnih delih igrišča, odvisno od položaja ekipe, kjer pridobi posest nad žogo (Kopasič, 2008).

Od nogometašev, ki so v posesti žoge, se zahteva, da prepoznajo situacije v igri in se učinkovito odločajo za najbolj optimalno rešitev ter usklajeno in ustvarjalno sodelujejo pri gradnji in zaključku napada (Zupan, 2016).

Napad je faza igre, v kateri poizkuša ekipa, ki ima žogo v posesti, doseči zadetek. Za to uporablja različne načine, kot so kontinuiran napad, protinapad, napad po sredini, napad po krilnih položajih. Uspešnost v igri v napadu je odvisna od gostote komunikacijske mreže, ki mora biti najprimerneje oblikovana. Praviloma je najgostejša v bližini nosilca glavnega kanala, upravljalca žoge. Odvisna je od dejavnosti igralcev, od njihovega sinhroniziranega gibanja, ki mora biti usklajeno s sistemom, zasnovo in taktiko igre. Nekatere oblike in delovanje komunikacijske mreže v napadu je mogoče vsaj v bistvu izoblikovati med treningom z uigravanjem posameznih igralcev ali delov moštva in vsega moštva. Ustvarjalnost igralcev v igri le to bogati in ustvarja vrzeli v obrambi nasprotnika. Faza igre v napadu je obdobje v igri, ko moštvo z različnim oblikovanjem komunikacijske mreže z različno dejavnostjo na različnih delih igrišča prehaja iz obrambe v napad, pripravlja in zaključuje napad. (Elsner, 1997).

### **3. 1. 1 PREHOD IZ OBRAMBE V NAPAD**

Prehod iz obrambe v napad se začne v trenutku, ko eden od igralcev branečega moštva dobi žogo. Vsi igralci postanejo napadalci, njihove vloge se v osnovi zamenjajo. To se lahko zgodi ob nasprotnikovem neuspešnem zaključku napada, odvzemu žoge, prekinitvi igre zaradi kršenja pravil in/ali drugem. Oblike prehoda iz obrambe v napad so različne, odvisne so od organizacije igre, prostora, kjer je bila žoga osvojena, itd. Ta pod faza igre pogosto odpade in to takrat, ko moštvo napada na nasprotnikovi igralni polovici, pred njegovimi vrati, kjer žogo tudi dobi. Takrat to moštvo takoj začne s pripravo zaključka ali celo z zaključkom napada. Pri prehodu iz obrambe v napad sta posebej pomembna gibanje in postavljanje napadalcev ter sprednjih veznih igralcev. S pravilnim gibanjem odpirajo prostor za kontinuiran napad (gosta komunikacijska mreža) in tudi za hiter nenaden protinapad. Gibanje in odkrivanje igralcev v napadu sta seveda odvisna od dela igrišča, kjer je bila žoga odvzeta. Pri kontinuiranem

prehodu iz obrambe v napad bolj sodelujejo zunanji vezni igralci in tudi srednji branilci (Elsner, 2004).

### **3.1.2 PRIPRAVA ZAKLJUČKA NAPADA**

Zaključek napada je treba pripraviti, saj je nespametno napad zaključiti z udarcem na vrata z večje razdalje ali iz neustreznega položaja na igrišču. Vsak napad na nasprotna vrata mora biti organiziran tako, da se igralci z medsebojnim delovanjem dovolj približajo vratom in ustvarijo priložnost za zaključek akcije, udarec na vrata. V tem delu je potrebno nujno dosledno spoštovati načelo širine napada; vtekanje igralcev s krilnih položajev praviloma ni dovoljeno, ker se sicer duši gibanje igralcev v sredini, morebitne razpoke v obrambi pa obrambni igralci z gibanjem v sredino zamašijo (Elsner, 2004).

### **3.1.3 ZAKLJUČEK NAPADA**

To je del igre, ko le-ta doseže vrhunec, svoj cilj. Napad zaključuje posameznik z udarcem na vrata. To opravi iz neposredne bližine, s srednje ali večje oddaljenosti od vrat, z udarcem z glavo ali nogo. Zaključek napada je odvisen od oblike priprave zaključka napada, od postavitve in gibanja nasprotnih igralcev ter še posebej od vratarja in poprejšnjega gibanja strelca. Tipični zaključki napada so čisti in tako imenovani effe udarci v daljši ali bližnji kot vrat po zemlji in zraku, lobanje in varanje vratarja, udarec ob vratarjevi nogi itd. (Elsner, 2004).

## **3.2 TAKTIKA**

Taktika rešuje naloge v določenem tekmovalju, še bolj pa v okviru neke tekme ali celo dela tekme. Taktika je načrtna igra, ki se prilagaja najrazličnejšim pogojem, cilj pa je doseči najboljše rezultate. Pogoji, od katerih je odvisna taktika, so: kondicijska, tehnična in taktična sposobnost lastnih in nasprotnih igralcev, vrsta tekme, pomen in kraj igranja tekme, tekmovalne in vremenske razmere in podobno (Elsner, 2004).

# DELITEV TAKTIKE

GLEDE NA ŠTEVILO IGRALCEV:



Shema 2: delitev taktike glede na število igralcev (Vedenik, Kavčič, Kopasič, Starčević, Kolman, 2021).

## 3.2.1 DELITEV GLEDE NA ŠTEVILO IGRALCEV

Taktiko igre določamo za celotno moštvo, za del moštva in tudi za posameznika. Moštva v določenem načrtu igre ne rešujejo vseh nalog do podrobnosti. Poleg določene skupne igre mora posameznik sam reševati nastale situacije. Osebna taktična sposobnost je v teh primerih odločujoča (Elsner, 2004). Z vidika diplomske naloge se bom osredotočil na skupinsko in moštveno taktiko.

### 3.2.1.1 POSAMIČNA TAKTIKA

Posamična taktika je načrtno uspešno usmerjeno delovanje igralca v napadu ali obrambi pri reševanju igralnih situacij (Elsner, 2004).

**Vodenje žoge:** pri posamičnih akcijah igralec izbira različne načine vodenja žoge, ki so v tesni korelaciji z osvojenim nivojem tehnične veščine vodenja žoge in ostalih tehnično-koordinacijskih sposobnosti in znanj. Hitro vodenje žoge je ena od NMS, pri čemer ne gre samo za vodenje žoge naravnost, temveč v kombinaciji s spremembami smeri, zaustavljanji ter obrati – za katere se posameznik odloči glede na smer napadanja nasprotnika. Pomembno je poudariti, da je vodenje zlasti smiselno v primerih: ko ima igralec odprto pot za zaključek

napada proti vratom, igralec ohranja žogo v posesti z vodenjem, ker so vsi igralci pokriti ter čaka, da se nekdo odkrije ali pa žogo načrtno zadržuje zaradi neprestanega pritiska nasprotnika na zadnjo vrsto; - kadar igra nasprotnik na nedovoljeni položaj.

**Preigravanje** - varanje s telesom in z žogo: ta taktična veščina zahteva od igralca mojstrstvo z žogo - igralec mora obvladati celo paleto različnih upravljanj z žogo (obvladovanje žoge z notranjim in zunanjim delom stopala, rolanje, povlek, obrati z žogo, vodenja, zaustavljanje žoge s spremembami smeri ...) ter koordinacijske spretnosti celega telesa in še zlasti nog («fintiranje»/ lažno varanje). Situacije 1 : 1 so za igralca velik izziv, saj mora vedeti kje, kako in kdaj bo preigral nasprotnega igralca, ki ga lahko napade iz različnih strani. Za igralca je tudi pomembno t. i. uravnoteženo preigravanje, ko se mora odločiti, kdaj gre s svojim preigravanjem do konca - zaključnega strela na vrata, kdaj pa je bolje, da žogo poda soigralcu.

### 3.2.1.2 SKUPINSKA TAKTIKA

Skupinska taktika je načrtno uspešno usmerjeno medsebojno delovanje dveh ali več igralcev v napadu ali obrambi pri reševanju igralnih situacij. Podlaga skupinske taktike je obvladovanje strukturnih, igralnih enot, tehnično-taktičnih prvin ob upoštevanju nekaterih načel. Skupinska taktika napreduje, saj igralec nenehno dviguje stopnjo izvajanja igralnih enot s hitrejšim izvajanjem in večjo natančnostjo. Sočasno je igra kljub kreativni improvizaciji vse bolj organizirana, saj je upoštevanje osnovnih načel medsebojnega sodelovanja igralcev jamstvo za uspeh.

Delimo jo na osnovno in specialno.

**OSNOVNA:** gre za splošne taktične vaje sodelovanja 2-5 igralcev, še ne vezano na igralni položaj. Sredstva osnovne skupinske taktike so npr. odkrivanje (širina, trikotnik, karo ...), menjavanje mest, praznjenje prostora in vtekanje, prevzemanje žoge, dvojna podaja, povratna podaja, podaja na tretjega igralca .

**SPECIALNA:** taktične vaje na večjem prostoru, ki izhajajo iz igralnih sestavnih situacij ter so vezane na igralna mesta in vrste: zadnjo, srednjo in prednjo. Naloge, ki se jih igralci učijo pri skupinski taktiki, sestavimo iz situacij v igri kot tipične, ki se ponavljajo v igri, in atipične. Z vidika moje diplomske naloge je skupinska taktika najpomembnejši segment taktike v napadu.

### 3.2.1.3 MOŠTVENA TAKTIKA

Gradnja skupne igre je mogoča le na individualnih znanjih in sposobnostih igralcev. Igralci morajo obvladati igralne enote obrambe in napada. Te sposobnosti, dopolnjene s splošnimi zakonitostmi taktike skupne igre, omogočajo gradnjo in nadaljnji razvoj skupne igre.

### 3.2.2 DELITEV GLEDE NA FAZO IGRE

Na osnovi analize igre delimo igro na 4 faze poteka igre in prekinitve igre. Nogometna igra se neprestano razvija in je v zadnjem obdobju naredila velik napredek prav na obeh prehodih, tako po pridobljeni žogi, še bolj pa v trenutku, ko se žoga izgubi. Posledično je bilo potrebno tudi način treniranja prilagoditi tem zahtevam. Prehodi v posesti žoge se v zadnjih nekaj letih trenirajo tudi ločeno ali kombinirajo v povezavi s fazo branjenja ali fazo napada. Velikokrat se povezuje 2 fazi igre in sicer fazo napada skupaj s preходом po izgubljeni žogi (obrambno tranzicijo) ali fazo branjenja v povezavi s preходом po pridobljeni žogi (napadalno tranzicijo). Igro je potrebno definirati in trenirati tudi ob prekinitvah tako v napadu kot v obrambi. Torej model igre poleg jasno definiranih principov v poteku igre, naj bi definiral tudi zakonitosti sodelovanja ob prekinitvah, tako v napadu kot obrambi. Več stvari kot imamo definiranih in uigranih, manj prepuščamo naključju, kar je vsekakor dobro za napredek ekipe in stabilnost rezultatov. Z vidika diplomske naloge se bomo osredotočil na zadnjo in sicer prehod iz obrambe v napad (Kavčič in sod., 2021).





Shema 3: faze igre (Kavčič in sod., 2021)

### 3.2.2.1 FAZA NAPADA

To je čas, ko ima naša ekipa žogo v posesti. Ko govorimo o napadanju, delimo napad na pod faze glede na posamezne dele igrišča po globini. Govorimo o izgradnji napada, pripravi napada in zaključku napada.

### 3.2.2.2 FAZA PREHODA IZ NAPADA V OBRAMBO- PREHOD PO IZGUBLJENI ŽOGI

Je zelo kratek čas v igri (od 5 do 10 sekund), ko ekipa izgubi žogo v posesti in poskuša preprečiti protinapad nasprotnika ali dosego zadetka nasprotne ekipe.

### 3.2.2.3 FAZA OBRAMBE

To je delovanje naše ekipe, ko ima žogo v posesti nasprotna ekipa. Kadar govorimo o branjenju, delimo fazo obrambe na pod faze glede na posamezne dele igrišča po globini. Govorimo o preprečevanju zaključka napada, preprečevanju priprave napada in preprečevanju izgradnje napada.

### 3.2.2.4 FAZA PREHODA IZ OBRAMBE V NAPAD – PREHOD PO PRIDOBLJENI ŽOGI

Je zelo kratek čas v igri (od 5 do 10 sekund), ki prične z odvzemom žoge nasprotniku. Prehod iz ene faze v drugo je danes zelo pomemben element nogometne igre.

### 3.2.2.5 PREKINITVE V OBRAMBI IN NAPADU

### 3.2.3 DELITEV FAZE OBRAMBE IN NAPADA GLEDE NA DELE IGRIŠČA



Slika 1: delitev igrišča na cone

#### Faza branjenja:

1. Branjenje v nizki coni – preprečevanje zaključka napada nasprotnika
2. Branjenje v srednji coni – usmerjanje nasprotnika in conski pritisk (na krilu ali v sredini)
3. Branjenje v visoki coni – visok pritisk in preprečevanje izgradnje napada od vratarja

#### Faza napadanja:

1. Nizka cona – priprava, gradnja napada od vratarja
2. Srednja cona – priprava napada v srednji coni
3. Visoka cona – zaključek napada

### 3.2.4 ELEMENTI TAKTIKE



Shema 4: elementi taktike (oddelek za usposabljanje in inštruktorji NZS, 2021)

## 4 METODIKA UČENJA IGRE V NAPADU

Metodika poučevanja taktike igre predstavlja za trenerja eno od najzahtevnejših priprav na trening in je v tesni korelaciji z učenjem tehnike in razvojem gibalno-funkcionalnih sposobnosti.

Zato lahko trenerjeva dobra, logična metodična priprava treninga igralca v vaji spodbudi, da postopoma sam pride do optimalne rešitve v igri. Pri izvajanju vaj smo pozorni na postopnost izbire zaporedja vaj in tehnično taktičnih nalog v vajah - **metodični postopek**.

Začeli bomo s **posamično taktiko**, potem bomo postopno povečevali število igralcev v **skupinski taktiki** in na koncu zaključili z **moštveno taktiko**. Pri vsem tem je tudi pomembno, da se upoštevajo **didaktična načela**, kot so od znanega k neznanemu in od enostavnega k kompleksnemu, kjer je zelo pomembna **postopnost** v metodiki. Sodobna igra v taktičnem smislu ponuja nove pojme in sicer skupno idejo v igri, skupno prepoznavanje situacije, usmerjenost v igri, usklajenost prepoznavanja in odigravanja. Pomembno je kdaj in kaj odigrati. Z dobro uigranostjo moštva je mogoče do neke mere kompenzirati nekatere individualne pomanjkljivosti pri igralcih. Tekoče gibanje žoge je nujno razviti do **avtomatizma**. Z hitrim gibanjem žoge iščemo rešitve za zaključek napada in pri tem izkoriščamo napake pri branjenju nasprotnika. Kako ustvarjati in razvijati skupno idejo v igri? S ponavljanjem raznovrstnih vaj, ki jim je skupna »rdeča nit«  
glede reševanja situacij med igro (povzeto po Verdenik, 2010).

### **Nekatera izhodišča za metodiko učenja igre v napadu:**

- Učenje igre ne sme omejevati kreativnosti igralcev temveč jo mora spodbujati. Potrebno pa je upoštevati ravnovesje med svobodo in odgovornost v igri.
- Osnovni karakteristiki igre sta sodelovanje med igralci in dinamika. V obeh področjih je sodobna igra v razvoju naredila velik korak naprej in sedanja raven predstavlja njeno trenutno stanje.
- Za postavitev in razvoj igre moštva je nujno upoštevati sposobnosti igralcev in zgoraj omenjene zakonitosti sodobne igre.

- Osnova za medsebojno sodelovanje je sistem igre, ki pa ni najpomembnejši. Najpomembnejša je ideja za igro, za uresničitev katere pa so pomembne izražene TE-TA in kondicijske sposobnosti.

- Za hitro igro v napadu, ki je največkrat pogoj, da »izigramo« nasprotnika v zgoščenem prostoru, je nujno imeti skupno idejo o igri, ki pa v nobenem primeru ne predstavlja »šablone«, temveč le eno (če je mogoče najboljšo) od rešitev znotraj igre. »igrivost« je nasprotje od šablone in predstavlja izbiro najboljše rešitve glede na trenutno situacijo. A ta rešitev je na osnovi motoričnega spomina »pripoznana« ne samo igralcu z žogo temveč tudi soigralcem, ki so vključeni v akcijo v igri. Skupno idejo o igri ustvarjamo skozi proces treninga (ustrezna izbira vaj), posamične in skupne razgovore z igralci (analize tekem). Hitra igra omogoči, da nasprotnik »zamuja« pri pokrivanju naših igralcev, ter naredi napako, ki jo izkoristimo za uspešen zaključek napada.

- Zelo pomembno izhodišče za hitro igro je direktno podajanje žoge soigralcu (ko je igralec z žogo pokrit-»hrbet«) in sprejem žoge z obratom proti nasprotnim vratom (igralec ni pokrit-»sam«). iz taktičnega vidika je zelo pomembna tudi postavitve igralca, ki pričakuje žogo (poševna postavitve tako, da ima večji pregled na soigralca, ki podaja in v smeri nasprotnih vrat-nasprotni igralec), saj mu le ta omogoča hitrejši obrat z žogo in s tem tudi hitrejšo igro.

- Trener z izbiro vaj v procesu treninga ponuja rešitve za igro-ideje prilagojene kakovosti igralcev in zakonitostim sodobne igre (prehod iz obrambe v napad, priprava in zaključek napada). Ponavljanje omenjenih rešitev omogoča ustrezno zapomnitev v igralčevem motoričnem spominu. To pa je osnova za skupno prepoznavanje situacij med igro in razvoj skupne ideje za igro. Igralčeva razmišljanja in rešitve so podobne in ne vnaprej določene. Glede na razvoj situacije v igri, razmišljanja, ideje in rešitve valovijo med igralci kot »radijski valovi« z namenom medsebojnega usklajevanja.

- Skupna ideja za igro pomeni osnovo za razvoj »timingov« v igri-to pomeni usklajenega pravočasnega sodelovanja med igralci (odkrivanje, podaja, prodor, varanje, vtekanje, direktno podajanje itd.), s katerimi želimo »prelisičiti« nasprotnika in uspešno zaključiti napad.

- Skupna ideja v igri je tudi osnova za razvoj »usmerjenosti v igri«, ko igralci med igro iščejo predvsem rešitve, ki omogočajo najbolj učinkovit zaključek napada. te rešitve so tudi »prepoznane« in doživete v procesu treninga. na pr.: odločitev za podajo žoge v globino iz

»cirkulacije« takoj, ko to situacija med igro omogoča (seveda ob velikih možnostih za ohranitev žoge).

- Sodobna igra v taktičnem smislu ponuja nove pojme in sicer: skupna ideja v igri, skupno prepoznavanje situacije, usmerjenost v igri, timing (časovna usklajenost). Ti pojmi so medsebojno povezani in izhajajo eden iz drugega.

- Kako ustvarjati in razvijati skupno idejo v igri? S ponavljanjem raznovrstnih vaj, ki jim je skupna »rdeča nit« glede reševanja situacij med igro. V ta namen v procesu treninga uporabljamo vaje začnši od vaj za občutek za žogo (Coerver), vaje dinamične in situacijske tehnike, igralne situacije in igralne oblike, ki vse skupaj na svoj način predstavljajo »simulacijo igre«. Torej so prepoznane in vzete iz igre zato, da bi jih skozi proces treninga še izboljšali. To pa zahteva zelo poglobljeno analizo igre, izbiro najpomembnejših rešitev in njihovo ponavljanje.

- V procesu treninga je zato potrebno ponavljati najpomembnejše stvari (vaje) in ohranjati redečo nit.

- Za uspešno igro je nujno igrati v »smeri naprej«, ko je to mogoče, še posebej v trenutku odvzete žoge nasprotniku, ko se le ta še ni preusmeril v fazo branjenja.

- »Cirkulacija žoge« - zanesljivo in hitro gibanje žoge je osnova za iskanje možnosti podaje v globino (v konico napada ali na bočne položaje), še posebej, če se je nasprotnik uspešno preusmeril v fazo branjenja. Pri tem je važna skupna ideja o igri in pred tem skupno prepoznavanje situacije. Podaja žoge v globino pomeni podati pred ali za hrbet nasprotni obrambi (po tleh med dvema nasprotnima branilcema ali po zraku preko nasprotne obrambne vrste). Tudi podaja žoge v globino pred nasprotno obrambo ima za cilj ohraniti žogo, podajo za hrbet ali prodor.

- Sodobna igra v napadu zahteva tudi upoštevanje nekaterih taktičnih zakonitosti kot so: direktna podaja v konico napada; bok - sredina - globina; povratna podaja-globina; koncentracija igre na eno stran in hiter prenos na drugo. Vključevanje po podaji; vključevanje iz druge vrste v konico napada; Prehod v napad z vodenjem žoge ali preigravanjem (Verdenik, 2010).



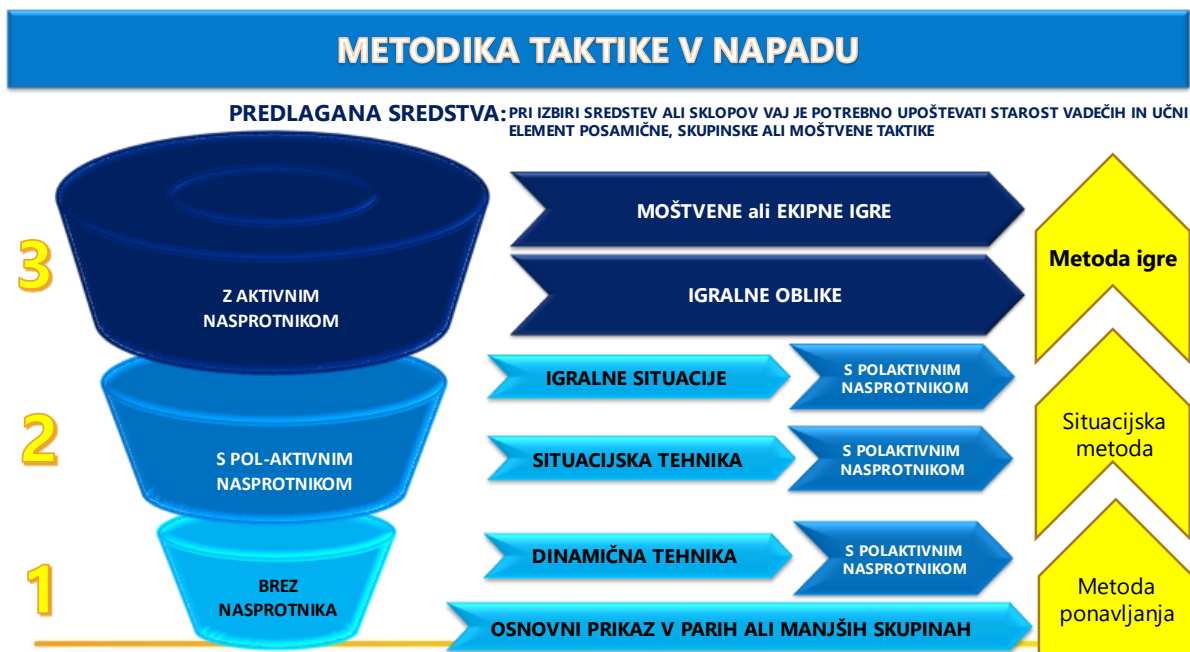
Shema 5: slovenska metodika učenja igre (Verdnik, Kavčič, Kopasič, Kolman, Starčević, 2021)

#### 4.1 SLOVENSKA METODIKA UČENJA IGRE V NAPADU

Metodika učenja igre je način poučevanja igre, kjer upoštevamo določeno uporabo metod poučevanja vezano na metode tudi izbiro vaj oziroma sredstev.

Metodika učenja in vadbe nogometne igre mora biti že pri igralcih mlajših starostnih kategorij vsaj delno podrejena končnemu cilju - ustrezno usposobljenemu igralcu, ki bo tako na tehnično-taktičnem kot tudi na morfološko-motoričnem in kondicijskem ter psihosocialnem področju kos zahtevam, ki jih pred njega postavlja nogometna igra.

Da lahko moštvo na igrišču in tekmi deluje kot celota, mora trener na treningih najprej izbrati ustrezno metodiko in ustrezne vaje ter jih vsakodnevno ponavljati. Z uporabo igralnih situacij in igralnih oblik najhitreje pridemo do smiselne igre, ki jo ustvarjamo s treninga v trening in s tekme v tekmo (Zupan, 2016).



Shema 6: Slovenska metodika učenja igre v napadu (Kavčič in sod., 2021).

Metodika učenja taktičnih elementov vključuje postopnost izbire vaj brez nasprotnika, s pol-aktivnim nasprotnikom vse do aktivnega nasprotnika. Tu gre za splošno metodiko, kjer je nakazana postopnost in možnosti izbire različnih sredstev glede na izbrano vsebino.

### PRIMER METODIKE UČENJA DVOJNE PODAJE



Shema 7: Primer metodike učenja dvojne podaje

## 4.2 UČNE METODE

Metodika poučevanja taktike igre predstavlja za trenerja eno od najzahtevnejših priprav na trening in je v tesni korelaciji z učenjem tehnike in razvojem gibalno-funkcionalnih sposobnosti. Potrebno je nenehno utrjevanje ključnih TE-TA veščin, ki jih nogometaš



postopoma izvaja z vse večjo agilnostjo in intenzivnostjo. Pri izvajanju vaj smo pozorni na postopnost izbire zaporedja vaj in tehnično taktičnih nalog v vajah – metodični postopek. Pri tem poznamo različne metode učenja in sicer: - metodo ponavljanja (vaje dinamične tehnike) - situacijsko metodo (situacijska tehnika in igralne situacije) - metodo igre (igralne oblike in moštvene igre). Metoda igre je pri tem vodilna metoda. Z vidika diplomske naloge bom uporabljal vse spodaj naštet metode, vendar bodo prevladovale metode igre (vaje igralnih oblik) in situacijske metode (vaje igralnih situacij).



Shema 8: te-ta vaje in ta-te vaje pri učenju igre (Kavčič in sod., 2021)

#### 4.2.1. METODA PONAVLJANJA – vaje dinamične tehnike

##### 4.2.1.1. DINAMIČNA TEHNIKA

Predstavlja vadbo elementov tehnike v hitrem gibanju. Gre za urjenje ali razvoj ponavljajočih se elementov univerzalne tehnike, ki so osnova igre in niso direktno vezani na posamezna igralna mesta;

Univerzalna tehnika je mišljeno podajanje in sprejemanje žoge, direktno podajanje, sprejemanje žoge na različne načine ( na mestu, v gibanju, z obrati...), vodenja žoge ipd. Ob

tem igralce informiramo s pomembnimi detajli individualne taktike, torej s katero nogo pravilno sprejemati, voditi, podajati glede na navideznega nasprotnika ipd.

Ne gre za razvoj moštvenih principov v igri, ampak igralce lahko učimo osnove skupinske taktike, torej sodelovanje dveh in treh igralcev. Zato so tudi te vaje tehnično taktične vaje, saj je večji poudarek na tehnični izvedbi in številu ponovitev na zmanjšanem prostoru, sočasno pa podajamo tudi informacije posamične ali skupinske taktike.

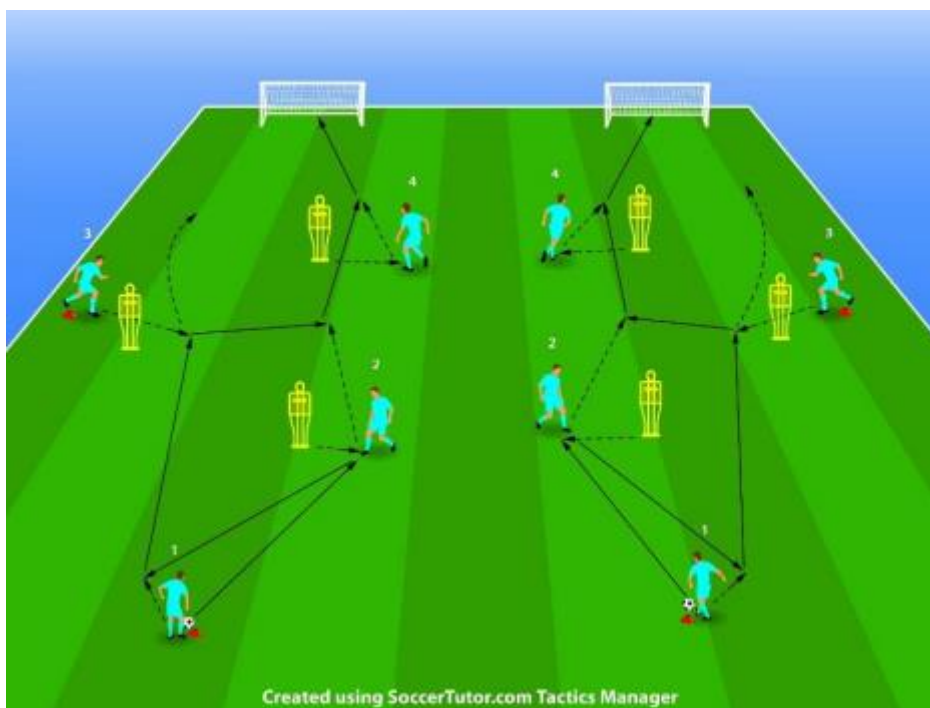


Shema 9: Te-ta Dinamična tehnika

#### **4.2.2. SITUACIJSKA METODA - Vaje situacijske tehnike in vaje igralnih situacij**

##### **4.2.2.1 SITUACIJSKA TEHNIKA**

Predstavlja vaje, ki so po razdaljah podobne vajam dinamične tehnike (zmanjšan prostor), vendar že vsebujejo ideje ali principe znotraj modela igre. Ob tem, da urimo tehniko na zmanjšanem prostoru, vadimo ali učimo tudi principe sodelovanja v okviru sistema igre. Pri tem igralci krožijo ali menjajo mesta po določenem številu ponovitev in nimajo fiksnih igralnih mest. Te vaje lahko tudi postavimo na dele igrišča, kjer naj bi takšno sodelovanje potekalo. Prisotne so lahko že v ogrevanju, ko imamo taktični trening in vadimo določene principe sodelovanja v napadu.



Slika 2: Situacijska tehnika: podaja v globino in odkrivanje igralca v medprostor pred zadnjo figuro

#### 4.2.2.2 IGRALNE SITUACIJE

So taktično tehnične vaje, ki so lahko vzete iz igre na osnovi analize igre ali lastne ideje o igri. Večji poudarek je na taktiki, na skupni ideji oz. sodelovanju igralcev po igralnih mestih na večjem prostoru, kjer so razdalje podobne kot na tekmi. Pri tem imamo določeno tudi smer napada. - Ponujamo taktične rešitve kot ideje, ki jih igralci zaradi večkratnega ponavljanja prepoznajo v igri in na kreativen način uresničijo. S tem treniramo tudi tehniko po igralnih mestih, vendar je sekundarnega pomena.

Vsi igralci se pomikajo v smeri napada. Uporablja se jih lahko za učenje igre v napadu znotraj skupinske ali moštvene taktike, kot tudi za učenje igre v obrambi. Lahko jih izvajamo brez rekvizitov, s figurami ali drugimi ovirami oz. da v vadbo vključimo pol aktivne nasprotnike. Največ se jih uporablja za podajo idej sodelovanja in raznovrstne rešitve v pripravi ter zaključku napada (skozi sredino ali po krilnem položaju) vezano na igralna mesta v okviru sistema igre.



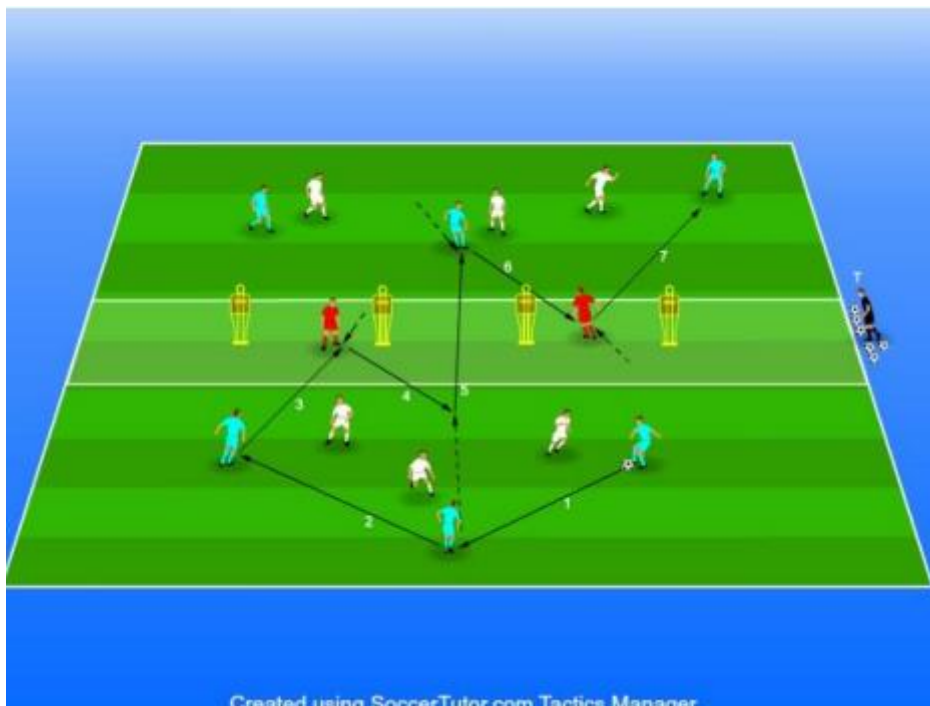
*Shema 10 : te-ta igralne situacije*

#### **4.2.3. METODA IGRE - Uporaba igralnih oblik in moštvenih iger**

##### **4.2.3.1 IGRALNE OBLIKE**

So igre, ki so zelo podobne pravi igri. Gre za igre z različnimi nalogami, z različnimi številčnimi odnosi med igralci, prostimi igralci, različno velikostjo prostora, olajšani ali oteženi pogoji za igro, prilagojenimi pravili igre (različno število vrat ali igro preko linije, različno število dotikov žoge, igra več moštev različnih barv,...), da bi dosegli glavni cilj glede na vsebino. V splošnem igralne oblike ločimo primarno glede na vsebino vadbe (tehnika, taktika ali kondicijska priprava).

Pri kondicijski pripravi se za razvoj posameznih sposobnosti tudi svetuje uporabo igralnih oblik, zlasti za razvoj specialne vzdržljivost in tudi hitrosti reakcije. V skladu s ciljem nato prilagodimo pravilo, velikosti prostorov in samo organizacijo. Pri taktiki pa igralne oblike omogočajo kreativno uporabo ponujenih taktičnih rešitev (skupna ideja v igri) v pogojih igre, delimo pa jih najprej na faze igre – torej imamo igralne oblike za fazo napada, za prehode (po izgubljeni in po pridobljeni žogi) ter fazo branjenja vezano na skupinsko ali moštveno taktiko. Da bi dosegli željeni cilj je potrebno podrediti ali izbrati primerne zahteve, velikosti prostorov, uporabo olajševalnih okoliščin z viškom igralcev, več barvami ali prostimi igralci ipd. (povzeto po: Kavčič in sod, 2021).



Slika 3: Igralna oblika 3 : 3 + 2 + 3 : 3



Shema 10: Delitev igralnih oblik (Kavčič in sod., 2021)

#### 4.2.3.2 MOŠTVENE IGRE

Predstavljajo vrh taktičnega šolanja, saj so nadgradnja že prej uporabljenih vaj v olajšanih pogojih kot so vaje situacijske tehnike, igralnih situacij in igralnih oblik. Učene principe treniramo v tekmovalnih pogojih, saj sodeluje celotno moštvo. Številčni odnos v moštvenih igrah je odvisen od starosti in formata tekmovanja. Uporabljamo jih za razvoj moštvene taktike in organizacije igre. Razvijamo skupno idejo v igri in igralce učimo sodelovanja v vseh fazah igre. Poznamo dve vrsti moštvenih iger in sicer vodena igra, kjer igro zaustavljamo in igralce usmerjamo in podajamo skupno idejo ter prosto igro brez zaustavljanja, kjer opazujemo transfer predhodno podanih idej v procesu treninga. Pri tem lahko imamo skrajšano ali zoženo igrišče, različno število vrat, različno število dotikov žoge in z različnimi pravili skušamo doseči cilj, da se podani principi čim pogosteje uresničujejo v vseh fazah igre. Slovenska metodika ustvarjanja igre svetuje kombinacijo metode igre s situacijsko metodo, kjer s situacijsko metodo podajamo ideje za pripravo in zaključke napadov, z metodo igre pa poskušamo ob aktivnemu nasprotniku učene situacije prepoznati in v pravem trenutku tudi izbrati določene ponujene ideje ali omogočiti igralcem tudi lastne rešitve.



Slika 4: Moštvena igra V + 9 : 8 + V v treh conah

## 5 ANALIZA IGRE FC BM: ZNAČILNE SESTAVNE SITUACIJE - TAKTIČNI PRICIPI, KI SE POJAVLJAJO V IGRI PRI PREHODU V NAPAD PO ODVZETI ŽOGI V NIZKI, SREDNJI IN VISOKI TRETJINI

V nadaljevanju bodo predstavljene sestavne situacije, ki se najpogosteje pojavljajo v igri. Na njihovi osnovi je mogoče soditi o taktičnih principih, ki jih srečamo v igri FC BM pri prehodu in pripravi ter zaključku napada.

Analizirali bomo igro štirih tekem:

1. SV Werder Bremen : FC Bayern München, 18. 8. 2023
2. FC Bayern München : FC Augsburg, 25. 8. 2023
3. Borussia M'G : FC Bayern München, 2. 9. 2023
4. FC Bayern München : 1. FC Union Berlin, 24. 1. 2024

Pri analizi igre bomo zbrali nekaj kvantitativnih (statističnih) podatkov za primerjavo obeh ekip. Statistične podatke bomo pridobili iz programa WyScout - (WyScout.hudl.com). Sledi kvalitativna analiza tekem na osnovi ogleda posnetkov tekem in subjektivne ocene. Iz igre FC BM bomo izbrali sestavne situacije, po odvzemu žoge v nizki, srednji in visoki coni. Odvzem žoge pomeni trenutek transformacije in reakcija ekipe FC BM v fazo napada in izbira načina prehoda v napad. Prva podaja ali prodor pomenita trenutek pridobljene žoge.



Slika 5: legenda oznak



## 5.1 ANALIZA TEKME : SV WERDER : FC BAYERN MÜNCHEN

### 5.1.1 OSNOVNA POSTAVITEV

SV WERDER je igral v sistemu 1-3-1-4-2



Slika 6

FC BAYERN MÜNCHEN je igral v sistemu 1-4-2-3-1



Slika 7



<b>SV WERDER B</b>	<b>Statistični podatki</b>	<b>FC BAYERN M</b>
<b>1-3-1-4-2</b>	<b>Sistem igre</b>	<b>1-4-2-3-1</b>
<b>0</b>	<b>Zadetki</b>	<b>4</b>
<b>6</b>	<b>Streli</b>	<b>25</b>
<b>1</b>	<b>Streli v okvir vrat</b>	<b>10</b>
<b>5</b>	<b>Zgrešeni streli</b>	<b>7</b>
<b>0</b>	<b>Koti</b>	<b>6</b>
<b>28%</b>	<b>Posest žoge</b>	<b>72%</b>
<b>244</b>	<b>Število podaj</b>	<b>664</b>
<b>176/72%</b>	<b>Št.% točnih podaj</b>	<b>601/91%</b>
<b>3</b>	<b>Streli v 16 m</b>	<b>14</b>
<b>3</b>	<b>Streli izven 16 m</b>	<b>11</b>
<b>3/5 60%</b>	<b>Preigravanje</b>	<b>20/38 53%</b>
<b>17</b>	<b>Prekrški</b>	<b>11</b>
<b>2</b>	<b>Rumeni karton</b>	<b>1</b>

*Tabela 5*

Tekma je bila odigrana 18. 8. 2023 v Bremen

Rezultat tekme SV WERDER BREMEN : FC BAYERN MÜNCHEN 0 : 4

### **5.1.2. POVZETEK TEKME**

V kondicijskem smislu so igralci FC BM dajali vtis, da so bolj samozavestni, hitrejši, močnejši, višji in tehnično dosti bolj kvalitetni. Sprejemi žoge so tehnično izvrstni, imeli so zelo kratek čas med sprejemom in podajo. Podaje so bile natančne in pogosto direktne. Taktično, imajo v fazi obrambe visoko postavitev 20-25 m od vrat nasprotnika, če je potrebno tudi v 16 m prostoru nasprotnika. Izvajajo hiter prehod po izgubljeni žogi, da jo takoj pridobijo nazaj. V igri s kratkimi podajami v globino poizkušajo iskati medprostore med linijami nasprotnika in tako kar najhitreje priti v zadnjo napadalno tretjino igrišča in nato do zaključka. Visoka postavitev krilnih branilcev in s tem zagotavljanje širine jim omogoča veliko kombiniranja ter možnosti za uspešen zaključek napada.

### 5.1.3. PREDSTAVITEV SESTAVNIH SITUACIJ

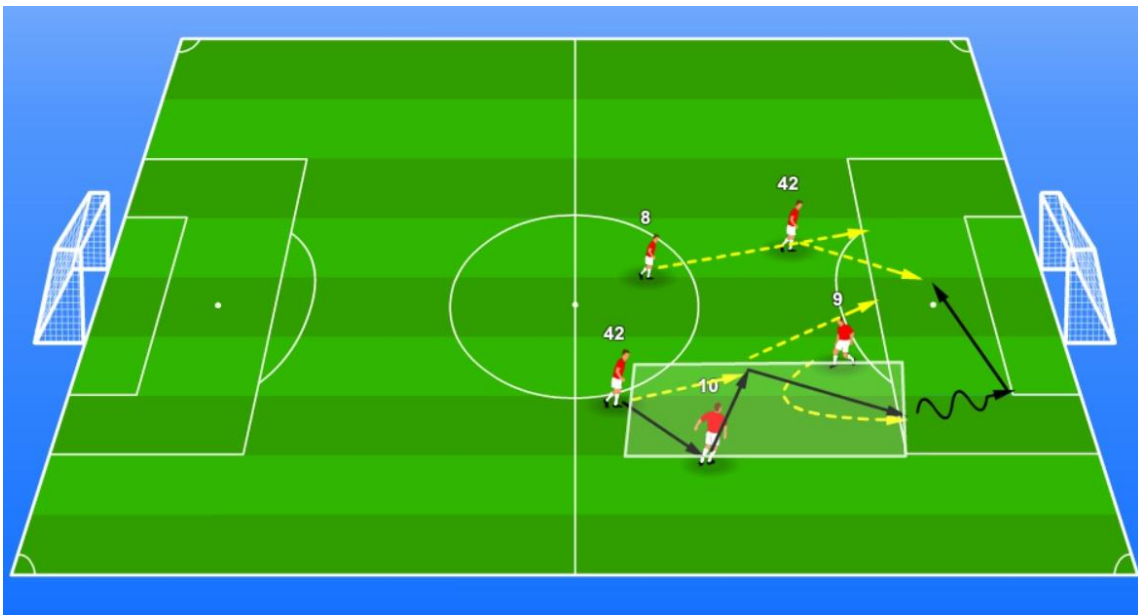
**TAKTIČEN PRINCIP - prehod v napad s hitro podajo v globino po tleh med obrambne igralce.**

1.Sestavna situacija: vzeta iz igre /3:04/ – odvzeta žoga v nizki tretjini



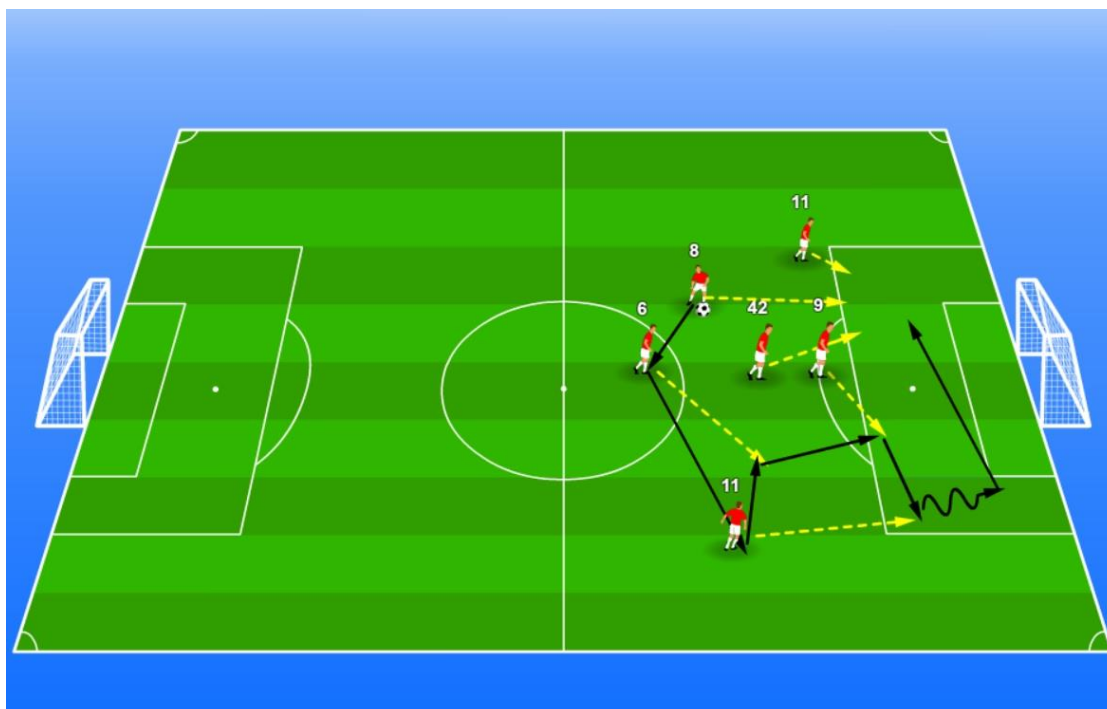
Slika 8

2.Sestavna situacija: vzeta iz igre /20:34/ – odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 9

3.Sestavna situacija: : vzeta iz igre /42.30/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 10

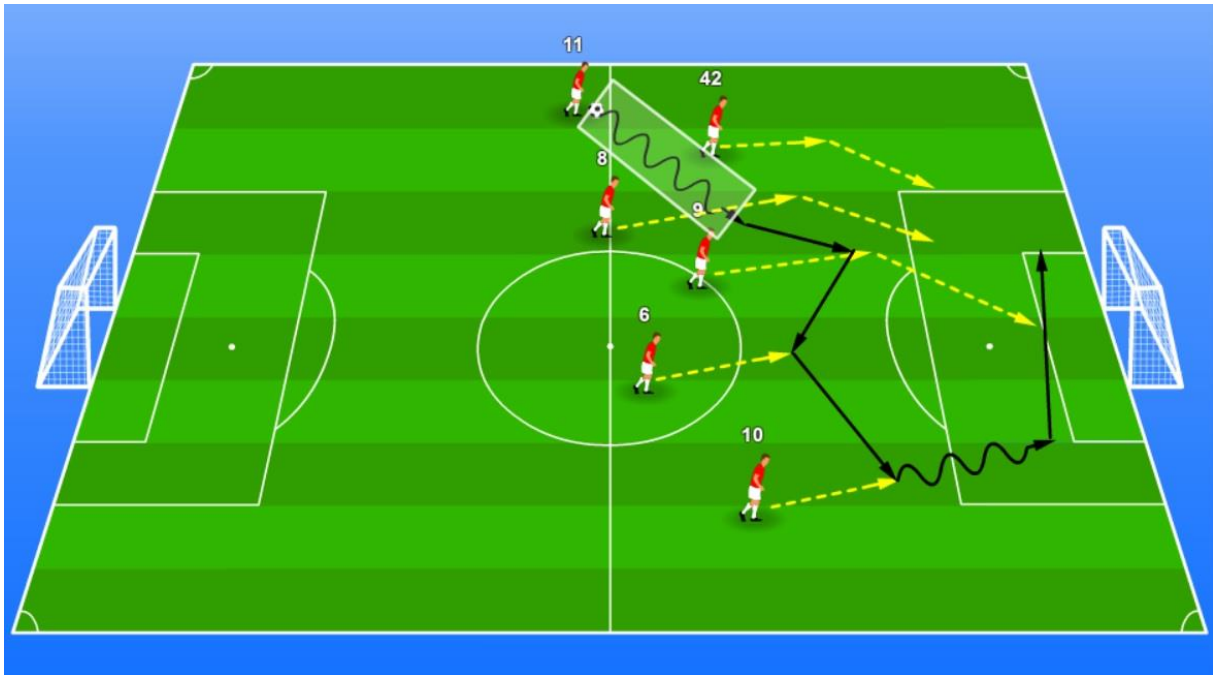
**TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s hitrim vodenjem žoge ali preigravanjem v globino.**

4.Sestavna situacija: vzeta iz igre /5:07/ - odvzeta žoga v nizki tretjini



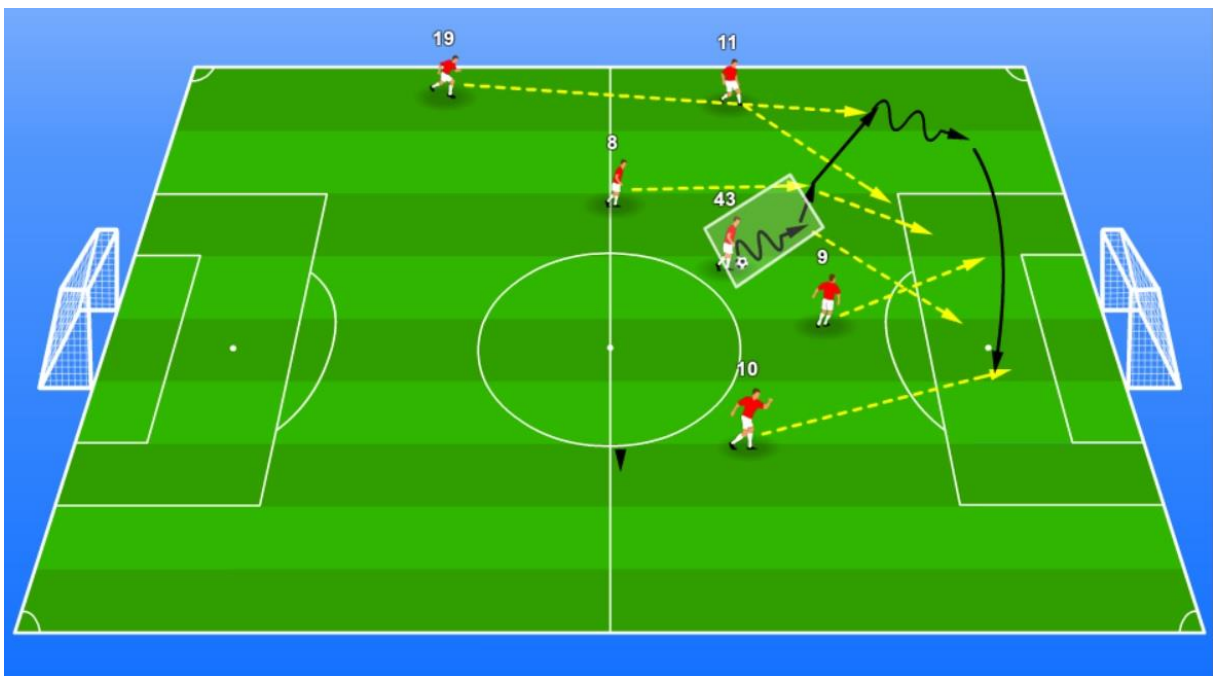
Slika 11

5.Sestavna situacija: vzeta iz igre /9:40/ - odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 12

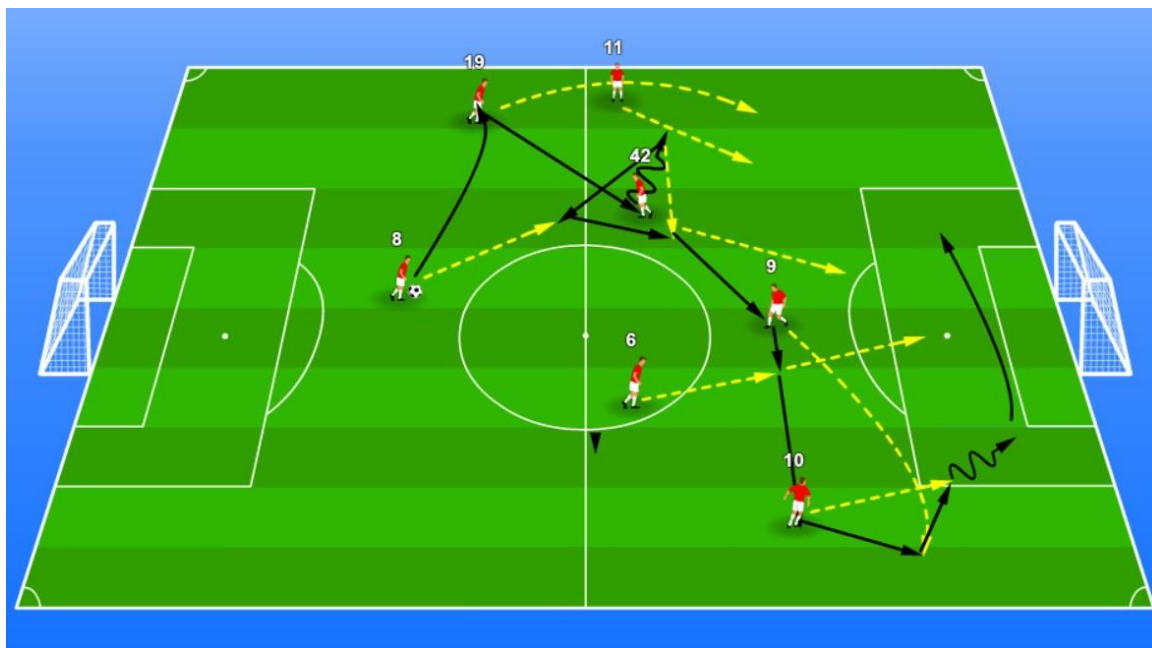
6.Sestavna situacija: vzeta iz igre /33:10/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 13

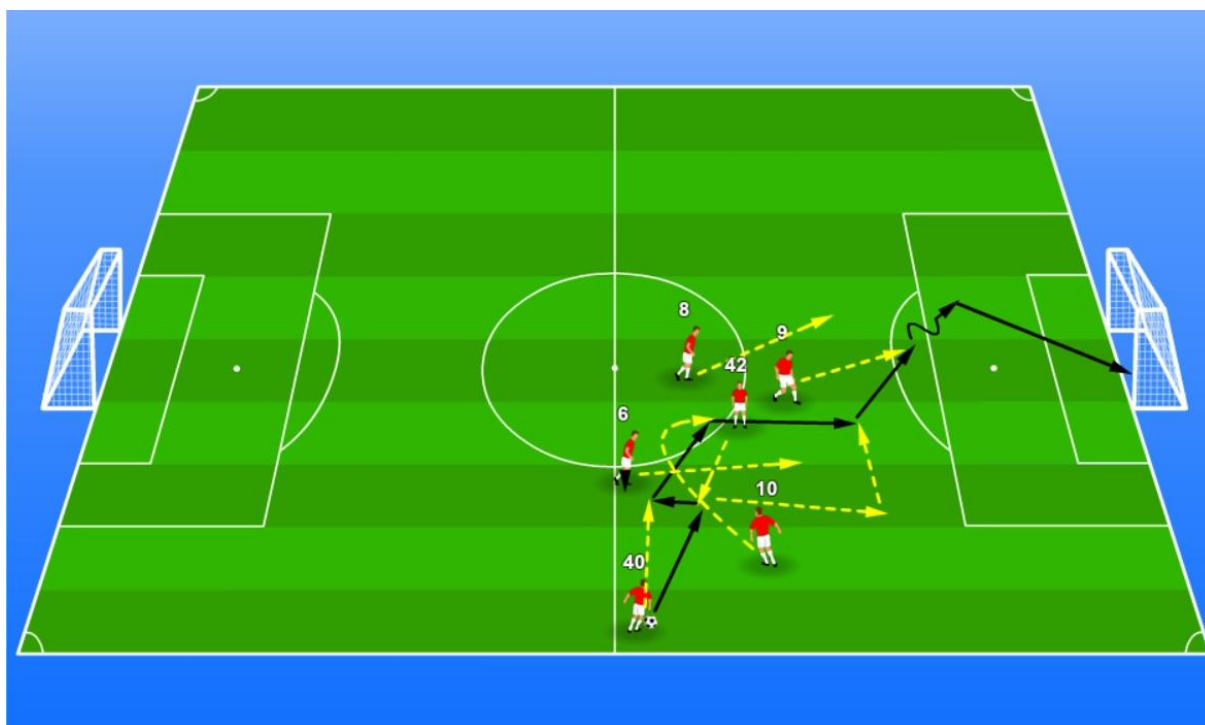
## TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s kontinuiranim napadom

7. Sestavna situacija: vzeta iz igre /31:19/ - odvzeta žoga v nizki tretjini



Slika 14

8. Sestavna situacija: vzeta iz igre /29:17/ - odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 15

9. Sestavna situacija: vzeta iz igre /29:37/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 16

## 5.2. ANALIZA TEKME FC BAYERN MÜNCHEN: FC AUGSBURG

### 5.2. 1. OSNOVNA POSTAVITEV

FC BAYERN MÜNCHEN je igral v sistemu 1-4-2-3-1,



Slika 17

FC AUGSBURG je igral v sistemu 1-4-2-2-2



Slika 18

FC BAYERN M	Statistični podatki	FC AUGSBURG
<b>1-4-2-3-1</b>	<b>Sistem igre</b>	<b>1-4-2-2-2</b>
<b>3</b>	<b>Zadetki</b>	<b>1</b>
<b>19</b>	<b>Streli</b>	<b>10</b>
<b>5</b>	<b>Streli v okvir vrat</b>	<b>2</b>
<b>7</b>	<b>Zgrešeni streli</b>	<b>6</b>
<b>10</b>	<b>Koti</b>	<b>4</b>
<b>61%</b>	<b>Posest žoge</b>	<b>39%</b>
<b>603</b>	<b>Število podaj</b>	<b>394</b>
<b>531/88%</b>	<b>Št.% točnih podaj</b>	<b>323/82%</b>
<b>9</b>	<b>Streli v 16 m</b>	<b>4</b>
<b>10</b>	<b>Streli izven 16 m</b>	<b>6</b>
<b>16/23 70%</b>	<b>Preigravanje</b>	<b>5/12 42%</b>
<b>14</b>	<b>Prekrški</b>	<b>8</b>
<b>1</b>	<b>Rumeni karton</b>	<b>2</b>

Tabela 6



Tekma je bila odigrana 25. 8. 2023 v München.

Rezultat tekme FC BAYERN MÜNCHEN : FC AUGSBURG 3 : 1

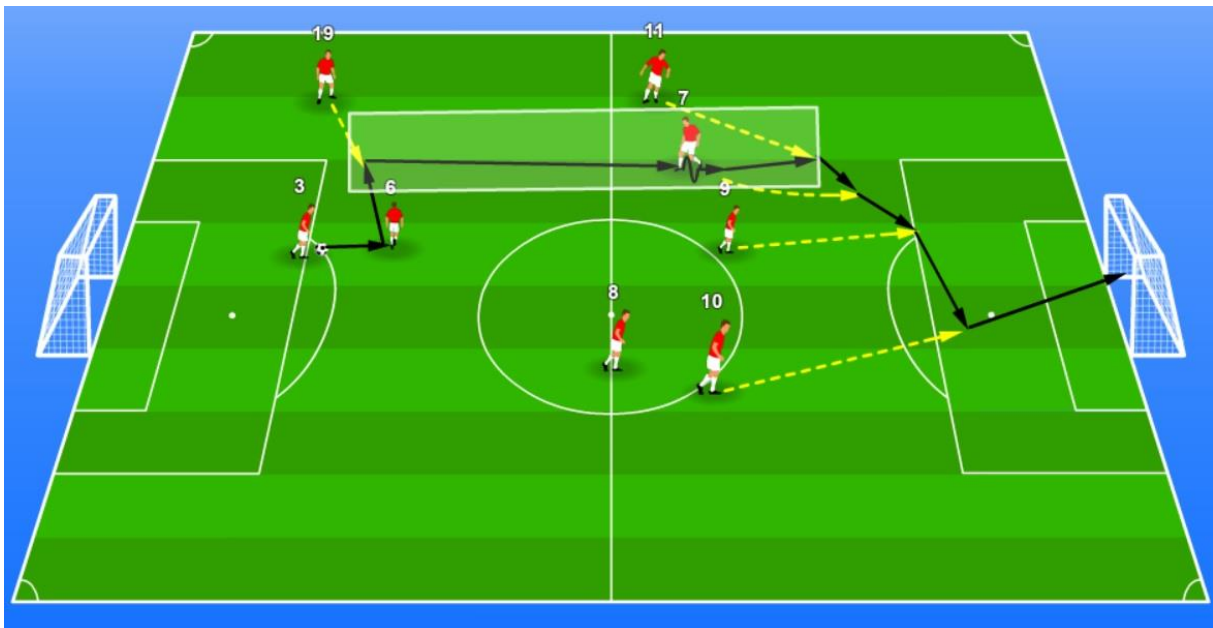
### 5.2.2 POVZETEK TEKME

Kondicijsko so igralci FC BM dobro pripravljene in tako tudi delujejo na igrišču. Zelo dobro se zavedajo, da so favoriti in se tako tudi obnašajo, zelo samozavestno. Taktično imajo visoko postavitev v fazi obrambe na 20 m od vrat nasprotnika in ne dovolijo nasprotni ekipi, da razvije igro. Narekujejo tempo igre s hitrimi prehodi in vedno poizkušajo odigrati naprej in tako kar najhitreje priti v visoko tretjino igrišča in nato do zaključka. V primeru, če ni možno hitro in sigurno odigrati v globino, igralci FC BM umirijo igro in odigrajo kontinuiran napad s kroženjem žoge iz leve na desno stran in obratno. Podaje so natančne in pogosto direktne. Igralci FC BM so izrazito boljši v preigravanju in si na ta način ustvarijo tudi več priložnosti za strel na vrata.

### 5.2.3 PREDSTAVITEV SESTAVNIH SITUACIJ

**TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s hitro podajo v globino po tleh med obrambne igralce.**

1.Sestavna situacija: vzeta iz igre /20:22/ – odvzeta žoga v nizki tretjini



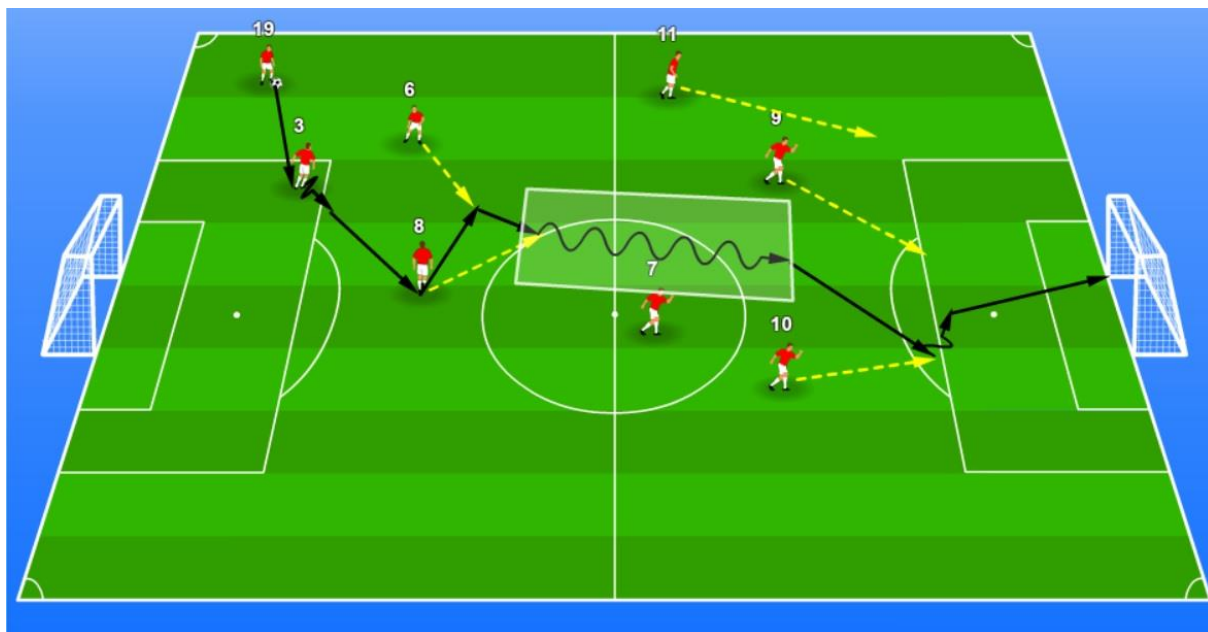
Slika 19





**TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s hitrim vodenjem žoge ali preigravanjem v globino.**

4.Sestavna situacija: vzeta iz igre /23:40/ - odvzeta žoga v nizki tretjini



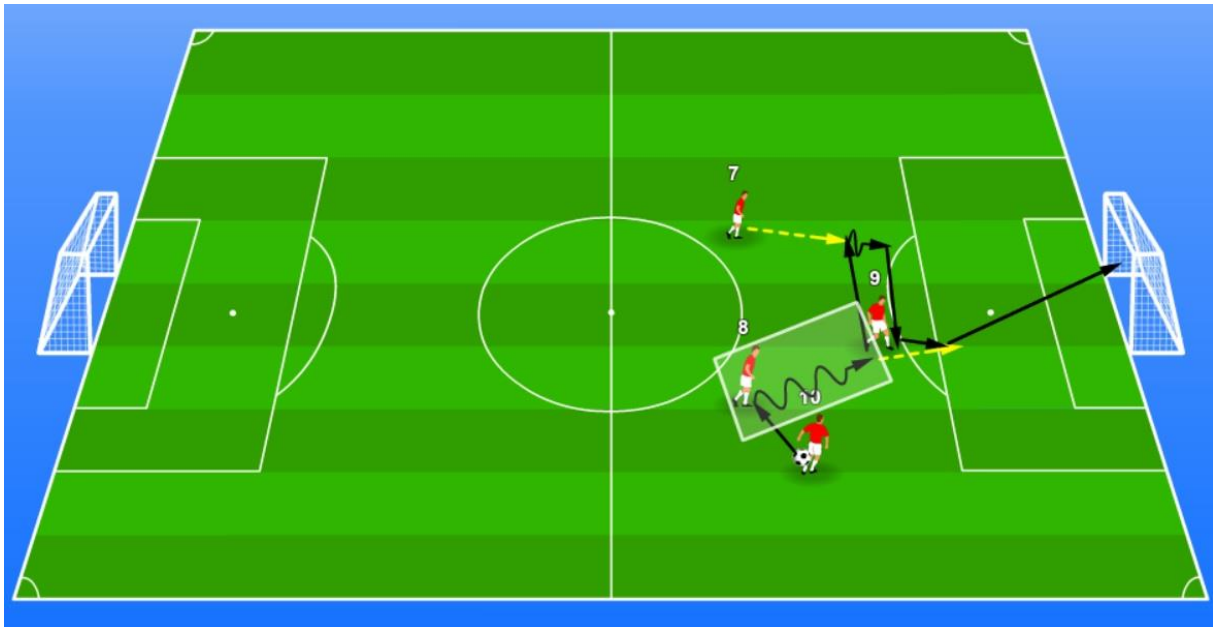
Slika 22

5.Sestavna situacija: vzeta iz igre /15:35/ - odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 23

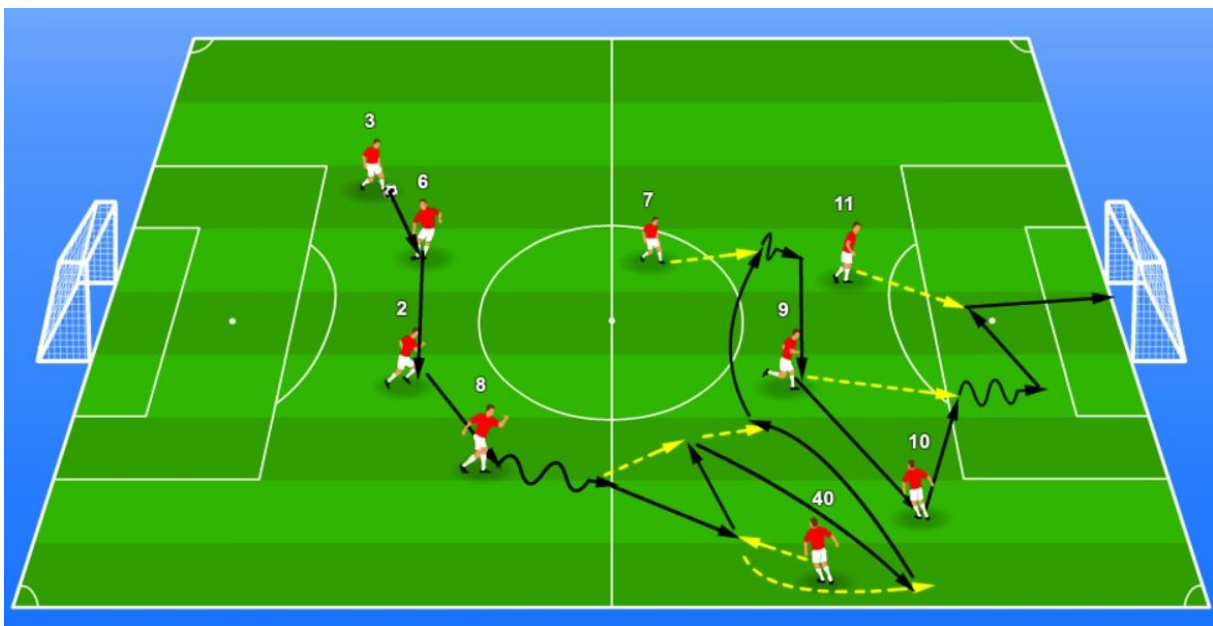
6.Sestavna situacija: vzeta iz igre /36:34/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 24

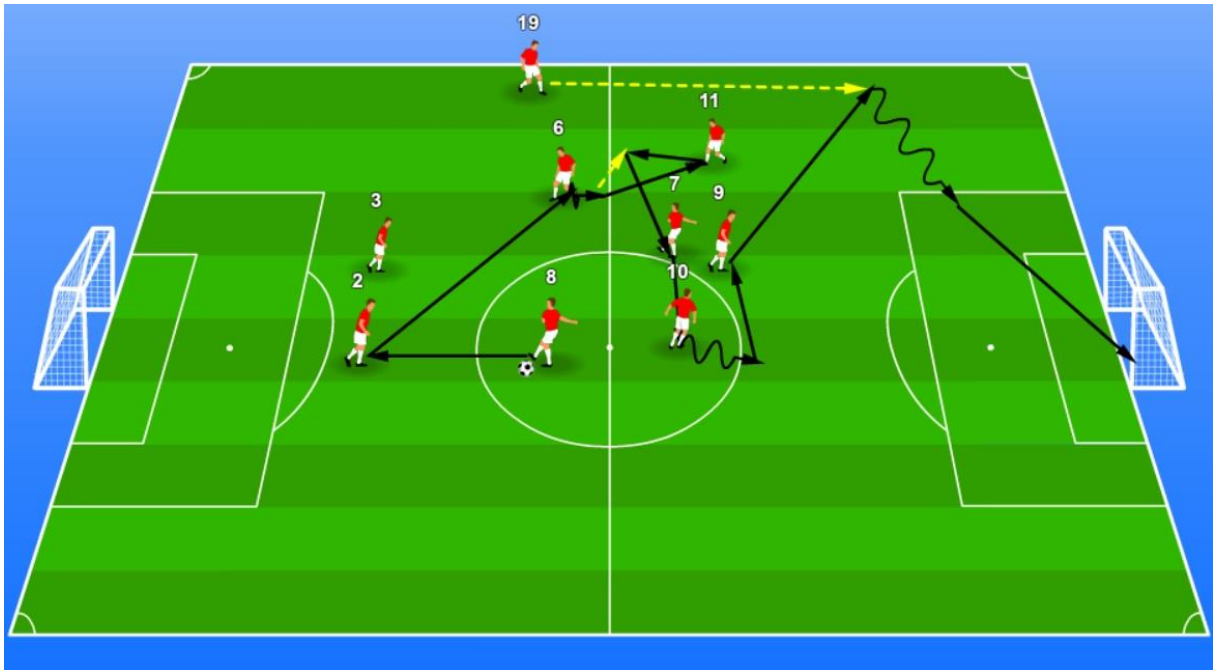
**TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s kontinuiranim napadom**

7.Sestavna situacija: vzeta iz igre /31:05/ - odvzeta žoga v nizki tretjini



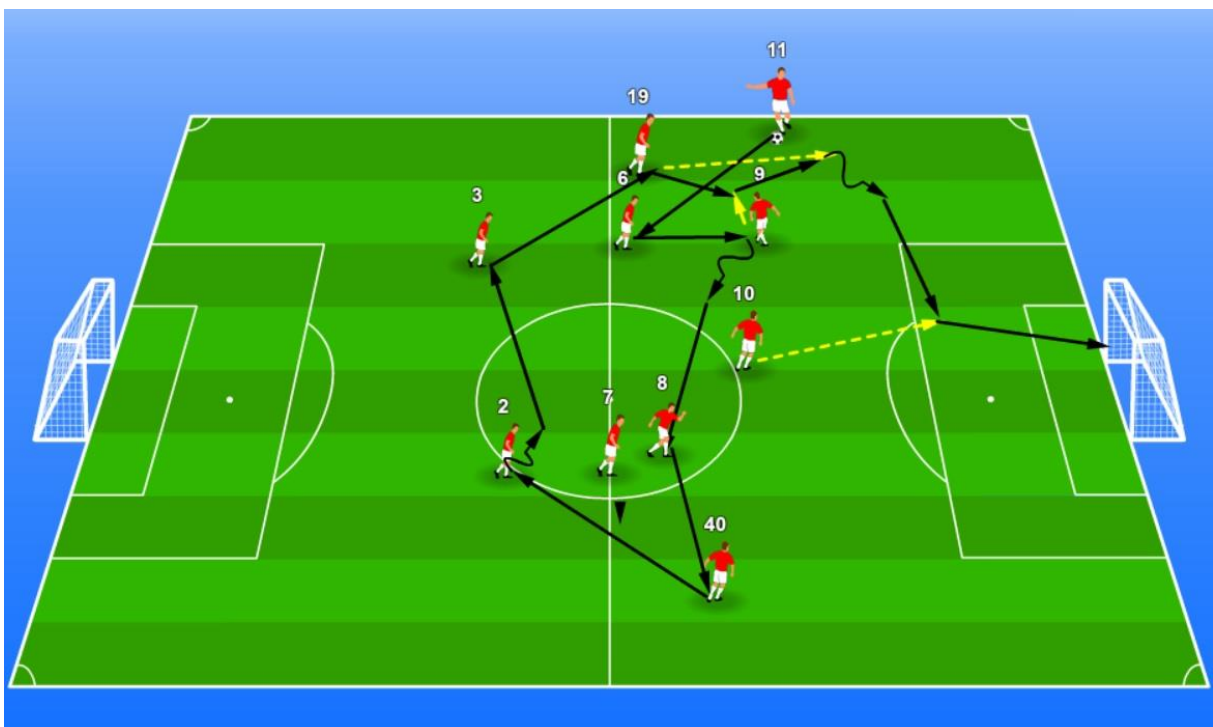
Slika 25

8. Sestavna situacija: vzeta iz igre /58:08/ - odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 26

9. Sestavna situacija: vzeta iz igre /68:00/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 27

## 5.3 ANALIZA TEKME: BORUSIJA MG : FC BAYERN MÜNCHEN

### 5.3.1 OSNOVNA POSTAVITEV

BORUSIJA MG je igrala v sistemu 1-4-1-4-1



Slika 28

FC BAYERN MÜNCHEN je igral v sistemu 1-4-2-3-1



Slika 29

<b>BORUSIJA MG</b>	<b>Statistični podatki</b>	<b>BAYERN M</b>
<b>1-4-1-4-1</b>	<b>Sistem igre</b>	<b>1-4-2-3-1</b>
<b>1</b>	<b>Zadetki</b>	<b>2</b>
<b>7</b>	<b>Streli</b>	<b>25</b>
<b>3</b>	<b>Streli v okvir vrat</b>	<b>8</b>
<b>4</b>	<b>Zgrešeni streli</b>	<b>7</b>
<b>1</b>	<b>Koti</b>	<b>15</b>
<b>35%</b>	<b>Posest žoge</b>	<b>65%</b>
<b>340</b>	<b>Število podaj</b>	<b>625</b>
<b>249/73%</b>	<b>Št.% točnih podaj</b>	<b>553/88%</b>
<b>3</b>	<b>Streli v 16 m</b>	<b>18</b>
<b>4</b>	<b>Streli izven 16 m</b>	<b>7</b>
<b>4/12 33%</b>	<b>Preigravanje</b>	<b>20/36 56%</b>
<b>5</b>	<b>Prekrški</b>	<b>20</b>
<b>0</b>	<b>Rumeni karton</b>	<b>2</b>

*Tabela 7*

Tekma je bila odigrana 2. 9. 2023 v Mönchengladbachu.

Rezultat tekme BORUSIJA MG : FC BAYERN MÜNCHEN 1:2

### **5.3.2 POVZETEK TEKME**

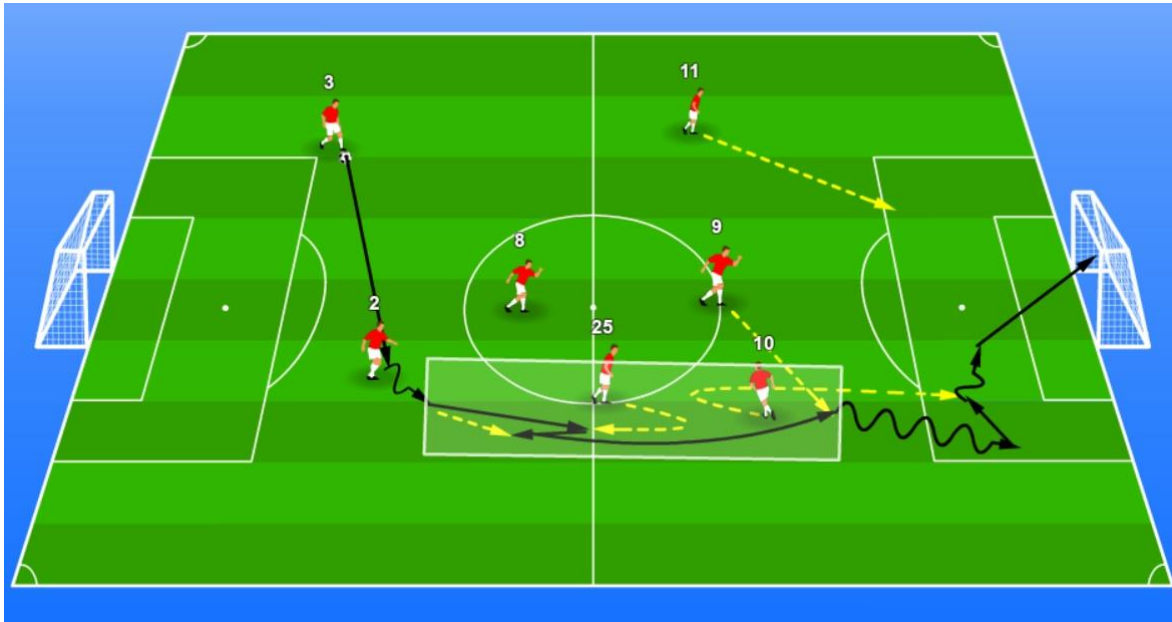
Ekipa BM je prevladovala v igri, kar je razvidno tudi iz statističnih podatkov. Žogo so imeli v posesti 65 % igralnega časa. V tekmi so izvedli 625 podaje, njihova uspešnost je bila kar 88%. Značilno za igro v tej tekmi je bila visoka postavitev moštva, kjer je bila zadnja vrsta pomaknjena proti sredini igrišča. S tem so seveda lahko izvajali visok pritisk na nasprotnika in tako so naredili hiter prehod po izgubljeni žogi, da so žogo takoj pridobili nazaj. V igri s kratkimi podajami v globino so poizkušali iskati medprostore med linijami nasprotnika in tako kar najhitreje priti v zadnjo napadalno tretjino igrišča in nato do zaključka. V tej tekmi so imeli 25 strelav na vrata, od tega jih je bilo 8 v okvir. 18 strelav je bilo izvedenih znotraj 16- metrskega prostora, 7 pa zunaj.



### 5.3.3 PREDSTAVITEV SESTAVNIH SITUACIJ

**TAKTIČEN PRINCIP - prehod v napad s hitro podajo v globino po tleh med obrambne igralce.**

1.Sestavna situacija: vzeta iz igre /18:05/ – odvzeta žoga v nizki tretjini



Slika 30

2.Sestavna situacija: vzeta iz igre /30:02/ – odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 31

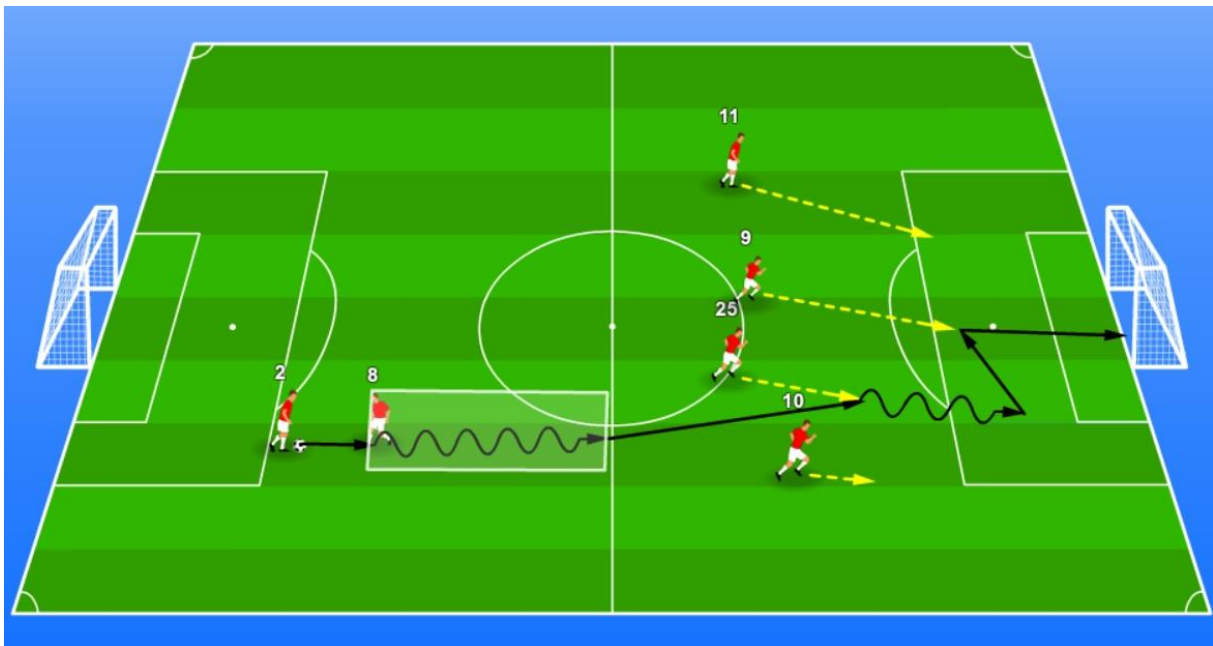
3.Sestavna situacija: : vzeta iz igre /5.03/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 32

**TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s hitrim vodenjem žoge ali preigravanjem v globino.**

4.Sestavna situacija: vzeta iz igre /16:55/ - odvzeta žoga v nizki tretjini



Slika 33



5.Sestavna situacija: vzeta iz igre /36.00/ - odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 34

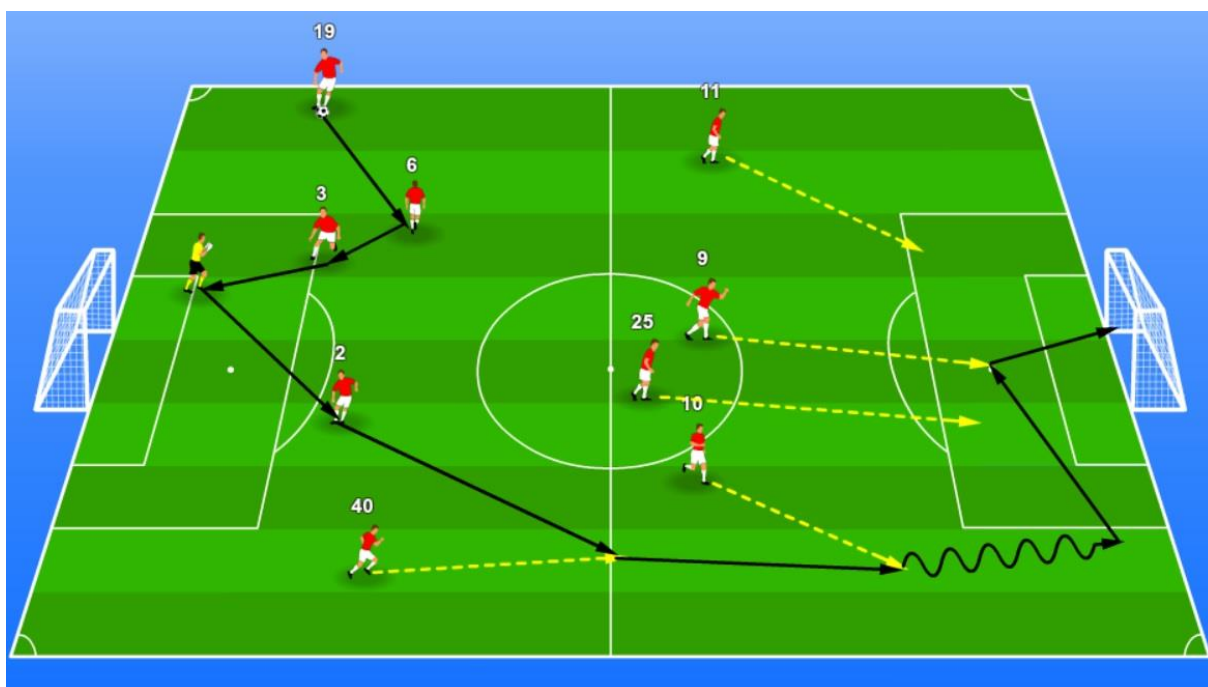
6.Sestavna situacija: vzeta iz igre /57.33/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 35

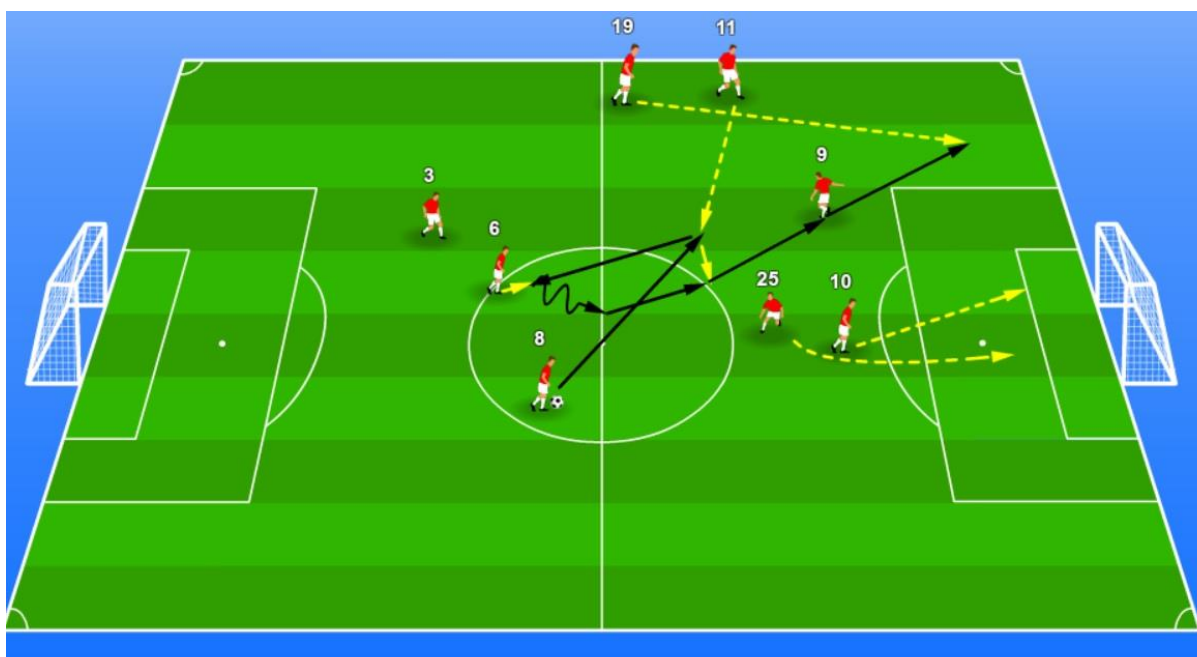
## TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s kontinuiranim napadom

7.Sestavna situacija: vzeta iz igre /21:53/ - odvzeta žoga v nizki tretjini



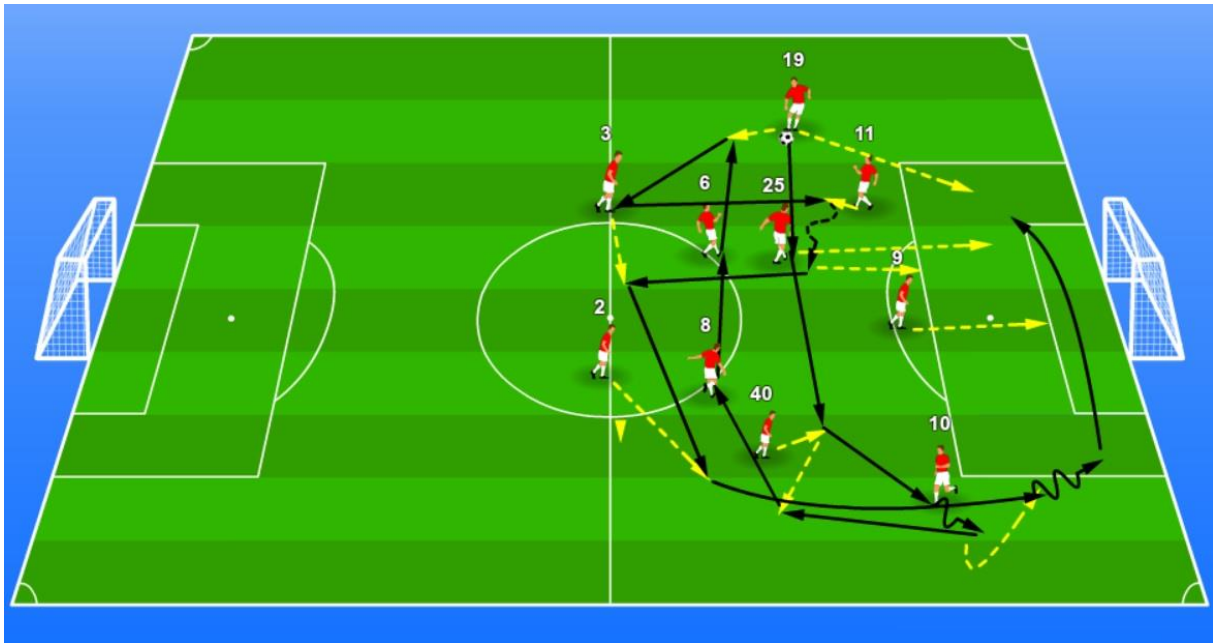
Slika 36

8.Sestavna situacija: vzeta iz igre /62:05/ - odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 37

9.Sestavna situacija: vzeta iz igre /13:28/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 38

## 5.4 ANALIZA TEKME : FC BAYERN MÜNCHEN : 1. FC UNION BERLIN

### 5.4.1 OSNOVNA POSTAVITEV

FC BAYERN MÜNCHEN je igral v sistemu 1-4-2-3-1



Slika 39

1. FC UNION BERLIN je igral v sistemu 1-5-3-2



Slika 40

FC BAYERN M	Statistični podatki	FC UNION BERLIN
<b>1-4--3-3</b>	<b>Sistem igre</b>	<b>1-5-3-2</b>
<b>1</b>	<b>Zadetki</b>	<b>0</b>
<b>22</b>	<b>Streli</b>	<b>4</b>
<b>10</b>	<b>Streli v okvir vrat</b>	<b>1</b>
<b>8</b>	<b>Zgrešeni streli</b>	<b>2</b>
<b>12</b>	<b>Koti</b>	<b>1</b>
<b>72%</b>	<b>Posest žoge</b>	<b>28%</b>
<b>747</b>	<b>Število podaj</b>	<b>283</b>
<b>684/92%</b>	<b>Št.% točnih podaj</b>	<b>214/76%</b>
<b>14</b>	<b>Streli v 16 m</b>	<b>2</b>
<b>8</b>	<b>Streli izven 16 m</b>	<b>2</b>
<b>12/20 60%</b>	<b>Preigravanje</b>	<b>3/6 50%</b>
<b>5</b>	<b>Prekrški</b>	<b>9</b>
<b>2</b>	<b>Rumeni karton</b>	<b>4</b>

Tabela 8

Tekma je bila odigrana 24. 1. 2024 v Münchnu.

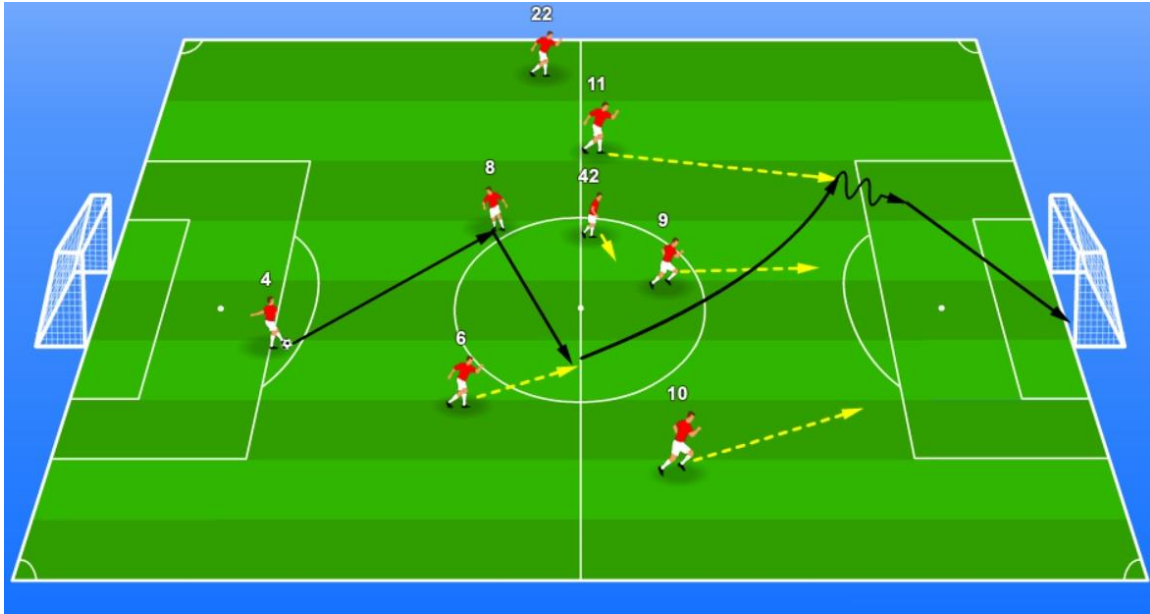
Rezultat FC BAYERN MÜNCHEN : 1. FC UNION BRLIN 1 : 0 (1 : 0)

#### **5.4.2 POVZETEK TEKME**

Značilnost igre FC BM temelji na ohranitvi žoge v posesti, kar je razvidno iz statističnih podatkov. Žogo so imeli v posesti 72 % igralnega časa. V tekmi so izvedli 747 podaj, njihova uspešnost je bila kar 92 %. Taktična postavitev v fazi obrambe je pred kazenskim prostorom nasprotne ekipe. S tem so seveda lahko izvajali visok pritisk na nasprotnika in tako naredili hiter prehod po izgubljeni žogi, da so pridobili žogo takoj nazaj. V igri s kratkimi podajami v globino so poizkušali iskati medprostore med linijami nasprotnika in tako kar najhitreje priti v zadnjo napadalno tretjino igrišča in nato do zaključka. V tej tekmi so imeli 22 strelav na vrata, od tega so bili 10 v okvir. 14 strelav je bilo izvedenih znotraj 16-metrskega prostora, 8 pa zunaj. Zaradi zgoščene postavitve nasprotnika v sredini so veliko poizkušali z igro na krilnih položajih. V tekmi ni bilo velike razlike v igri v napadu po desni ali levi strani. Veliko so spreminjali smer napadanja iz leve na desno in iskali priložnosti igro 1 : 1. Največ sta s preigravanji poizkušala igralca Sane(10) in Coman (11) . Čeprav je FC BM imel premoč, ni uspel realizirati svojih priložnosti in doseči več zadetkov.

### 5.4.3 PREDSTAVITEV SESTAVNIH SITUACIJ

**TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s hitro podajo v globino po tleh med obrambne igralce.** 1. Sestavna situacija: vzeta iz igre /23.35/ – odvzeta žoga v nizki tretjini



Slika 41

2. Sestavna situacija: vzeta iz igre /22.35/ – odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 42

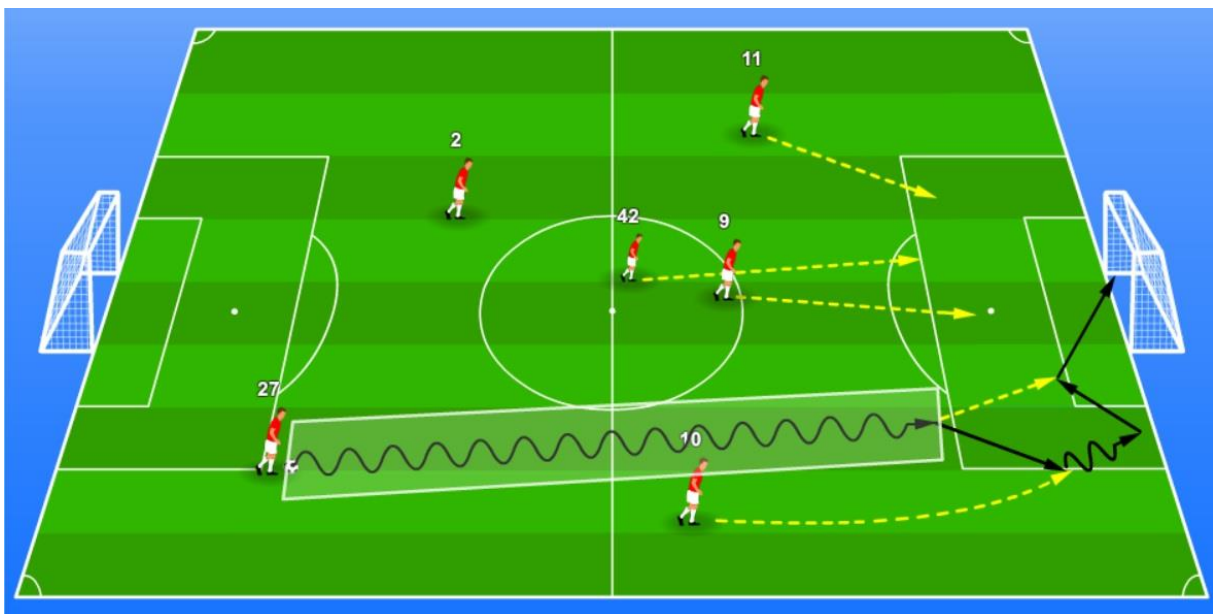
3.Sestavna situacija: : vzeta iz igre /64.24/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 43

**TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s hitrim vodenjem žoge ali preigravanjem v globino.**

4.Sestavna situacija: vzeta iz igre /86.25/ - odvzeta žoga v nizki tretjini



Slika 44



5.Sestavna situacija: vzeta iz igre /47.15/ - odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 45

6.Sestavna situacija: vzeta iz igre /15.38/ - odvzeta žoga v visoki tretjini

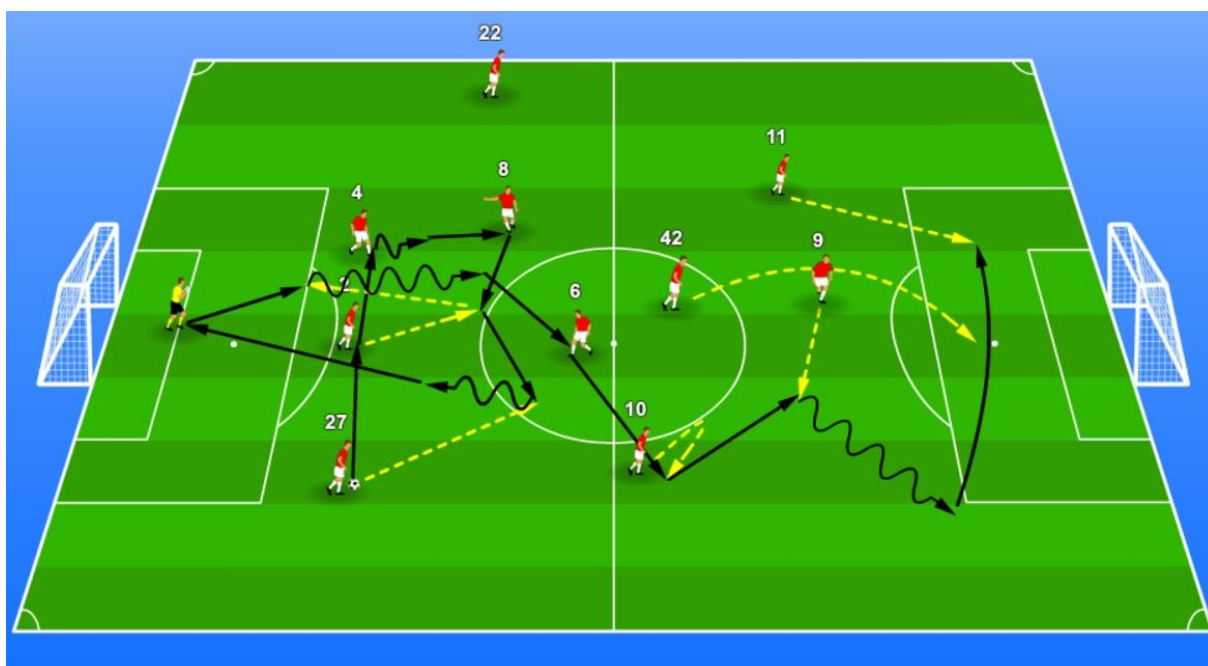


Slika 46



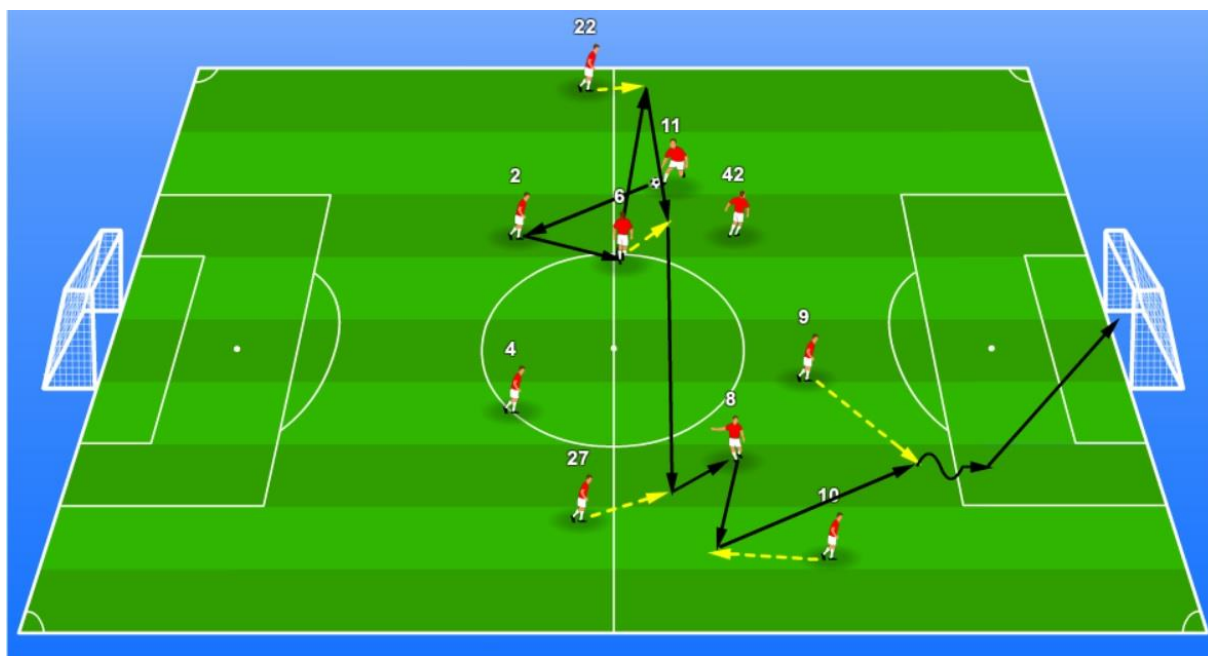
## TAKTIČEN PRINCIP - Prehod v napad s kontinuiranim napadom

7.Sestavna situacija: vzeta iz igre /18.30/ - odvzeta žoga v nizki tretjini



Slika 47

8.Sestavna situacija: vzeta iz igre /36.45/ - odvzeta žoga v srednji tretjini



Slika 48

9.Sestavna situacija: vzeta iz igre /83.35/ - odvzeta žoga v visoki tretjini



Slika 49

## **6 PRIMERJAVA ZNAČILNIH SESTAVNIH SITUACIJ MED TEKMI - TAKTIČNI PRINCIPI, KI SE POJAVLJAJO V IGRI PRI PREHODU V NAPAD PO ODVZETI ŽOGI V NIZKI, SREDNJI IN VISOKI TRETJINI**

Z analiziranjem štirih tekem FC BM bomo izbrali sestavne situacije, po odvzemu žoge v nizki, srednji in visoki tretjini. Odvzem žoge pomeni trenutek transformacije in reakcija ekipe FC BM v fazo napada in izbira načina prehoda v napad. Na osnovi sestavnih situacijah je mogoče soditi o taktičnih principih, ki jih srečamo v igri FC BM pri prehodu in pripravi ter zaključku napada.

### **6.1. TAKTIČEN PRINCIP - PREHOD V NAPAD S HITRO PODOJOM V GLOBINO PO TLEH MED OBRAMBNE IGRALCE**

Pri prehodu v napad z hitro podajo v globino ali z dvojno podajo po tleh med obrambne igralce, sem z analizo tekem prišel do ugotovitve da ekipa FC BM najpogosteje rešuje situacije na dva načina:

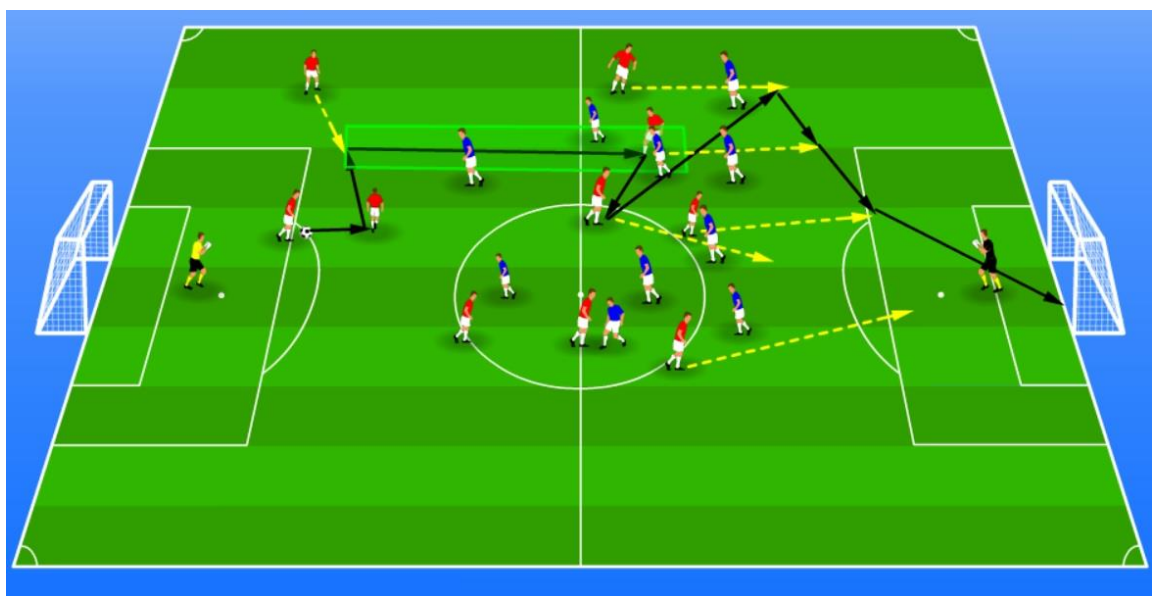
- 1. Princip širine - krilni branilci in vezni igralci so postavljeni široko**
- 2. Princip globine - krilni napadalci in srednji napadalec so postavljeni visoko**

**Situacija 1: Princip širine:** pri prehodu iz nizke tretjine sta levi in desni branilec postavljena široko podaja branilca v medprostor veznemu igralcu, ki nadaljuje s podajo krilnemu napadalcu, ter ima možnost podaje med igralce zadnje linije.



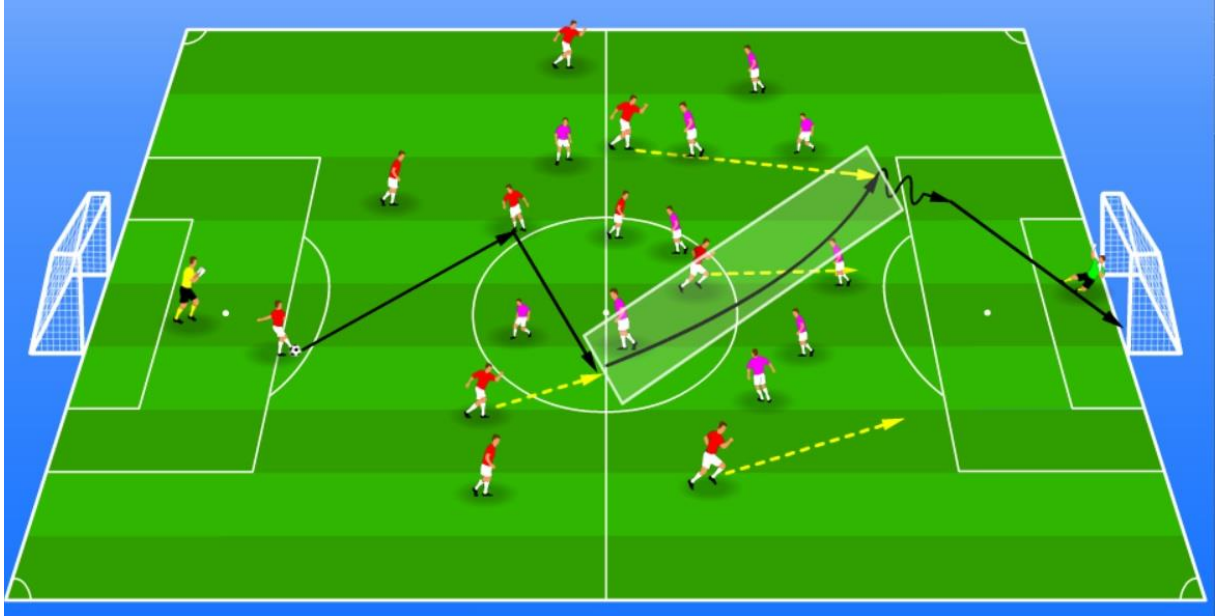
Slika 50

**Situacija 2: Princip globine** podaja branilca v medprostor veznemu igralcu ter sodelovanje s sprednjim veznim igralcem, ki nadaljuje s podajo krilnemu napadalcu.



Slika 51

**Situacija 3: Princip širine in globine** podaja branilca v medprostor veznemu igralcu, ter sodelovanje z desnim zadnjim veznim igralcem, ki nadaljuje s podajo prek zadnje obrambne linije.



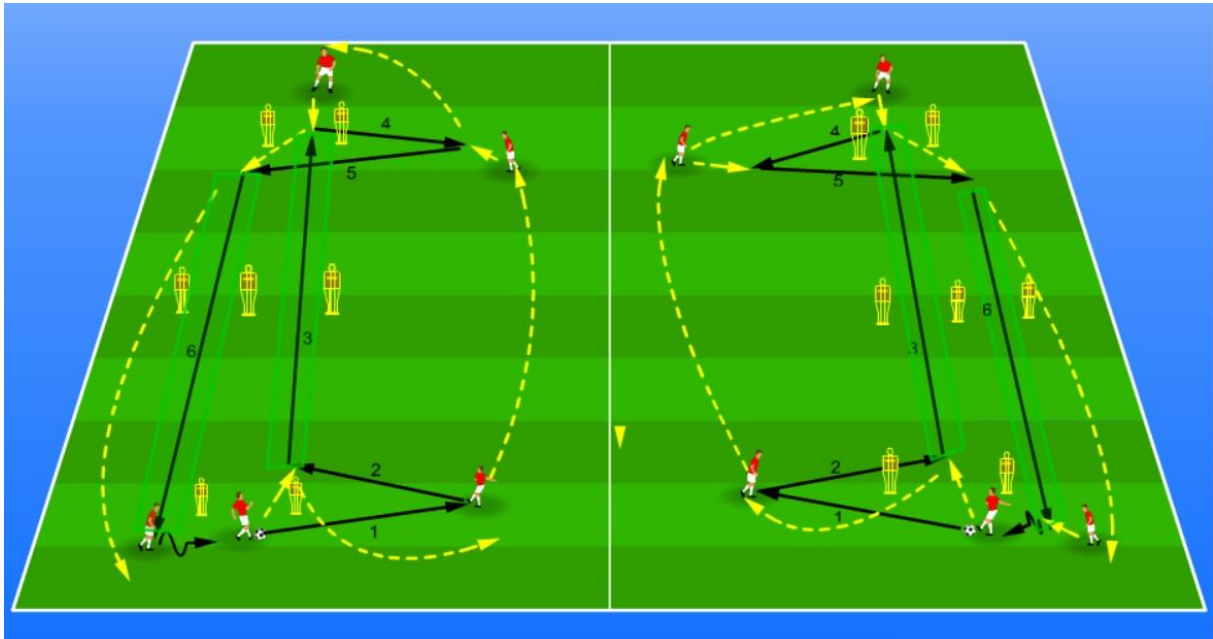
Slika 52

## 6.1.1 IZBIRA VAJ

### 6.1.1.1. VAJE ZA RAZVOJ DINAMIČNE TEHNIKE

**Dinamična tehnika** predstavlja vadbo elementov tehnike v hitrem gibanju. Gre za urjenje ali razvoj ponavljajočih se elementov univerzalne tehnike, ki so osnova igre in niso direktno vezani na posamezna igralna mesta. So taktično tehnične vaje, ki so lahko vzete iz igre na osnovi analize igre ali lastne ideje o igri. Z vajami za razvoj dinamične tehnike bomo poizkušali prikazati odkrivanje in podaje v medprostor ter podaje med dva nasprotna igralca. Vaje potekajo na manjšem prostoru, kjer igralci menjavajo mesta s čimer dosežemo veliko število ponovitev in razumevanje situacije vseh igralcev. Igralci niso vezani na igralna mesta. Vaje dinamične tehnike bi uvrstil v uvodni del glavnega dela v trajanju od 5 do 10min.

**Vaja 1:** dinamična tehnika s poudarkom na dvojni podaji in podajo v globino ter odkrivanje v medprostor



Slika 53

## Cilj

Vaditi elemente univerzalne tehnike (povratna podaja, dvojna podaja, sprejemanje in oddajanje žoge), s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah.

## Opis

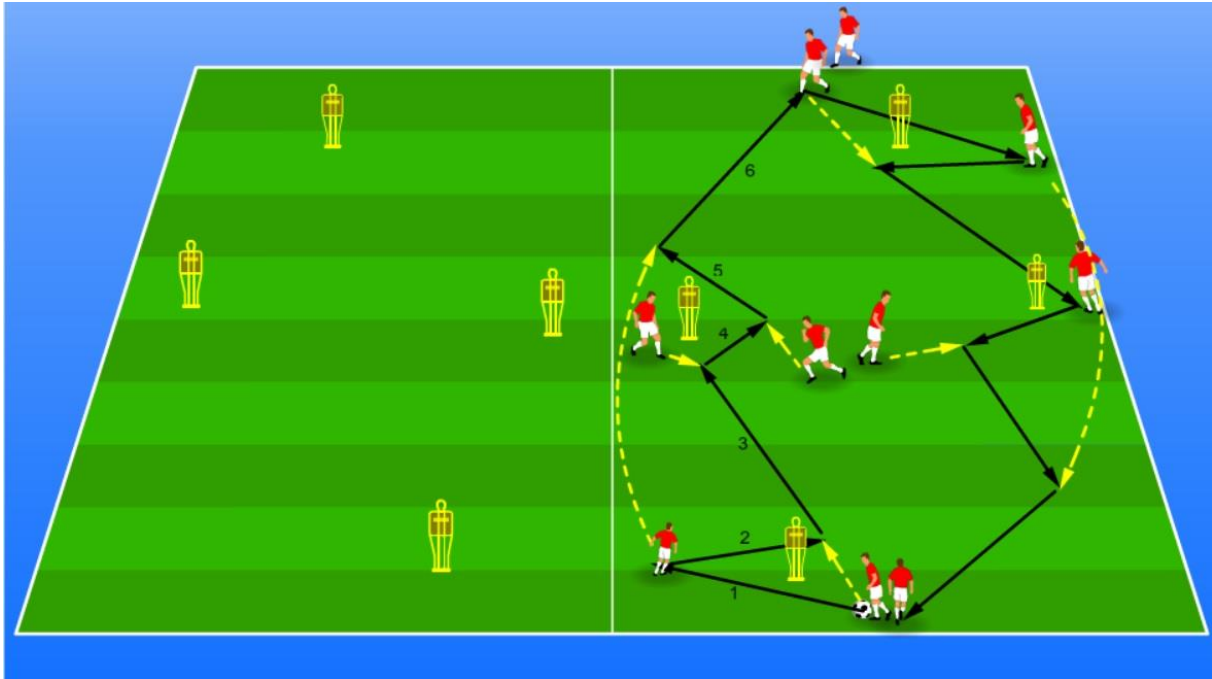
Razdalje med igralci so od 10-12 metrov. Vajo izvaja 5 igralcev, prične jo igralec z žogo z dvojno podajo med figurami z igralcem na desni strani. Po dvojni podaji sledi globinska podaja na tretjega igralca, ki je pred tem izvedel pravočasno vtekanje in po sprejeti žogi odigra dvojno podajo z igralcem, ki je pritekel iz nasprotne strani. Vaja se nadaljuje v drugo smer igralci pa menjajo mesta tako da se po podani žogi premikajo za eno mesto naprej v smeri podane žoge. Na ta način krožijo.

## Trenerjevi poudarki

- Močne podaje.
- Pravočasno odkrivanje in vtekanje.

- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Natančnost podaje in sodelovanje med igralci.

**Vaja 2:** dinamična tehnika s poudarkom podaje v globino in odkrivanje v medprostor



Slika 54

### Cilj

Vaditi elemente univerzalne tehnike (povratna podaja, dvojna podaja, sprejemanje in oddajanje žoge), s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah.

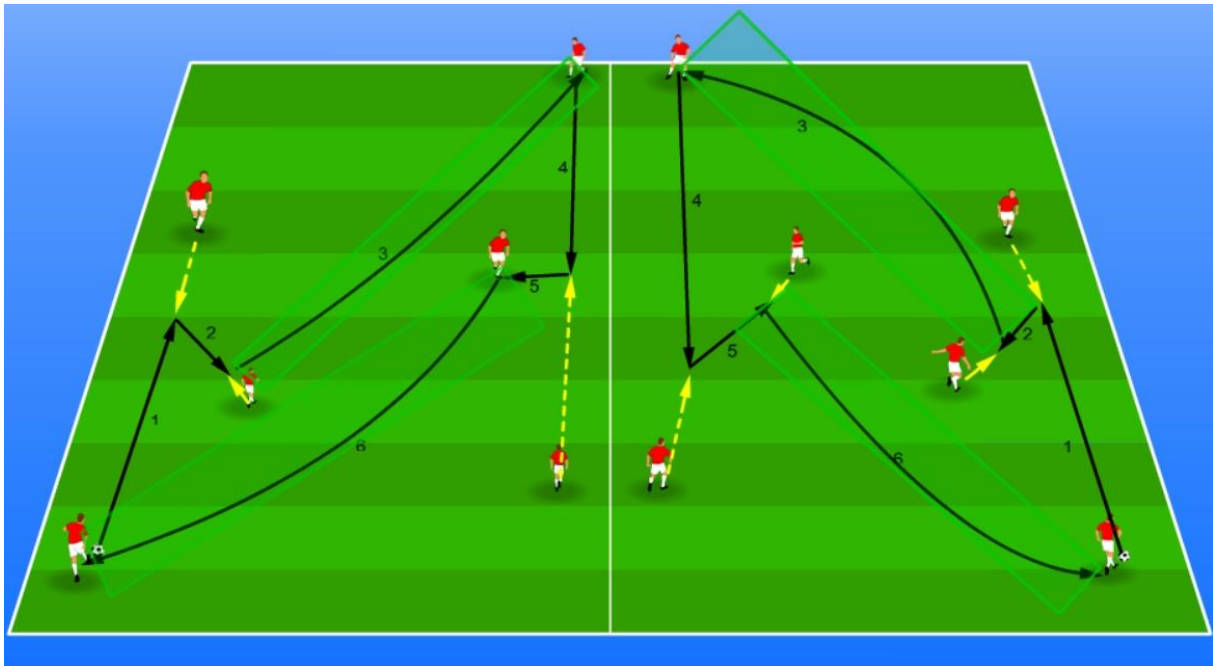
### Opis

Razdalje med igralci so od 10-12 metrov. Vajo izvaja 10 igralcev, prične jo igralec z žogo z dvojno podajo med figurami z igralcem na levi strani. Po dvojni podaji sledi globinska podaja na tretjega igralca, ki je pred tem izvedel pravočasno vtekanje in po sprejeti žogi odigra na igralca, ki se ponuja v sredini ter odigra na drugega igralca, ki je stekel v globino in odigral na nasprotno stran. Vaja se nadaljuje v drugo smer, igralci menjajo mesta tako da se po podani žogi premikajo za eno mesto naprej v smeri podane žoge. Na ta način krožijo.

### Trenerjevi poudarki

- Močne podaje, pravočasno odkrivanje in vtekanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje, natančnost podaje in sodelovanje med igralci.

### Vaja 3: dinamična tehnika s poudarkom na povratni podaji in dolga podaja v globino



Slika 55

### Cilj

Vaditi elemente univerzalne tehnike (povratna podaja, dvojna podaja, dolga podaja, sprejemanje in oddajanje žoge), s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah

### Opis

Razdalje med igralci so 12- 40 metrov. Vajo prične igralec z žogo, ki poda igralcu pred seboj v globino, ta po predhodnem odkrivanju odigra povratno podajo. Po povratni podaji sledi dolga podaja na tretjega igralca, ki je pred tem izvedel pravočasno odkrivanje. Le-ta žogo sprejme in ponovno prične isti postopek iz druge strani.



## Trenerjevi poudarki

- Močne podaje.
- Pravočasno odkrivanje in vtekanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Natančnost podaje.
- Sodelovanje med igralci.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Usklajeno odkrivanje vseh igralcev.

### 6.1.1.2 VAJE ZA RAZVOJ SITUACIJSKE TEHNIKE

Z vajami situacijske tehnike vadimo določene principe v igri, ki so že specifični za igralno mesto in del igrišča v katerem se izvajajo, vendar jih vadimo (manjši prostor) na krajših razdaljah, saj s tem dobimo večje število ponovitev.. Vaje situacijske tehnike bi uvrstil v uvodni del glavnega dela in bi jo izvajal od 5 do 10 min. Z vajami situacijske tehnike vadimo tehnične elemente, ki pogojujejo kvaliteto izvedbe taktičnih principov v igri. Za zaključek akcije lahko postavimo velika vrata z vratarjem ali mala vrata, kamor igralci ciljajo zadnjo podajo. Pri vaji uporabljamo tudi figure.

**Vaja 1:** podaja vratarja, sledi podaja v globino in odkrivanje v medprostor



Slika 56

## **Cilj**

Podaja v globino v medprostor med figure. Vadimo tehnične elemente obenem pa že podajamo igralcem informacije o določenih principih, ki jih bodo vadili in ki jih bomo zahtevali v igri. Diagonalno odkrivanje in s tem odpiranje prostora za podajo v globino, sam (obrat proti vratom), hrbet (povratna podaja), nadaljevanje gibanja po podaji ali po odkrivanju, gibanje soigralca in nasprotnika te usmerja kam se boš odkril in kakšno odločitev boš izbral.

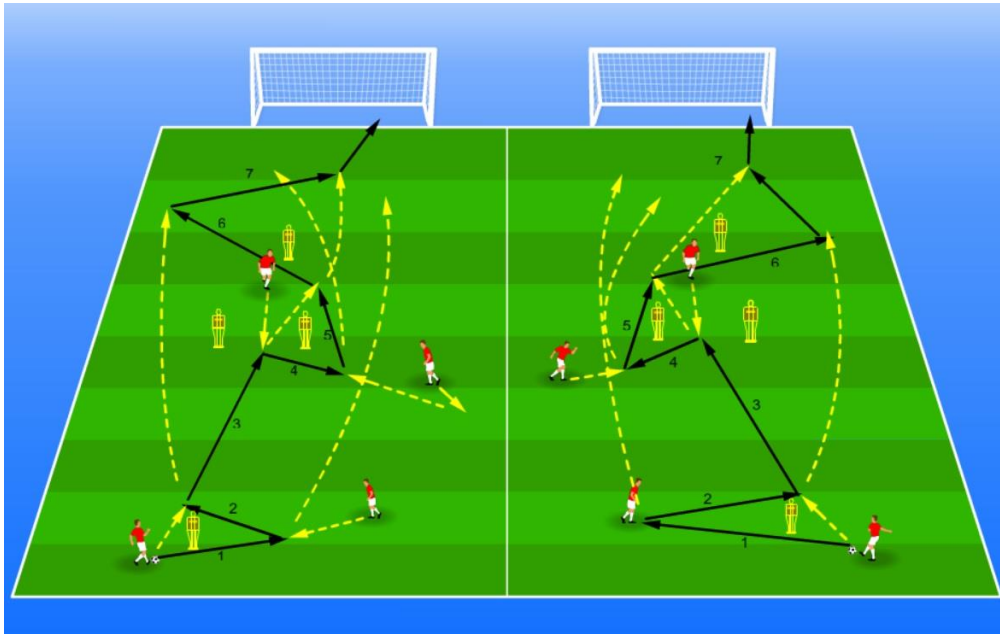
## **Opis**

Razdalje med igralci so 8-10 metrov. Igralci rdeče barve izvajajo vertikalno menjavo. Vrtar odigra na desnega branilca, v tem trenutku se zadnji vezni igralec odkriva z gibanjem proti žogi tako kot prikazuje slika in odigra povratno podajo. Srednji zvezni igralec vteka v izpraznjen prostor, kamor sledi podaja in zaključek s strelom ali podaja vratarju. Igralci vijola barve pa izvajajo horizontalno menjavo. Vrtar odigra na desnega branilca, v tem trenutku pride menjave mest med zadnjima veznima igralcema. Sledi podaja na desno stran veznemu igralcu, ki odigra v globino na srednjega veznega igralca, ki se ponuja in z gibanjem proti žogi in nato odigra na veznega igralca tako kot prikazuje slika. Sledi zaključek ali podaja vratarju.

## **Trenerjevi poudarki**

- Močne in natančne podaje.
- Pravočasno odkrivanje iz globine in vtekanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje, ter podaje z enim dotikom.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje iz širine proti sredini in usklajeno odkrivanje vseh igralcev.

## Vaja 2: dvojna podaja in podaja v globino in odkrivanje v medprostoru in vtekanje



Slika 57

### Cilj

Vaditi elemente univerzalne tehnike (povratna podaja, dvojna podaja, dolga podaja, sprejemanje in oddajanje žoge), s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah.

### Opis

Igralci so razporejeni v polju 35 x 45 metrov. Z vajo pričnejo istočasno na desni in levi strani. Igralec z žogo odigra dvojno podajo med figuro in sledi podaja v globino na tretjega igralca, ki je pred tem izvedel pravočasno odkrivanje. Sledi ponovno dvojna podaja z igralcem na sredini in podaja na desno oziroma levo stran kamor je vtekel igralec ki je začel vajo. Igralci se vključujejo v zaključek akcije z natančnim strelom na vrata.

### Trenerjevi poudarki

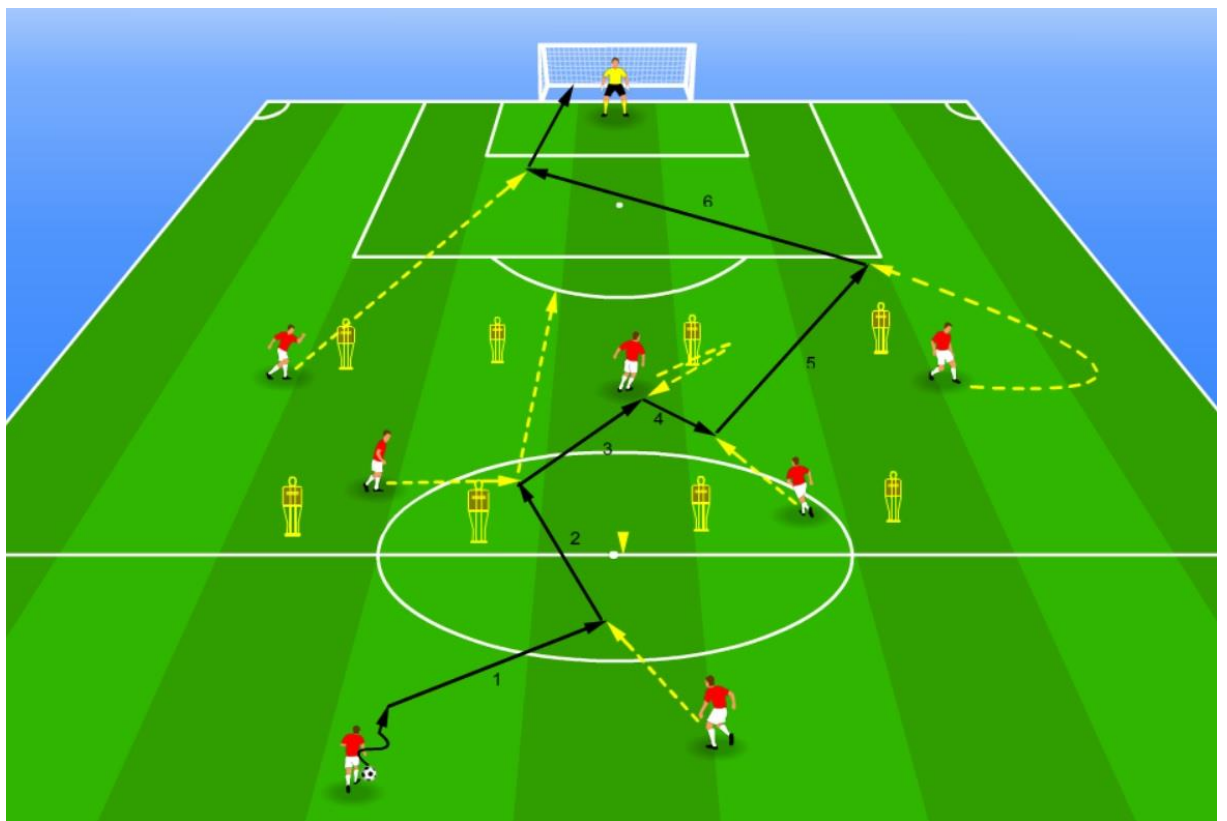
- Močne in natančne podaje.
- Pravočasno odkrivanje iz globine in vtekanje, odkrivanje iz širine proti sredini.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne, dvojne in podaje z enim dotikom.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.

### 6.1.1.3. IGRALNE SITUACIJE

So taktično tehnične vaje, ki so lahko vzete iz igre na osnovi analize igre ali lastne ideje o igri. Večji poudarek je na taktiki, na skupni ideji oz. sodelovanju igralcev po igralnih mestih na večjem prostoru, kjer so razdalje podobne kot na tekmi. V vajah bomo uporabili osem figur, ki so postavljene v dveh linijah po štiri. Igralce bomo postavili po igralnih mestih in sicer 2-2-3 (2 srednja branilca, 2 zadnja vezna igralca ter trije napadalci – srednji napadalec ter levi in desni krilni napadalec). Igralci so vezani na igralna mesta. Gre za razvoj skupne ideje v igri.

#### Vaja 1:

Igralna situacija 7:0 (Postavitev 2 + 2+ 3)– podaja branilca v medprostor veznemu igralcu in podaja srednjemu napadalcu, ki odigra z desnemu krilnemu napadalcu, ki vteka v prostor in prehod v zaključek.



Slika 58

#### Cilj

Podaja srednjega branilca v medprostor veznemu igralcu. V vaji 1 želimo doseči, hitro in natančno podajo branilca v medprostor veznemu igralcu, ki bo prepoznal situacijo za podajo žoge v globino, kamor vteka krilni napadalec.

## Opis

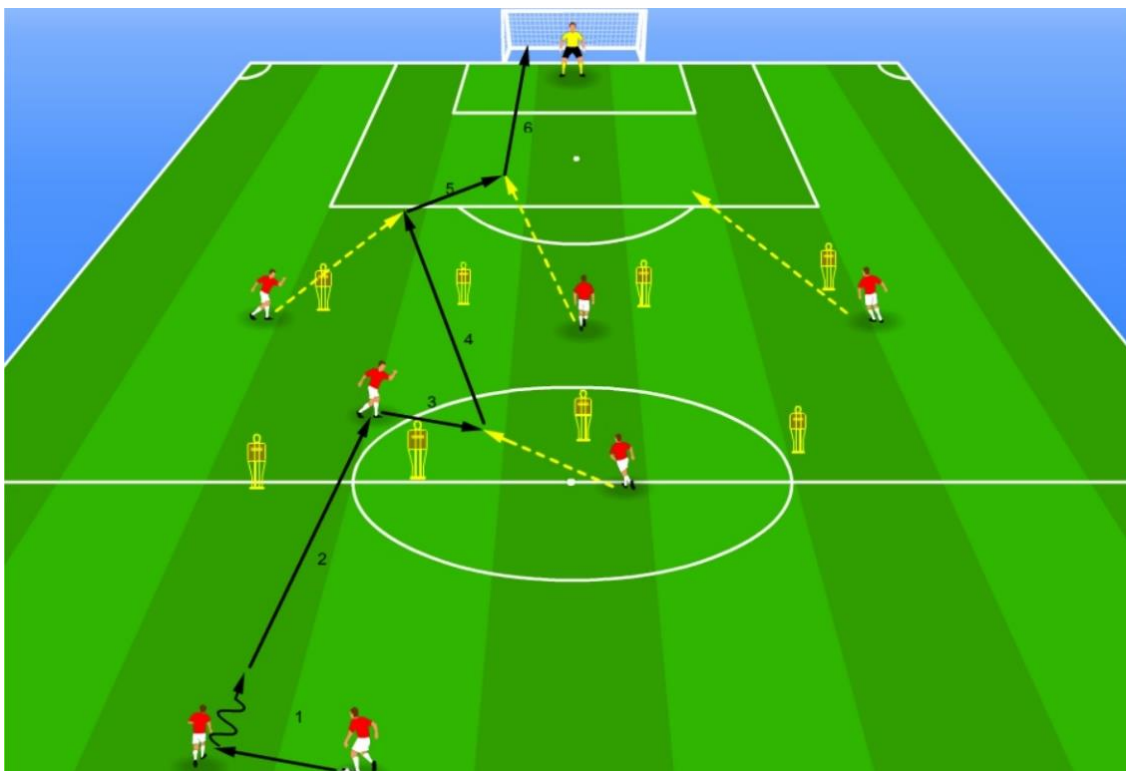
Globinska podaja srednjega desnega branilca v medprostor levemu zadnjemu veznemu igralcu, sledi globinska podaja do srednjega napadalca, ki se je odkril iz globine in odigra povratno podajo na desnega zadnjega veznega igralca, ki nadaljuje akcijo s podajo med igralce zadnje linije vtekajočemu krilnemu napadalcu, ta poda vtekajočemu napadalcu na levi strani, ki zaključi akcijo z udarcem na vrata.

## Trenerjevi poudarki

- Močne in natančne podaje ter sodelovanje med igralci.
- Sprejem žoge srednjega branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje zadnjega veznega igralca in srednjega napadalca.
- Pravočasno odkrivanje krilnega napadalca iz širine v medprostor za vtekanje.

### VAJA 2:

Igralna situacija 7:0 (Postavitev 2 + 2+ 3) – podaja branilca v medprostor veznemu igralcu, sledi povratna podaja na desnega veznega igralca in podaja krilnemu napadalcu, ki odigra s srednjemu napadalcu in prehod v zaključek.



Cilj

Slika 59

Hitra podaja srednjega branilca v medprostor levemu veznemu igralcu, sledi povratna podaja na desnega veznega igralca in podaja med igralce zadnje obrambne linije krilnemu napadalcu. Pomembna je pravočasna podaja.

### **Opis**

Po globinski podaji branilca na levega zadnjega veznega igralca, ta odigra povratno podajo na desnega zadnjega veznega igralca. Sledi podaja v medprostor na levo stran krilnemu napadalcu, odigra v sredino vtekajočemu srednjemu napadalcu, ki zaključi akcijo z udarcem na vrata.

### **Trenerjevi poudarki**

- Močne podaje in natančne podaje.
- Sprejem žoge srednjega branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje zadnjega veznega igralca in srednjega napadalca.
- Pravočasno odkrivanje krilnega napadalca iz širine v medprostor za vtekanje.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitve telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Pravilna postavitve telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Sodelovanje med igralci.

#### **6.1.1.4 IGRALNE OBLIKE**

Najbolj učinkovita sredstva za učenje prehoda iz obrambe v napad so igralne oblike. Zato bom v izbiri vaj za sestavo treninga dal poseben poudarek na igralnih oblikah. Igralne oblike bi umestil v glavni del treninga. Izvajajo se v manjših prostorih, z manjšim številom nogometašev. Naloge so prilagodljive s pravili glede na zastavljene cilje, ki jih želimo doseči. Poleg osnovne ideje za igro je cilj igralnih oblik tudi vadba prehodov po pridobljeni oziroma izgubljeni žogi. Skupno idejo za igro s podajo in odkrivanjem v medprostore ter podajo za hrbet nasprotni obrambi bomo vadili v pogojih igre (aktiven nasprotnik). Ustrezno lahko spreminjamo pravila.



## Trenerjevi poudarki

- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora. Pravočasno odkrivanje nevtralnih igralcev v sredini, imata samo en dotik.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje, ter igra z maksimalno dvema dotikoma.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

## Vaja 2: Igra v postavitvi 1+ 3:3+1 + 3:3+1 s srednjim prostorom



Slika 61

## Cilj

Globinska podaja skozi srednji prostor na nasprotno stran in odigrana žoga na prostega igralca. Hitri prenosi iz ene na drugo stran.

## Opis

Igralno polje velikosti 40 x 35 metrov s srednjim prostorom širine 5 metrov. Igralna oblika za posest in prehod iz napada v obrambo in obratno. V igri 1+ 3 : 3 + 1 + 3 : 3+1 poizkušajo rdeči igralci narediti 3 podaje in odigrati med figure v srednji prostor, kjer se odkriva prosti igralec.

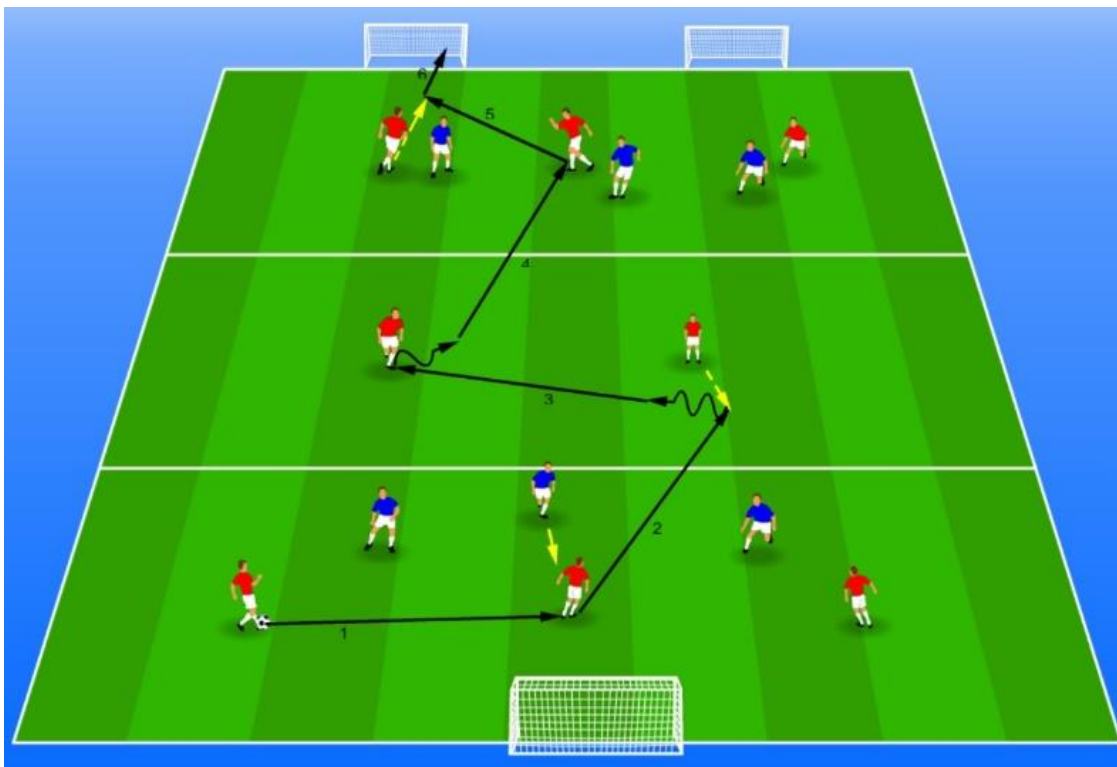


Le ta kar se da hitro odigra na drugo stran do napadalcev, nadaljujejo z igro 3 podaje in podaja na prostega igralca. Prosta igralca na liniji imata en dotik, srednji dva dotika. Po določenem času ali številu odigranih akcij ekipi zamenjata vlogi. V tej igralni obliki vadimo hitre prehode po pridobljeni oziroma izgubljeni posesti žoge – menjava vlog (iz napada v obrambo in obratno).

### Trenerjevi poudarki

- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje nevtralnega igralca v sredini, ima dva dotika.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Močne, natančne podaje in igra z maksimalno dvema dotikoma.

**Vaja 3:** Igra v postavitvi 3:3+2 + 3:3 s srednjim prostorom na tri mala vrata



Slika 62

## **Cilj**

Globinska podaja skozi srednji prostor na nasprotno stran. Hitri prenosi iz ene na drugo stran. Cilj je odkrivanje in sprejem žoge v napadalnem prostoru.

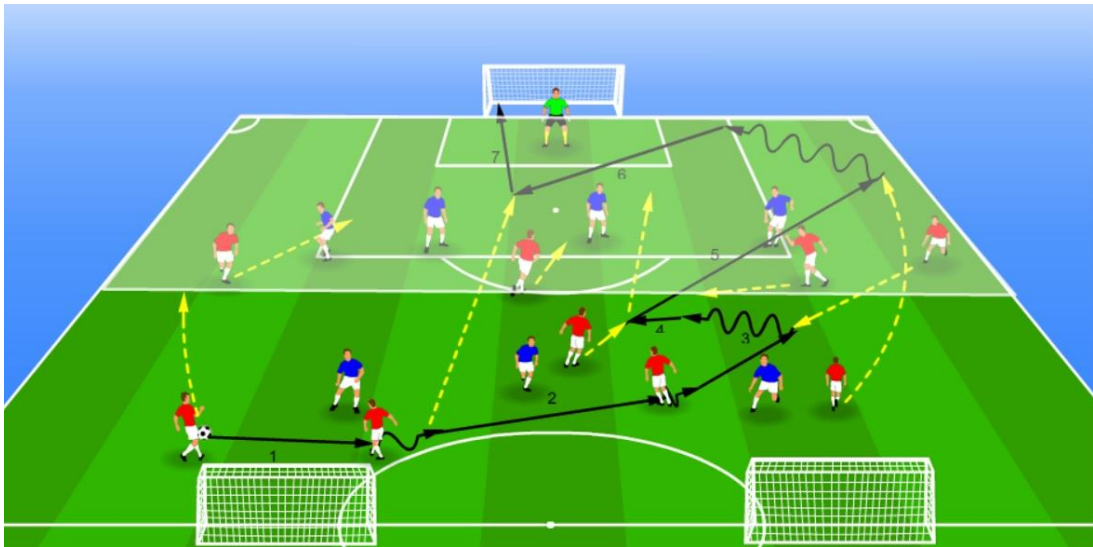
## **Opis**

Igralno polje v prostoru velikosti širine 16 x 45 m s srednjim prostorom širine 5 metrov. V igri 3 : 3 + 2 + 3 : 3 poizkušajo rdeči igralci v prvem polju, ki igrajo z dvema dotikoma in 4 podajami, odigrati v srednji prostor, kjer se odkrivata in ponujata prosta igralca, ki imata en dotik in izvedeta z 2 podajama hiter prenos žoge na drugo stran do napadalcev, kjer v igri 3:3 s 4 podajami poizkušajo doseči zadetek na dvoje majhnih vrat ali ena vrata na drugi strani. Če modri osvojijo žogo, zamenjajo vloge, so napadalci in si pomagajo z prostima igralcema v srednjem prostoru. V tej igralni obliki vadimo hitre prehode po pridobljeni oziroma izgubljeni posesti žoge – menjava vlog (iz napada v obrambo in obratno).

## **Trenerjevi poudarki**

- Močne in natančne podaje.
- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje nevtralnih igralcev v sredini.
- Pravočasno odkrivanje napadalcev na drugi strani v medprostore.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Nevtralna igralca imata samo en dotik.
- Igra z maksimalno dvema dotikoma, sodelovanje med igralci.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

#### Vaja 4: Igra V + 7 : 9 na troje vrat



Slika 63

#### Cilj

V vaji želimo doseči, hitro in natančno podajo branilca v medprostor veznemu igralcu, ki bo prepoznal situacijo za podajo žoge v globino, kamor vteka krilni branilec.

#### Opis

Igralna oblika V + 7 : 9 na troje vrat na 1/2 igrišča. V fazi obrambe so pred svojimi vrati ekipi zelo aktivne in ne dovolijo nasprotni ekipi da doseže zadetek. Faza obrambe na nasprotnikovi polovici je pasivna, samo zapirajo prostor, vendar ne vzamejo žoge. Rdeči igralci odigrajo z natančno podajo branilca v medprostor krilnemu napadalcu, ki odigra zadnjemu veznemu igralcu, ta prepozna vtekanje krilnega branilca, sledi predložek pred vrata kamor vtekajo soigralci. Cilj je odkrivanje v medprostoru med obrambnimi igralci in sprejem žoge v napadalnem prostoru.

#### Trenerjevi poudarki

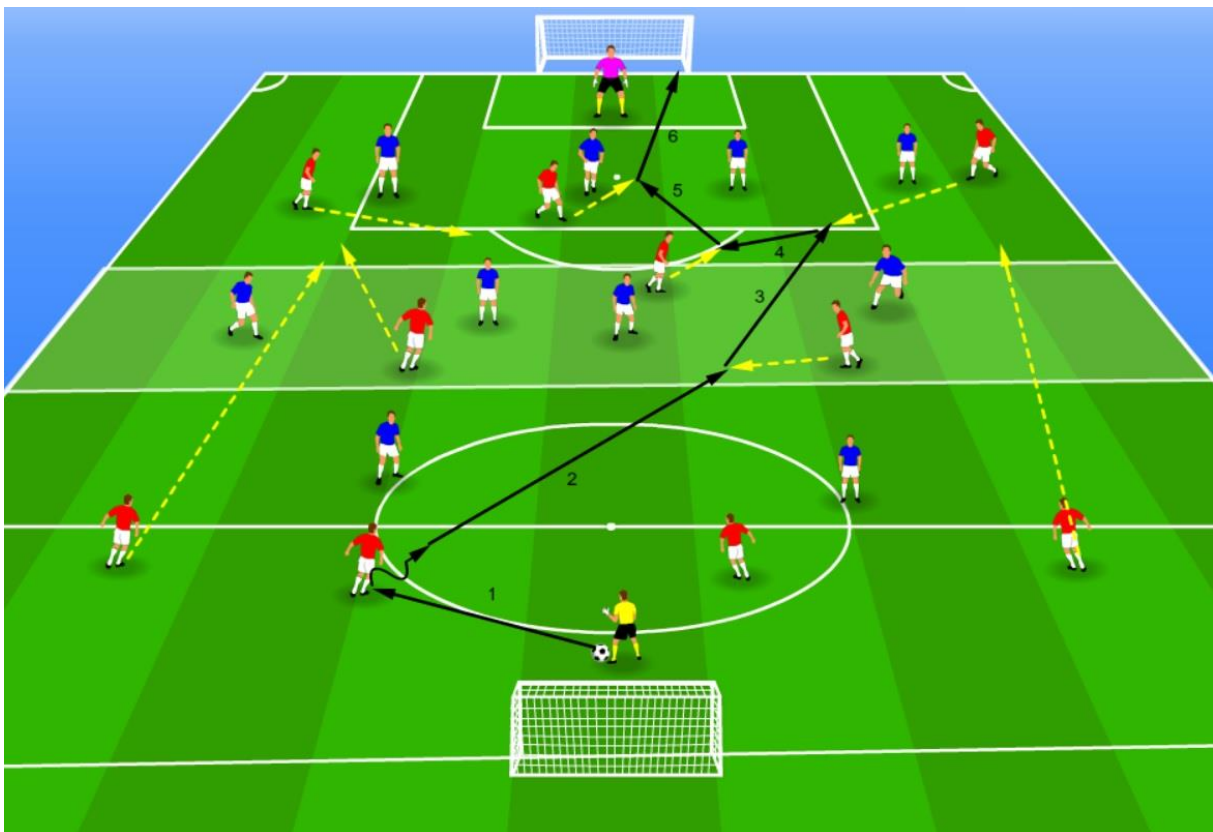
- Močne in natančne podaj.
- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje igralcev v sredini.
- Pravočasno odkrivanje napadalcev na drugi strani v medprostore.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.

- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Igra z maksimalno dvema dotikoma.
- Sodelovanje med igralci.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.
- Agresiven pristop v fazi obrambe na svoji polovici.

#### 6.1.1.5. MOŠTVENA IGRA

Pri teh vajah gre za razvoj moštvene taktike, kjer lahko uporabimo celotno moštvo ali manjše število igralcev na zmanjšanem igrišču. V vajah poizkušamo prilagajati pravila tako, da nam čim večkrat omogočajo doseči zastavljen cilj. Za lažje doseganje ciljev bomo igrišče razdelili na različne cone. V moštvenih igrah vadimo tudi hitre prehode po izgubljeni oziroma pridobljeni žogi.

#### Vaja 1: Igra 11 : 11 v treh conah



Slika 64

## **Cilj**

Odkrivanje v medprostore in prenos igre v globino v napadalno cono za zaključek, vključevanje igralcev v zaključek iz prve in druge cone.

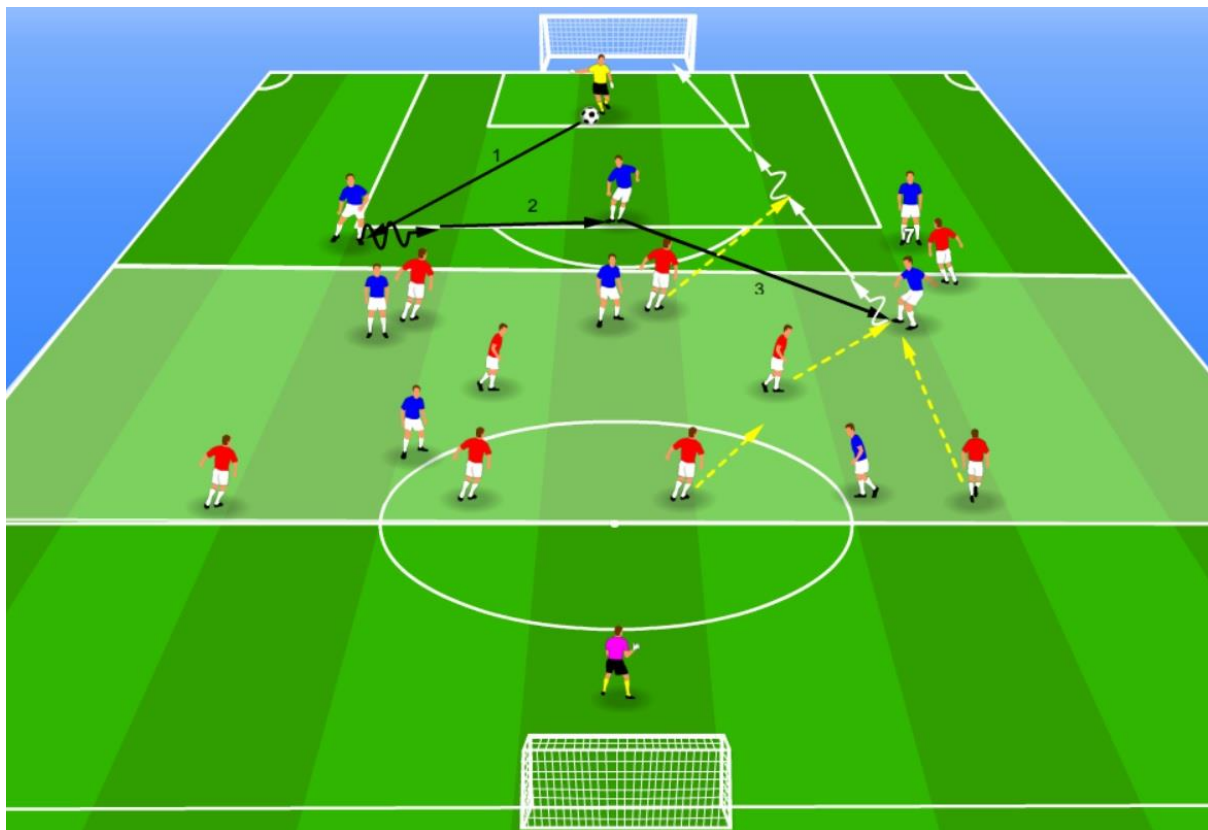
## **Opis**

Na 2/3 igrišča poteka igra 11 : 11 v treh conah. V začetku vaje v prvi coni poteka igra 4 : 2, v drugi coni igra 3 : 4 ter v tretji coni igra 3 : 4. Z igro prične vratar. Ko napadalno moštvo (rdeči) žogo odigrajo v drugo cono, se vključita krilna branilca v drugo cono. Ko je enkrat žoga v tretji coni, ni več omejitev za gibanje igralcev. V kolikor obrambno moštvo (modri) odvzame žogo, poizkuša čim hitreje doseči zadetek. Vadimo hitre prehode po izgubljeni oziroma pridobljeni žogi in vključevanje igralcev.

## **Trenerjevi poudarki**

- Močne in natančne podaje.
- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje napadalcev na drugi strani v medprostore.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge podaje z enim dotikom.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.
- Pravočasno vključevanje igralcev v napad v drugo in tretjo cono.
- Agresiven pristop v fazi obrambe na svoji polovici.

## Vaja 2: Igra V+9 : 8+V na 2/3 igrišča



Slika 65

### Cilj

Igra v srednji coni, odkrivanje v medprostore in natančne podaje. Odvzem žoge in hitra podaja med obrambne igralce ter pravočasno vtekanje.

### Opis

Na 2/3 igrišča poteka igra V+9 : 8+V. Igrišče je razdeljeno na tri prostore kot prikazuje slika. Z igro 8:9 vedno začnejo modri, ki poskušajo s kontinuiranim napadom na postavljeno obrambo v srednjem prostoru priti do prehoda in zaključka na vrata. Z gibanji in rotacijami posamezni igralci zagotavljajo širino in globino v igri, kar omogoča veliko kombiniranja ter možnosti za uspešen zaključek napada. Modra ekipa ima prosto igro, rdeči pa imajo največ dva dotika. V kolikor jim rdeči odvzamejo žogo, izpeljejo proti napad s hitro podajo med obrambne igralce,

kamor vtekajo napadalci ter hitro zaključijo akcijo. Vadimo hitre prehode po izgubljeni oziroma pridobljeni žogi in vključevanje igralcev, ter z gibanji zagotavljanje širine in globine v igri.

### **Trenerjevi poudarki**

- Močne in natančne podaje.
- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje igralcev v sredini.
- Pravočasno odkrivanje napadalcev na drugi strani v medprostore.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Sodelovanje med igralci.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.
- Pravočasno vključevanje igralcev v napadalno cono.
- Igra skozi sredino do napadalcev.
- Hiter zaključek.

### **6.2 TAKTIČEN PRINCIP - PREHOD V NAPAD S KONTINUIRANIM NAPADOM**

V primeru, če ni možno hitro in sigurno odigrati v globino, igralci BM umirijo igro in odigrajo kontinuiran napad s kroženjem žoge iz leve na desno stran in obratno. Če je potrebno odigrajo tudi nazaj na vratarja in pričenjajo nov napad. Visoka postavitev bočnih igralcev in s tem zagotavljanje širine jim omogoča veliko kombiniranja ter možnosti za uspešen zaključek napada. S praznjenjem prostora na krilnem položaju in v sredini omogočajo vtekanje in podajanje v ta prostor. Z rotacijami posameznih igralcev na igralnih mestih v napadu ohranijo igralni sistem in tudi principe v igri, ki skozi sredino omogočajo podaje v globino.

Pri prehodu v napad s kontinuiranim napadom izvajajo situacije na dva načina:

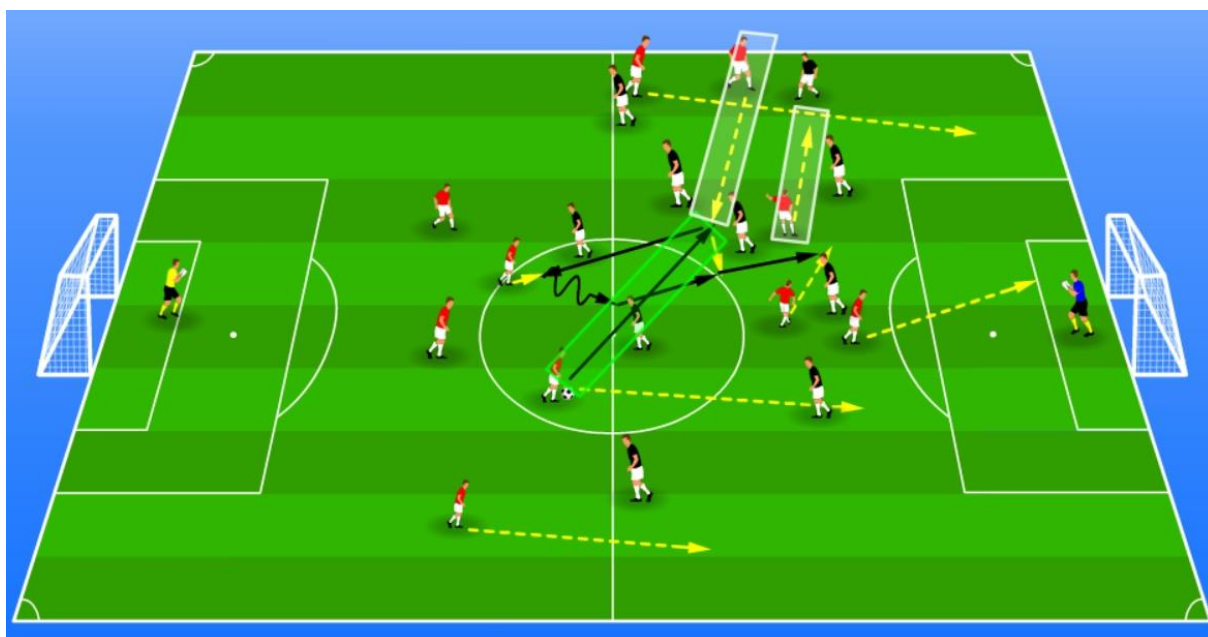
- 1. Princip širine s praznjenjem prostora na krilnem položaju in vtekanjem**
- 2. Princip globine s praznjenjem prostora v sredini in vtekanjem**

**Situacija 1:** Napad skozi sredino, kjer je igralec izpraznil prostor in odigral povratno podajo, v izpraznjen prostor pa vteka drugi igralec in sledi podaja v globino - princip globine.



Slika 66

**Situacija 2:** Napad po krilnem položaju, kjer levi krilni napadalec izprazni prostor kamor vteka krilni bočni branilec in srednji vezni napadalec- princip širine



Slika 67



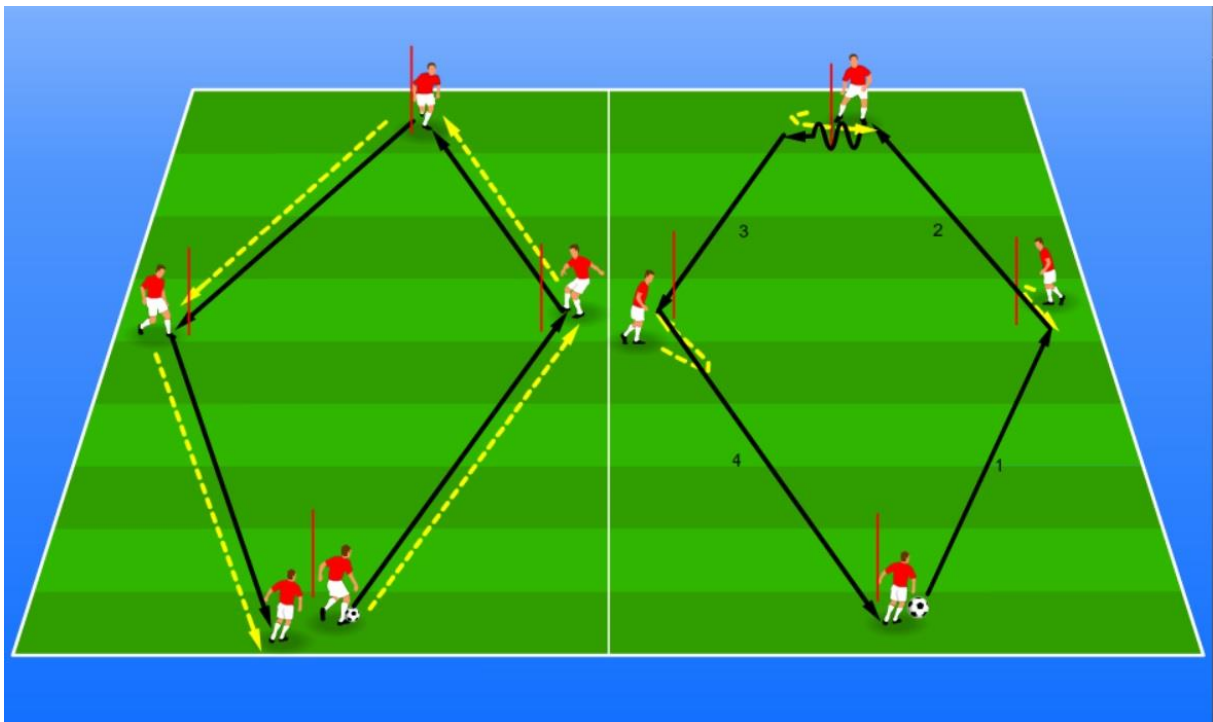
## 6.2.1 IZBIRA VAJ

### 6.2.1.1 VAJE ZA RAZVOJ DINAMIČNE TEHNIKE

**Dinamična tehnika** predstavlja vadbo elementov tehnike v hitrem gibanju. Gre za urjenje ali razvoj ponavljajočih se elementov univerzalne tehnike, ki so osnova igre in niso direktno vezani na posamezna igralna mesta. So taktično tehnične vaje, ki so lahko vzete iz igre na osnovi analize igre ali lastne ideje o igri. Z vajami za razvoj dinamične tehnike bomo poizkušali prikazati odkrivanje in podaje v medprostor ter podaje med dva nasprotna igralca. Vaje potekajo na manjšem prostoru, kjer igralci menjavajo mesta s čimer dosežemo veliko število ponovitev in razumevanje situacije vseh igralcev. Igralci niso vezani na igralna mesta. Vaje dinamične tehnike bi uvrstil v uvodni del glavnega dela v trajanju od 5 do 10min.

**Vaja 1:** dinamična tehnika v kvadratu z menjavo mest

**Vaja 2:** dinamična tehnika v kvadratu



Slika 68

**Vaja 1:**

dinamična tehnika v kvadratu z menjavo mest

**Cilj**

Vaditi elemente univerzalne tehnike (usmerjen sprejem), s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah, kjer bodo imeli aktivnega nasprotnega igralca.

**Opis**

Razdalje med igralci so 6-8 metrov. Vajo prične igralec z žogo. Žogo poda igralcu pred seboj, ki izvede sprejem v smeri soigralca, igralec, ki je odigral ga poskuša ujeti med tem ko izvaja sprejem in podajo. Na ta način želimo skrajšati čas med sprejemom in podajo.

**Vaja 2:**

dinamična tehnika v kvadratu

**Cilj**

Vaditi elemente univerzalne tehnike (usmerjen sprejem), s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah, kjer bodo imeli aktivnega nasprotnega igralca.

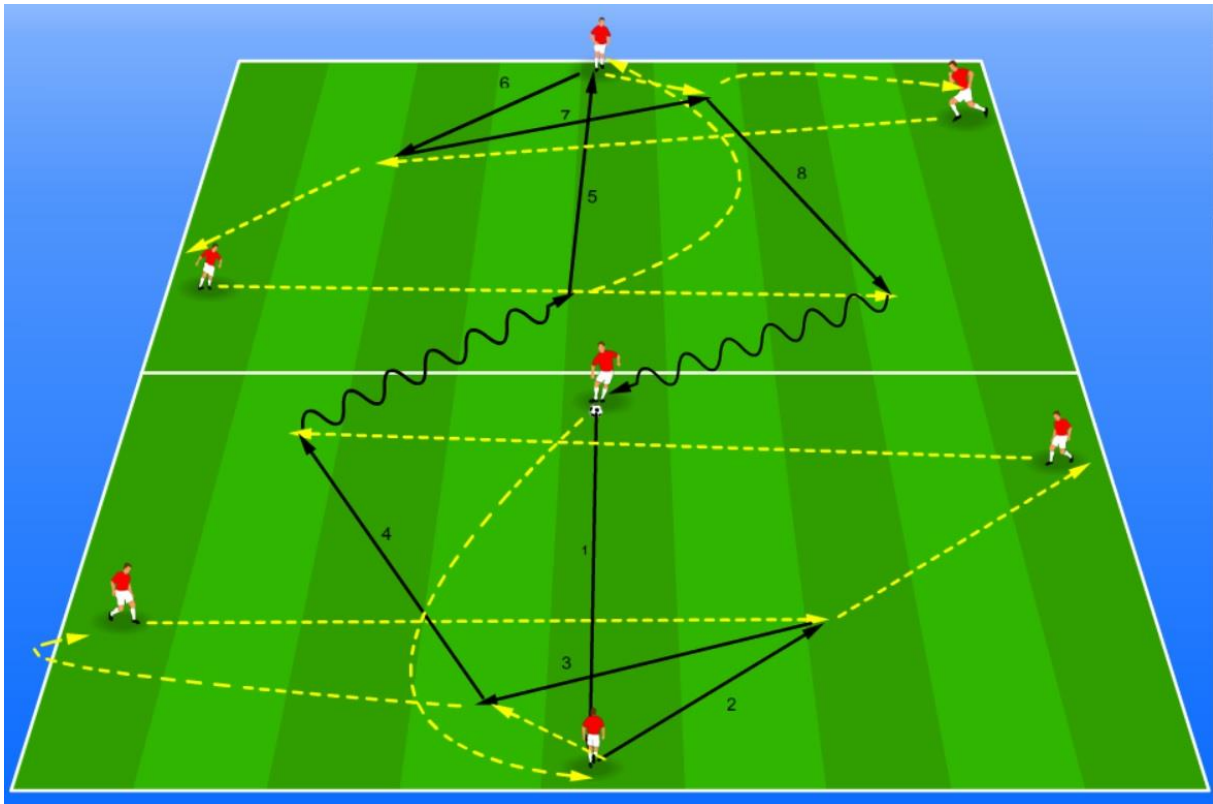
**Opis**

Razdalje med igralci so 6-8 metrov. Vajo prične igralec z žogo. Žogo poda igralcu pred seboj, ki izvede sprejem v smeri soigralca.

**Trenerjevi poudarki**

- Močne podaje.
- Pravočasno odkrivanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča usmerjen sprejem.
- Sodelovanje med igralci (klic).

### Vaja 3: dinamična tehnika z menjavo mest -princip širine



Slika 69

#### Cilj

Vaditi elemente univerzalne tehnike , s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah, kjer bodo imeli aktivnega nasprotnega igralca. Menjava mest in odkrivanje igralcev.

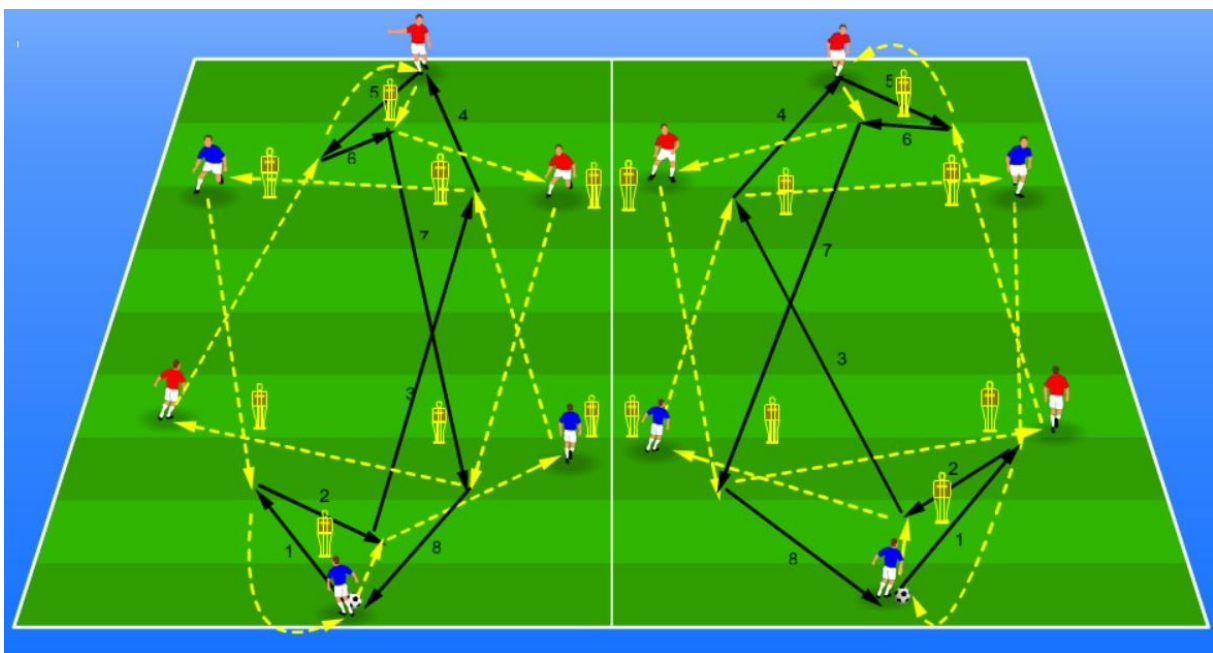
#### Opis

Velikost prostora je 45 x 40 m. Razdalje med igralci so 10-12 metrov. Vajo prične igralec z žogo, ki odigra dvojno podajo z igralcem, ki je menjal mesto iz leve na desno stran. Po odigrani dvojni podaji nadaljuje z gibanje na desno stran, igralec z žogo pa odigra diagonalno podajo na igralca , ki je pritekel iz desne strani. Po usmerjenem sprejemu vodi žogo v globino in odigra na igralca na drugi strani linije, ki ponovno prične vajo. Igralci menjajo mesta v smeri puščic, kot kaže slika.

## Trenerjevi poudarki

- Močne podaje.
- Pravočasno odkrivanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča usmerjen sprejem.
- Sodelovanje med igralci (klic).
- Pravočasno odkrivanje igralca, ki priteče iz leve in desne strani.
- Pravočasno odkrivanje igralca na drugi strani.
- Pomembna je usklajenost med gibanji in podajami .
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom(dvojna podaja).

## Vaja 4 : dinamična tehnika z menjavo mest -princip globine



Slika 70

## Cilj

Vaditi elemente univerzalne tehnike , s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah, kjer bodo imeli aktivnega nasprotnega igralca. Menjava mest in odkrivanje igralcev.

## Opis

Velikost prostora je 45 x 40 m z figurami. V vaji sodeluje najmanj 6 igralcev. Razdalje med

igralci so 10-12 metrov. Vajo prične moder igralec z žogo, med figurami odigra dvojno podajo z modrim igralcem, ki je pritekel iz nasprotne strani na desni strani. Sledi diagonalna podaja v globino modremu igralcu na levi strani, ki je utekel v prostor med figurami in po sprejemu žoge podal rdečemu igralcu na liniji, ki ponovi vajo iz nasprotne strani. Igralci menjajo mesta v smeri puščic, kot kaže slika.

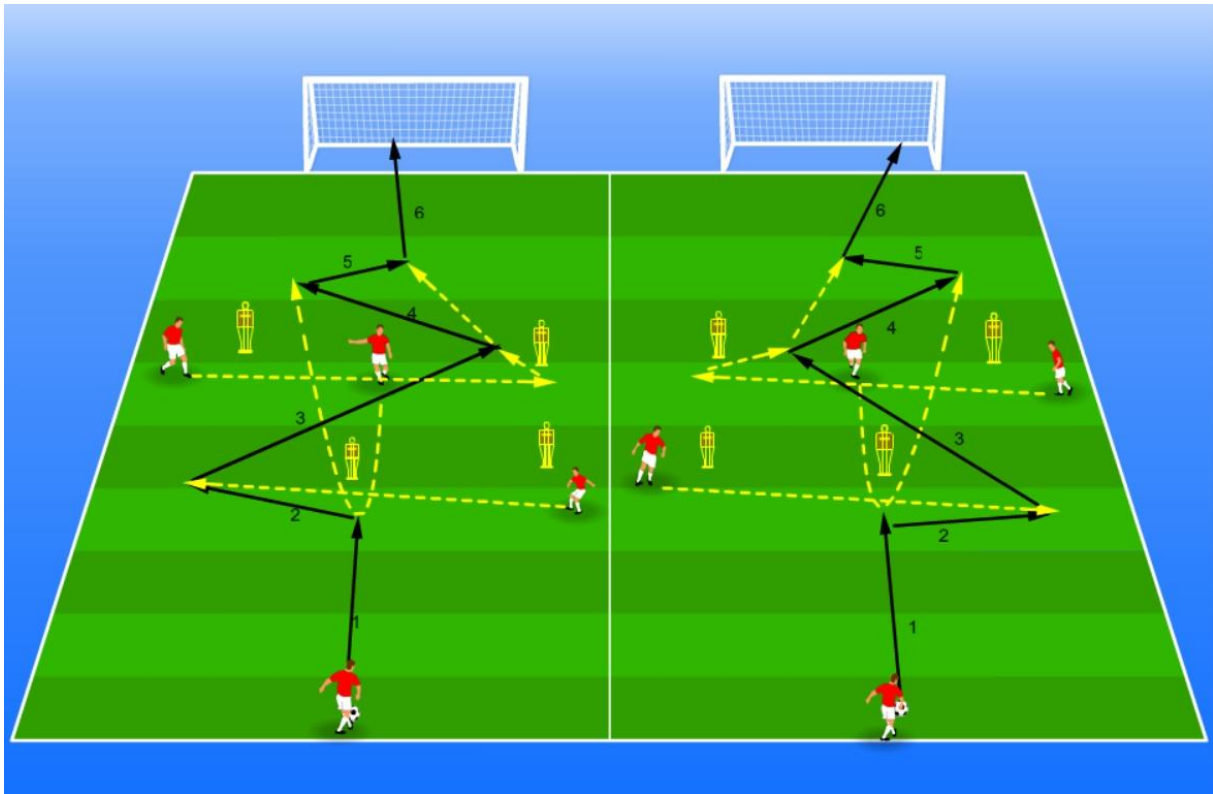
### **Trenerjevi poudarki**

- Močne podaje.
- Pravočasno odkrivanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča usmerjen sprejem.
- Sodelovanje med igralci (klic).
- Pravočasno odkrivanje igralca, ki priteče iz leve in desne strani.
- Pravočasno odkrivanje igralca na drugi strani.
- Pomembna je usklajenost med gibanji in podajami.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom (dvojna podaja).
- Natančnost podaje.

#### **6.2.1.2 VAJE ZA RAZVOJ SITUACIJSKE TEHNIKE**

Z vajami situacijske tehnike vadimo določene principe v igri, ki so že specifični za igralno mesto in del igrišča v katerem se izvajajo, vendar jih vadimo (manjši prostor) na krajših razdaljah, saj s tem dobimo večje število ponovitev.. Vaje situacijske tehnike bi uvrstil v uvodni del glavnega dela in bi jo izvajal od 5 do 10 min. Z vajami situacijske tehnike vadimo tehnične elemente, ki pogojujejo kvaliteto izvedbe taktičnih principov v igri. Za zaključek akcije lahko postavimo velika vrata z vratarjem ali mala vrata, kamor igralci ciljajo zadnjo podajo. Pri vaji uporabljamo tudi figure.

## Vaja 1 : situacijske tehnike z menjavo mest -princip globine in širine



Slika 71

### Cilj

Podaja v globino in odkrivanje v medprostor med figure

### Opis

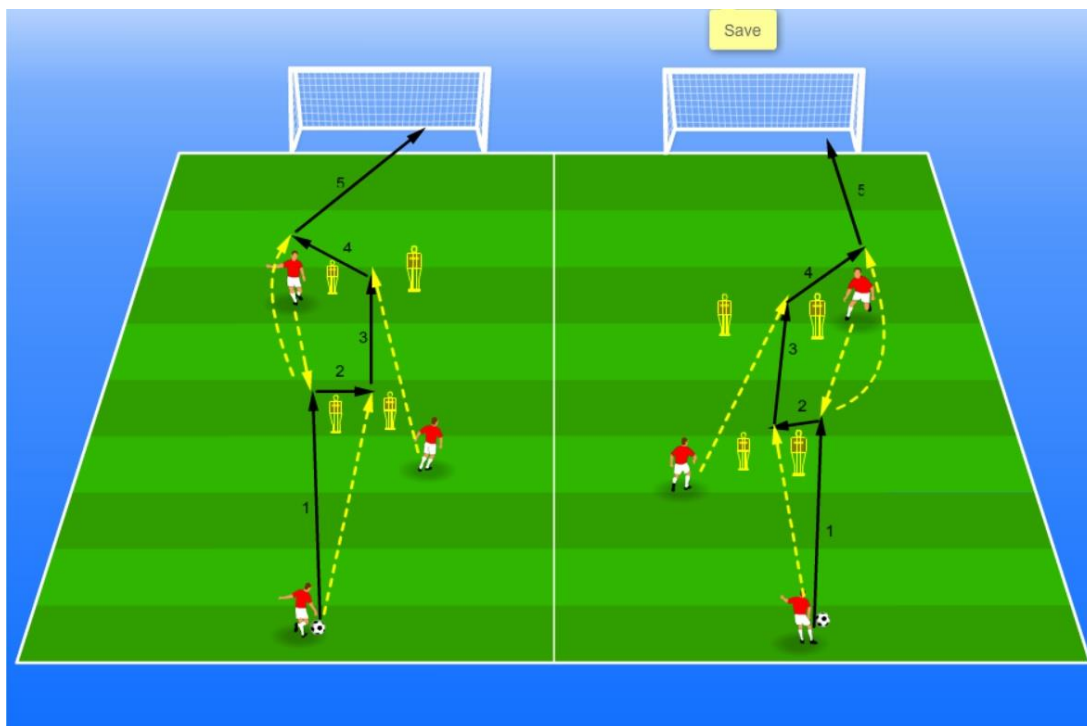
V akciji sodelujejo 4 igralci. Velikost prostora je 45 x 30 m z figurami. Razdalje med igralci so 8-10 metrov Igralec z žogo izvede podajo v globino pred figuro kamor priteče srednji napadalec iz nasprotne strani. Pred tem je igralec na levi strani pritekel na desno stran ter sprejel žogo od napadalca, sledi diagonalna podaja v globino kamor je utekel igralec iz desne strani. Po usmerjenem sprejemu odigral dvojno podajo s srednjim napadalcem, ki je po odigrani povratni podaji utekel v prazen prostor med figure. Sledi zaključek s strelom na vrata. Vadimo tehnične elemente obenem pa že podajamo igralcem informacije o določenih principih, ki jih bodo vadili in ki jih bomo zahteval v igri. Diagonalno odkrivanje in s tem odpiranje prostora za podajo v globino, sam (obrat proti vratom), hrbet (povratna podaja),

nadaljevanje gibanja po podaji ali po odkrivanju, gibanje soigralca in nasprotnika te usmerja kam se boš odkril in kakšno odločitev boš izbral.

### Trenerjevi poudarki

- Močne podaje.
- Pravočasno odkrivanje iz globine in vtekanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Natančnost podaje.
- Sodelovanje med igralci.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje iz širine proti sredini.
- Usklajeno odkrivanje vseh igralcev.

**Vaja 2:** situacijske tehnike s podajo v globino, povratna podaja in vtekanje v prazen v prostor  
- princip globine.



Slika 72

## **Cilj**

Podaja v globino, povratna podaja in vtekanje v globino.

## **Opis**

V akciji sodelujejo 3 igralci. Velikost prostora je 35 x 30 m s figurami. Razdalje med igralci so 8-10 metrov. Igralec z žogo izvede podajo v globino med figuri kamor priteče igralec iz nasprotne strani. Sledi povratna podaja in podaja v globino med figuri na igralca, ki je iz leve strani utekel v prazen prostor in nato podaja vtekaajočemu igralcu, ki je odigral povratno podajo. Sledi zaključek s strelom na vrata.

## **Trenerjevi poudarki**

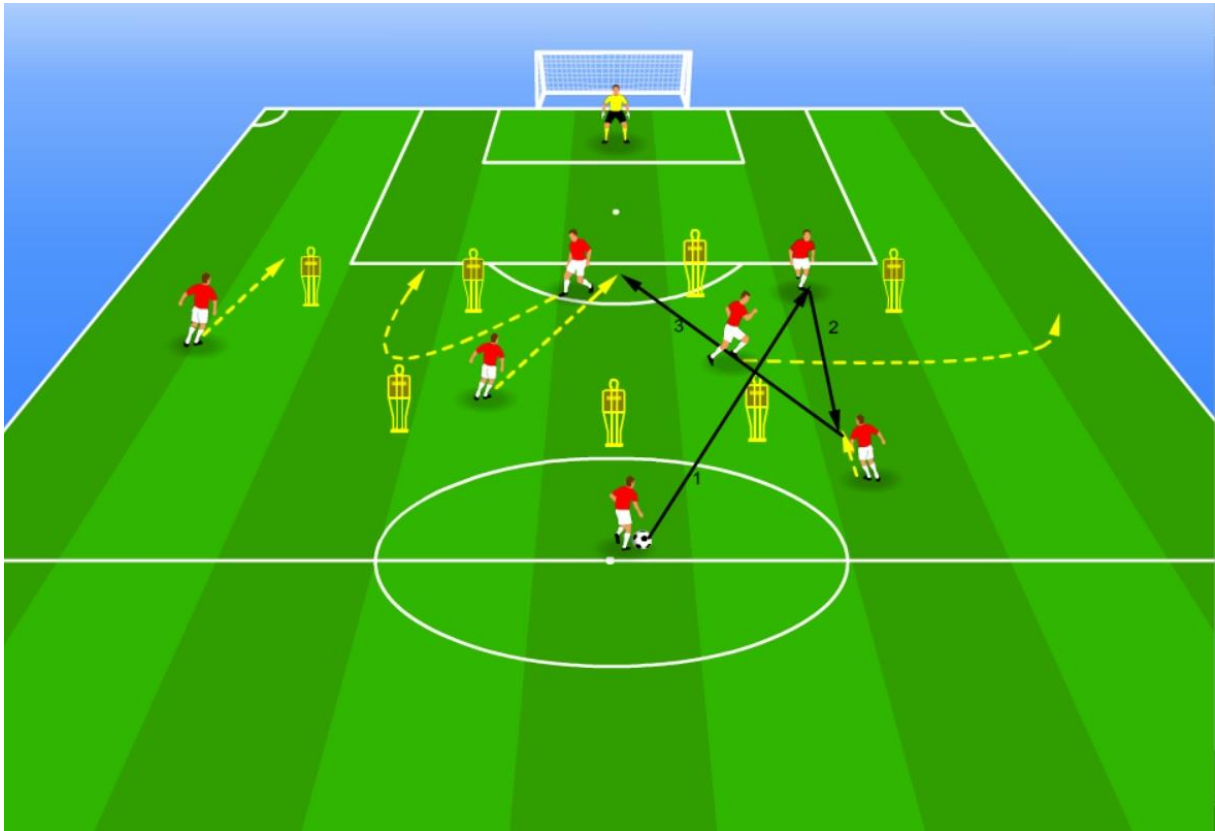
- Močne podaje.
- Pravočasno odkrivanje iz globine in vtekanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Natančnost podaje.
- Sodelovanje med igralci.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Usklajeno odkrivanje vseh igralcev.

### **6.2.1.3 IGRALNE SITUACIJE**

So taktično tehnične vaje, ki so lahko vzete iz igre na osnovi analize igre ali lastne ideje o igri. Večji poudarek je na taktiki, na skupni ideji oz. sodelovanju igralcev po igralnih mestih na večjem prostoru, kjer so razdalje podobne kot na tekmi. Igralci so vezani na igralna mesta. Gre za razvoj skupne ideje v igri.



**Vaja 1:** Igralna situacija 7:0 (Postavitev 2 + 2+ 3) – podaja zveznega igralca v medprostor DKN, povratna podaja in diagonalna podaja med figure zadnje linije.



Slika 73

### Cilj

Podaja v medprostor med figure zadnje linije. Sodelovanje med zveznimi igralci in napadalci. Izpraznitev prostora v zadnji liniji in vtekanje veznih igralcev v prazen prostor med figure.

### Opis

V vajah bomo uporabili sedem figur, ki so postavljene v dveh linijah po štiri in tri na  $\frac{1}{2}$  igrišča. Igralce bomo postavili po igralnih mestih in sicer 2+2+3 (2 branilca, 2 zadnja vezna, ter trije vezni napadalci). Globinska podaja levega branilca v medprostor zadnje linije desnemu krilnemu napalcalcu, ki odigra povratno podajo z desnim branilcem. Sledi globinska podaja na levega veznega igralca, ki vteka v izpraznjen prostor med figurami. Z gibanjem desnega veznega igralca in srednjega veznega napadalca se ustvari prostor za vtekanje in priložnost za strel v vrata.



## Opis

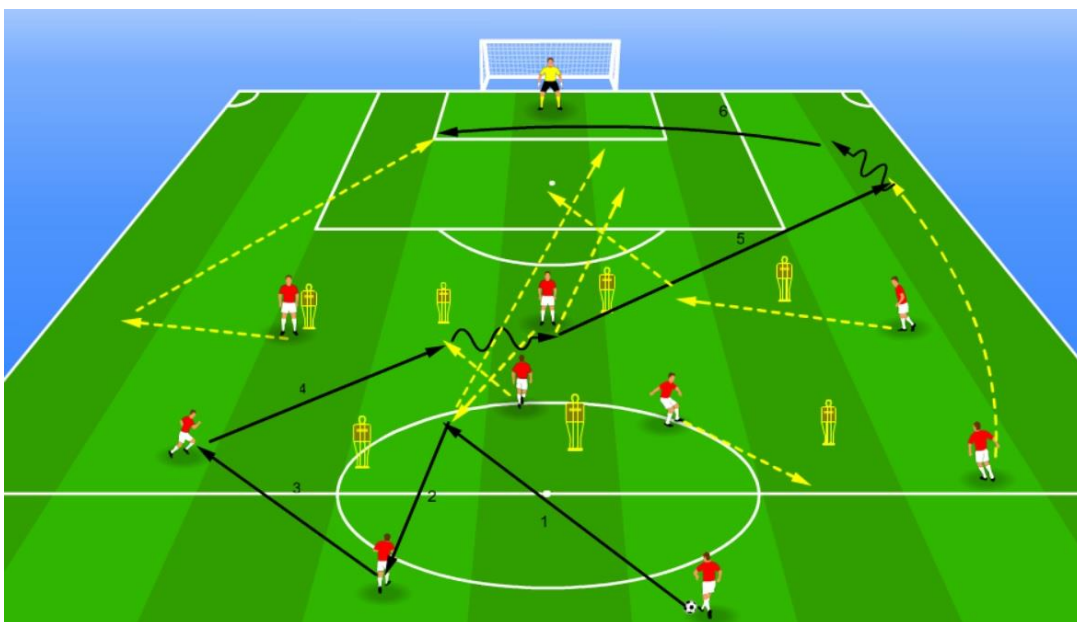
V vajah bomo uporabili šest figur, ki so postavljene v dveh linijah po štiri in dve. Igralce bomo postavili po igralnih mestih in sicer 2+3+1 (2 zadnja vezna , ter trije vezni napadalci in en srednji napadalec) na ½ igrišča. Dvojna podaja levega veznega s srednjim napadalcem. Ideja v igri, več igralcev razmišlja v določeni situaciji na podoben način. Igralec z žogo odloči kateremu igralcu bo odigral. Ali globinska podaja na levega krilnega napadalca ali na desnega zadnjega veznega igralca , ki vteka v izpraznjen prostor med figurami. Z gibanjem srednjega napadalca se ustvari prostor za vtekanje in priložnost za strel v vrata.

## Trenerjevi poudarki

- Sprejem žoge srednjega branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje zadnjega veznega igralca in srednjega napadalca.
- Pravočasno odkrivanje krilnega napadalca iz širine v medprostor za vtekanje.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.

## Vaja 3:

Igralna situacija 9:0 (postavitev 4 + 2+ 3) – podaja branilca v medprostor srednjemu napadalcu, povratna podaja in diagonalna podaja branilca med figure zadnje linije ter vtekanje desnega krilnega branilca in prehod v zaključek



Slika 75

## **Cilj**

Podaja srednjega branilca v medprostor srednjemu veznemu napadalcu ter nato diagonalna podaja na desno stran, kamor vteka desni krilni branilec po izpraznitvi na desni strani in sledi podaja pred vrata.

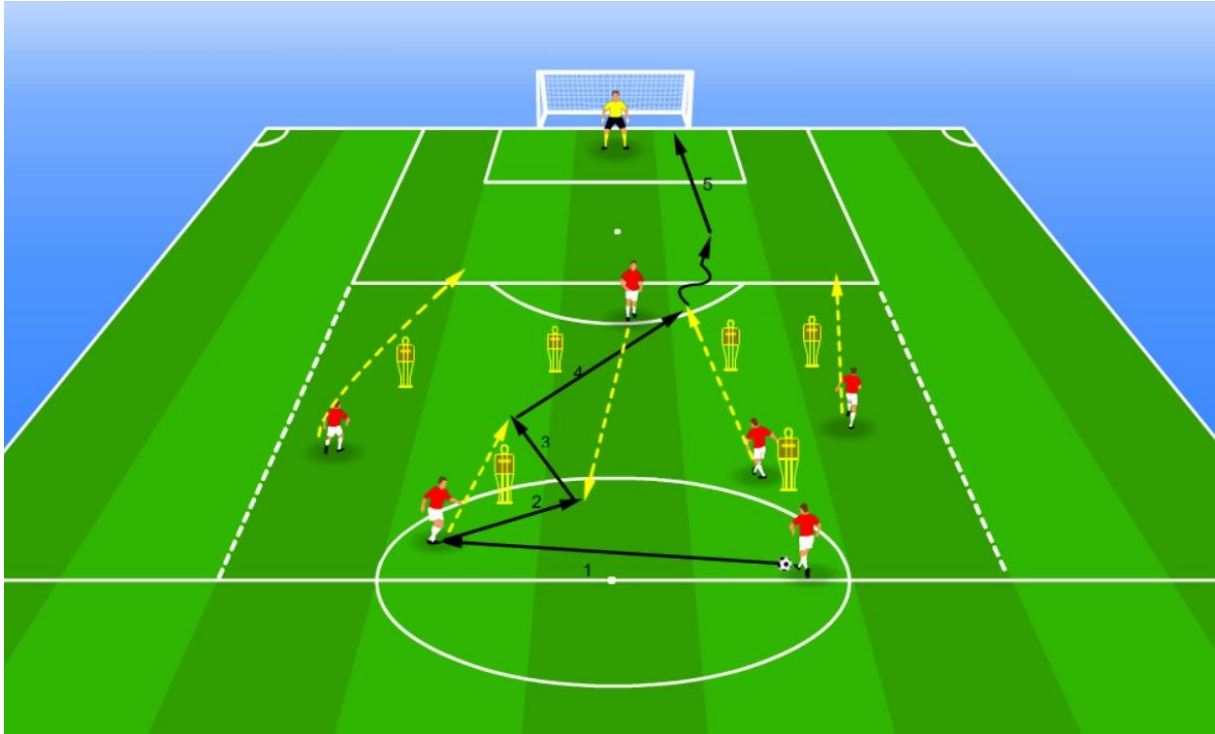
## **Opis**

V vajah bomo uporabili sedem figur, ki so postavljene v dveh linijah po štiri in tri na 2/3 igrišča. Igralce bomo postavili po igralnih mestih in sicer 4+2+3 (2 zunanja branilca, 2 srednja branilca, 2 zadnja vezna, ter trije vezni napadalci). Globinska podaja branilca v medprostor srednjemu veznemu napadalcu, ki odigra povratno podajo. Sledi diagonalna podaja na desnega krilnega branilca, ki vteka v izpraznjen prostor in priložnost za podajo pred vrata.

## **Trenerjevi poudarki**

- Sprejem žoge srednjega branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje zadnjega veznega igralca in srednjega napadalca.
- Pravočasno vtekanje desnega krilnega branilca.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Natančnost podaje.
- Sodelovanje med igralci.

**Vaja 4:** Igralna situacija 6:0 (postavitev 2 + 3+ 1) – levi vezni igralec odigra dvojno podajo v medprostor s srednjim napadalcem, sledi podaja med figure zadnje linije na srednjega veznega napadalca



Slika 76

### Cilj

Odigrana dvojna podaja v medprostor s srednjim napadalcem, sledi podaja med figure zadnje linije in vtekanje v prazen prostor med figure.

### Opis

Igralno polje v velikosti 1/2 igrišča in širine 16 m . V vajah bomo uporabili šest figur, ki so postavljene v dveh linijah po štiri in dve. Igralce bomo postavili po igralnih mestih in sicer 2+3+1 (2 zadnja vezna , trije vezni napadalci in srednji napadalec.). levi vezni igralec odigra dvojno podajo v medprostor s srednjim napadalcem, sledi podaja med figure zadnje linije. Ideja v igri pomeni da trije, štirje ali več igralcev razmišlja v določeni situaciji na podoben način. Igralec z žogo se odloči kateremu igralcu bo odigral in v tem primeru je imel možnost odigrati tudi levemu krilnemu napadalcu, vendar se je odloči za srednjega veznega napadalca.

### Trenerjevi poudarki

- Močne in natančne podaje.
- Sprejem žoge levega zadnjega veznega igralca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje srednjega napadalca.
- Pravočasno vtekanje levega veznega napadalca in srednjega veznega napadalca.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.

#### 6.2.1.4 IGRALNE OBLIKE

Predstavljene vaje se lahko stalno uporabljajo v glavnemu delu. Izvajajo se v manjših prostorih, z manjšim številom nogometašev. Naloge so prilagodljive s pravili glede na zastavljene cilje, ki jih želimo doseči. Poleg osnovne ideje za igro je cilj igralnih oblik tudi vadba prehodov po pridobljeni oziroma izgubljeni žogi. Skupno idejo za igro s podajo in odkrivanjem v medprostore ter podajo za hrbet nasprotni obrambi bomo vadili v pogojih igre (aktiven nasprotnik). Ustrezno lahko spreminjamo pravila

**Vaja 1:** Igra 5+5:5 v 16 m prostoru na ena vrata z vratarjem



Slika 77

## **Cilj**

Globinska podaja med obrambne igralce v 16 m prostoru. Cilj je odkrivanje in sprejem žoge, hitre podaje in zaključek s strelom na vrata..

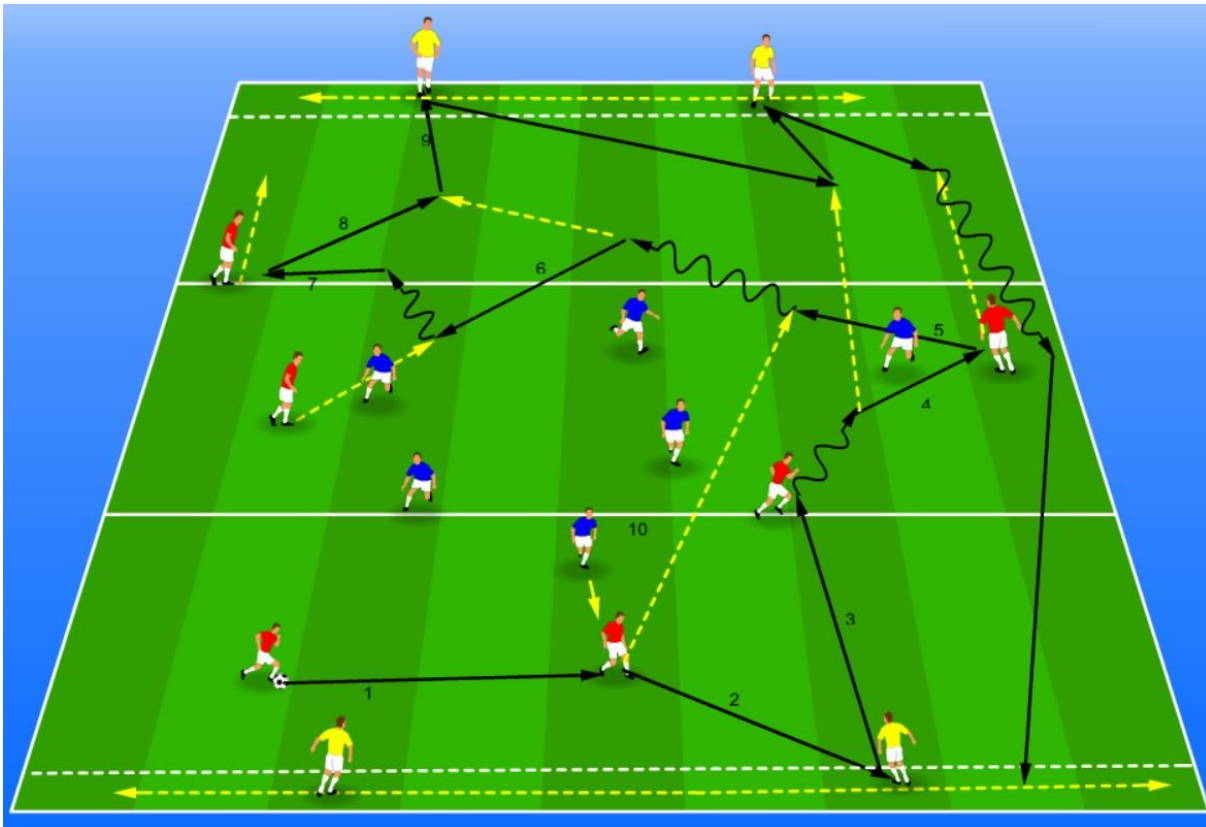
## **Opis**

Igralno polje v prostoru velikosti širine 16 x 16 m in ena vrata. V igri 5 + 5 : 5 + V poizkušajo modri igralci, ki igrajo z dvema dotikoma odigrati 6 podaj, in zaključiti s strelom na vrata. . V fazi napada lahko modri igralci odigravajo s štirimi (vijola) prostimi igralci na liniji 16 m prostora in z enim v 16 m prostoru, imajo en dotik. Če rdeči igralci odvzamejo žogo zamenjajo vloge in so napadalci. Lahko spreminjamo število dotikov in število podaj. V tej igralni obliki vadimo hitre prehode po pridobljeni oziroma izgubljeni žogi, hitro odigravanje in menjava vlog iz napada v obrambo in obratno ter zaključek s strelom na vrata.

## **Trenerjevi poudarki**

- Močne podaje.
- Sprejem žoge v gibanju proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje prostih igralcev na liniji in v polju.
- Pravočasno odkrivanje napadalcev v medprostorih.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Prosti igralca imajo samo en dotik.
- Igra z maksimalno dvema dotikoma.
- Natančnost podaje.
- Sodelovanje med igralci.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

## Vaja 2: Igra 2+6:6+2 v omejenem prostoru



Slika 78

### Cilj

Globinska podaja skozi srednji prostor na nasprotno stran in odigrana žoga na dva prosta igralca. Hitri prenosi iz ene na drugo stran.

### Opis

Igralno polje velikosti 40 x 35 metrov s tremi prostori. Igralna oblika 2+ 6 : 6+ 2 za posest in prehod iz prvega prostora skozi srednji prostor v tretji prostor. V tej igralni obliki s pomočjo dveh prostih igralcev na obeh linijah vadimo hitre prehode po pridobljeni oziroma izgubljeni posesti žoge – menjava vlog (iz napada v obrambo in obratno). V prvem in tretjem prostoru igramo z enim dotikom v srednjem prostoru pa dva dotika. Prosta igralca na liniji imata en dotik.

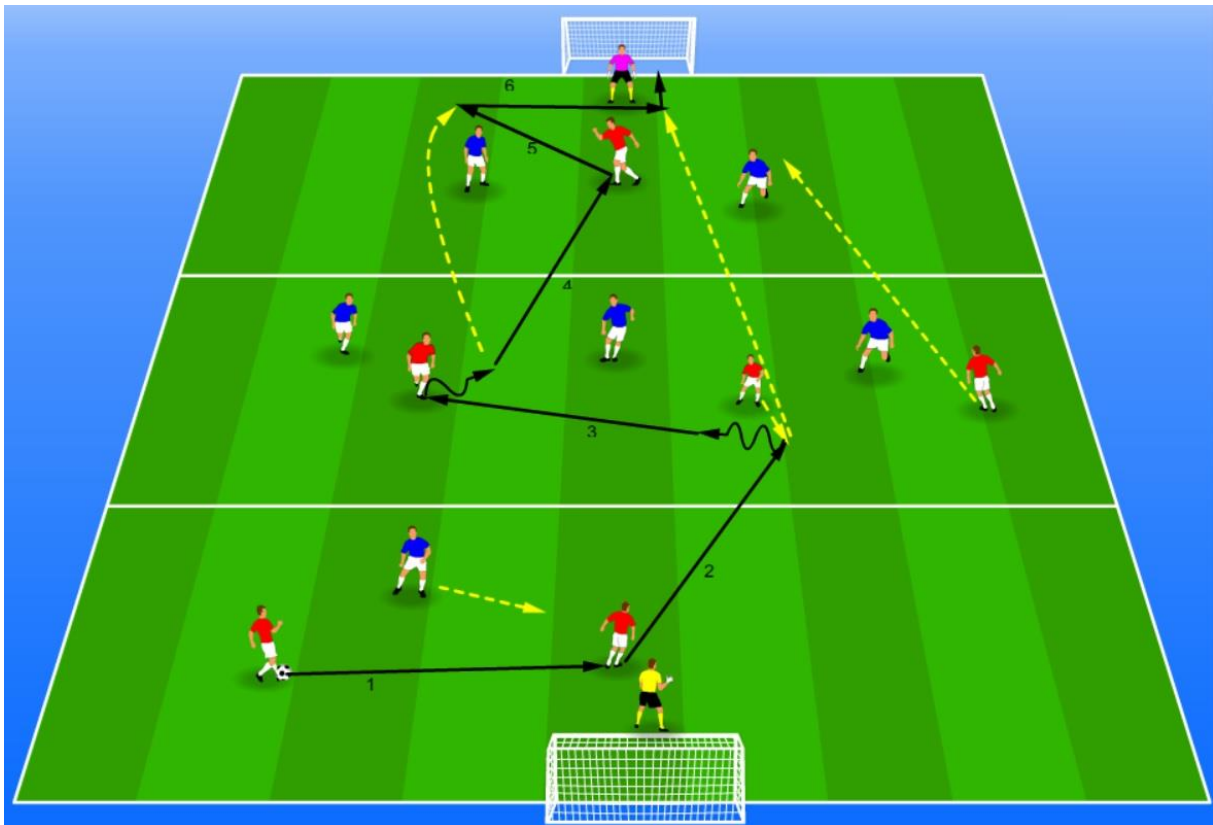
### Trenerjevi poudarki

- Močne podaje.
- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje nevtralnih igralcev na liniji.



- Pravočasno odkrivanje napadalcev na drugi strani v medprostore.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Igra z maksimalno dvema dotikoma.
- Natančnost podaje.
- Sodelovanje med igralci
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno

**Vaja 3:** Igralna oblika V+ 2:1+3:3 +2:1+V na dvoje vrat



Slika 79

### Cilj

Odkrivanje in hitra podaja v medprostore v sredini in prenos žoge v tretji prostor ter zaključek s strelom na vrata.

### Opis

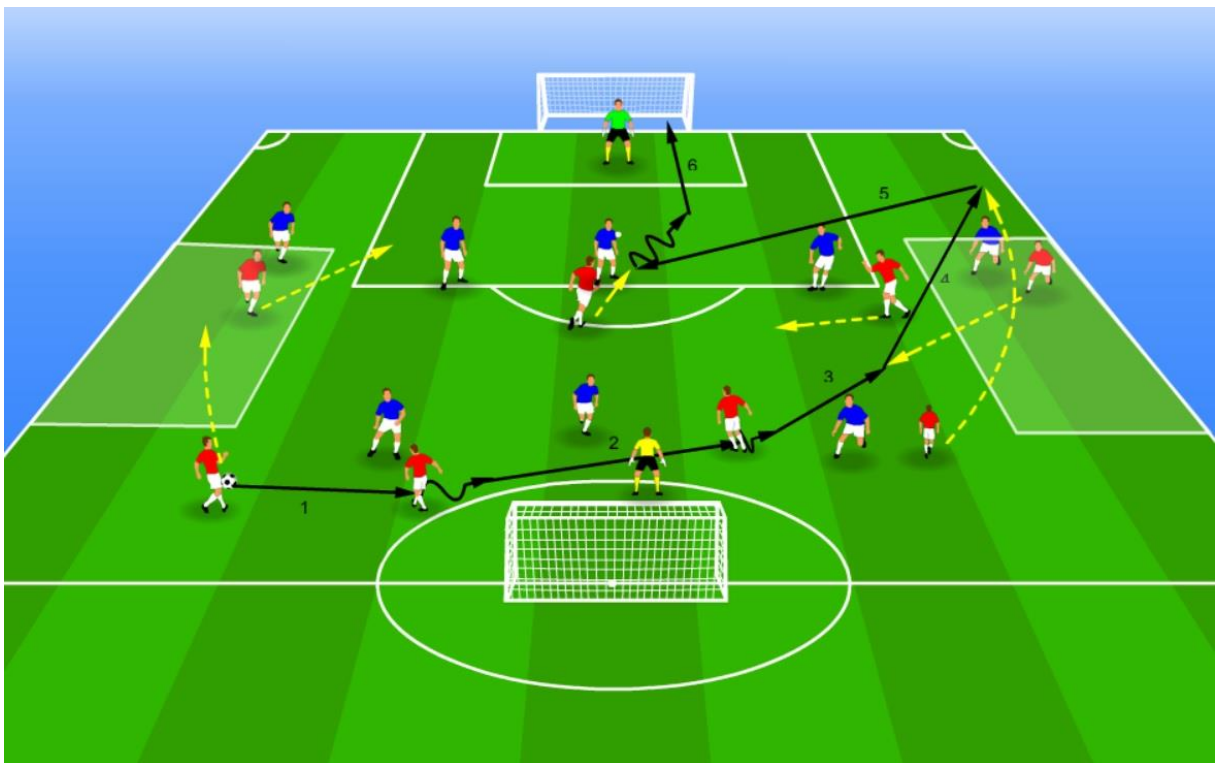
Igralno polje v velikosti 40 x 35 metrov z dvoje vrat poteka igra V+ 2:1+3:3 +2:1+V . Rdeča

igralca s pomočjo vratarja v prvem prostoru v igri z 2:1 z enim dotikom odigrata v srednji prostor kjer je igra 3:3 z dvema dotikoma in sledi prenos žoge v tretji prostor ter vključevanje v zaključek rdečih igralcev iz srednjega prostora. Ko pridejo v posest žoge modri igralci poteka igra v nasprotno smer.

### Trenerjevi poudarki

- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje nevtralnih igralcev na liniji.
- Pravočasno odkrivanje napadalcev na drugi strani v medprostore.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Igra z maksimalno dvema dotikoma.
- Sodelovanje med igralci.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

### Vaja 4: Igralna oblika V+ 8:8 +V na dvoje vrat



Slika 80

## **Cilj**

Ustvarjanje prostora na levi in desni strani na krilnem položaju za omogočanje vtekanja krilnih branilcev.

## **Opis**

Igra V+8 : 8+V poteka na polovici igrišča z dvema zunanjima conama na krilnem položaju. Z gibanjem in menjavo mest veznih in krilnih napadalcev ustvarimo prazen prostor, kamor se lahko odkrivata samo krilna branilca. Pravila igre lahko prilagajamo dovolimo prosto igro ali z dvema dotikoma. Poudarek je, da izpraznimo levo ali desno stran in pripravimo situacijo za hitro vtekanje krilnega branilca. Igralci morajo prepoznati skupno idejo in v trenutku odigrati v izpraznjen prostor na krilnega branilca. Sledi zaključek akcije s podajo pred vrata ali z udarcem na vrata z vratarjem. Vajo izvajamo v obe smeri.

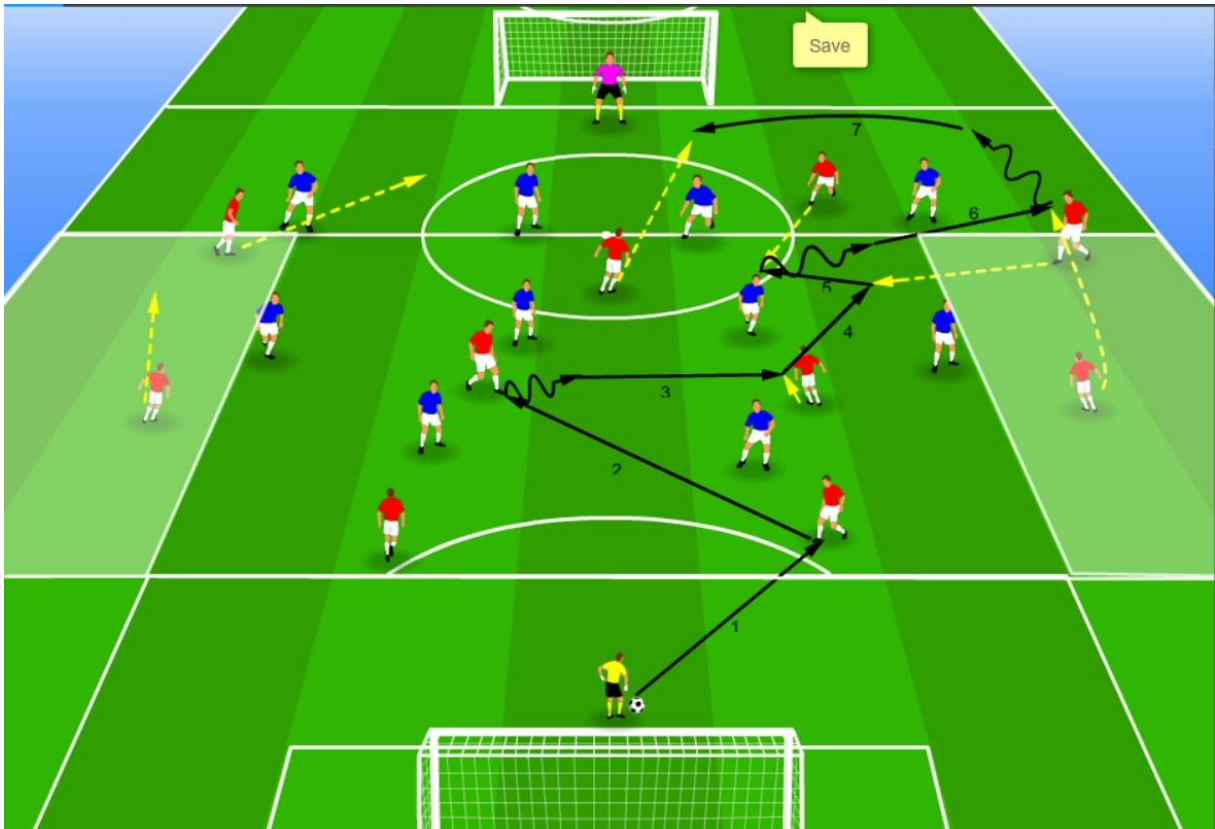
## **Trenerjevi poudarki**

- Močne podaje.
- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje krilnih branilcev v izpraznjen prostor.
- Pravočasno odkrivanje napadalcev na drugi strani v medprostore.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Igra z maksimalno dvema dotikoma.
- Sodelovanje med igralci.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

### **6.2.1.5 MOŠTVENA IGRA**

Pri teh vajah gre za razvoj moštvene taktike, kjer lahko uporabimo celotno moštvo ali manjše število igralcev na zmanjšanem igrišču. V vajah poizkušamo prilagajati pravila tako, da nam čim večkrat omogočajo doseči zastavljen cilj.

**Vaja 1:** Igra V+6+2+2 : 6+2+2+V na dvoje vrat z dvema conama na straneh



Slika 81

**Cilj**

Igra s prostima igralcema v levi ali desni coni ter prehod v napad po pridobljeni žogi z globinsko podajo.

**Opis**

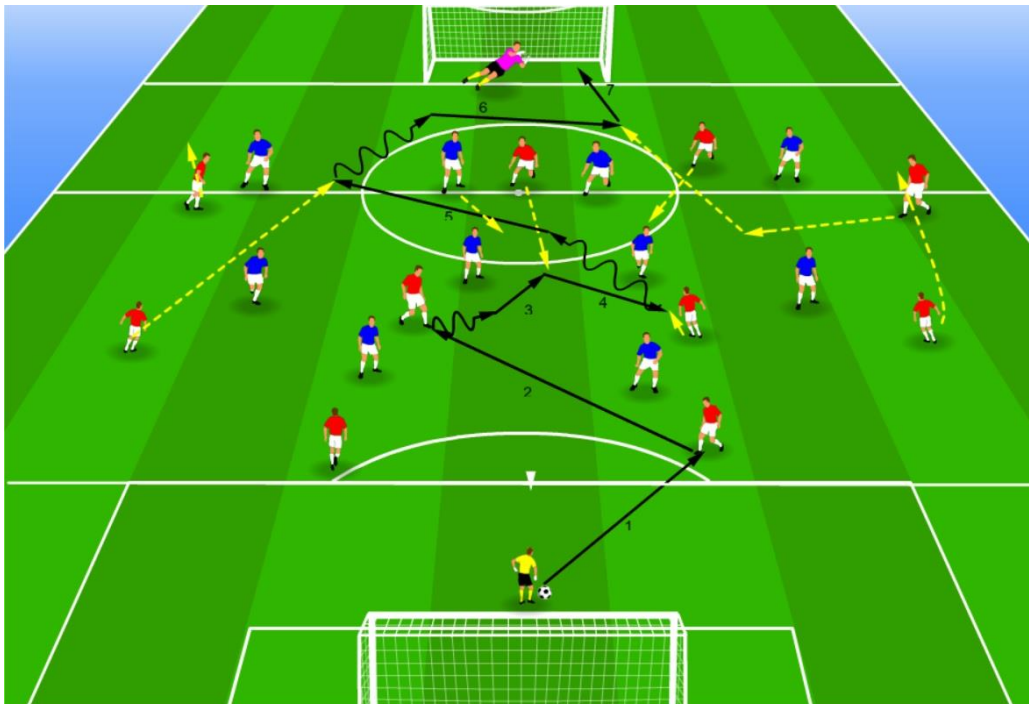
Igra V+6+2+2 : 6+2+2+V poteka na 2/3 igrišča, ki je razdeljeno na tri cone z dvema zunanji conama na krilnem položaju. Z igro prične rdeče moštvo. Ko je žoga v igri, v srednji coni postane modro moštvo agresivno, poizkušajo odvzeti žogo. Rdeči igralci imajo v prosti coni na levi in desni strani prosta igralca s katerima lahko odigrajo. V tem prostoru so lahko od napadalnega rdečega moštva srednji branilec, krilni branilec, krilni napadalec ter zadnji vezni igralec. Igralca v zunanji coni imata en dotik in lahko odigrata tudi med sabo z globinsko podajo čez linijo v napadalno cono, kjer izvedeta podajo pred vrata za vtekajoče napadalce. Naloga je čim hitreje podati žogo v zaključno cono in nato zaključek akcije. Ko pride do posesti žoge modro moštvo, se rdeča igralca pomakneta iz zunanje v srednjo cono, v zunanjo cono pa

prideta dva modra igralca na obeh straneh. Sprememba prehodov igralcev iz ene cone v drugo mora biti vnaprej dogovorjena. Igralci morajo neprestano sodelovati in komunicirati med sabo. Trener je zelo aktiven, sodeluje in svetuje pri akciji. Prihaja do hitrih prehod iz napada v obrambo, spremembe in menjave igralnih mest ter hitrih podaj.

### Trenerjevi poudarki

- Močne podaje.
- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno in usklajeno vtekanje v zunanje cone in v sredino.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Igra z maksimalno dvema dotikoma.
- Natančnost podaje.
- Sodelovanje med igralci.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

### Vaja 1: Igra V+10 : 10+V na dvoje vrat



Slika 82

## **Cilj**

Ustvarjanje prostora na krilnem položaju za krilnega branilca – odkrivanje krilnega napadalca proti stranski liniji.

## **Opis**

Na 2/3 igrišča poteka igra V+10 : 10+V. Igrišče je razdeljeno na tri prostore kot prikazuje slika. V srednjo cono se ne smejo vključevati štirje obrambni igralci modrega moštva, za vse ostale igra poteka v obeh conah. Rdeče moštvo izpelje napad skozi sredino z odkrivanjem srednjega napadalca na povratno podajo. Z gibanjem krilnega napadalca proti stranski liniji in s tem ustvarjanje prostora v sredini za vtekanje krilnega branilca. Zaključek akcije se lahko ustvari s podajo na krilni položaj, s podajo med dva igralca skozi sredino ali s prodorom. Vadimo hitre prehode po izgubljeni oziroma pridobljeni žogi in vključevanje igralcev, ter z gibanji zagotavljanje širine in globine v igri.

## **Trenerjevi poudarki**

- Močne podaje in natančne podaje.
- Pozornost na pravočasnem in sinhroniziranem odkrivanju igralcev.
- Komunikacija med igralci – slušna in vidna.
- Ohranitev ravnotežja v igri.
- Hiter prehod po izgubljeni in odvzeti žogi.
- Sprejem žoge branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno in usklajeno vtekanje.
- Napadanje globin.
- Igra skozi sredino do napadalcev.
- Hiter zaključek.

### 6.3 TAKTIČEN PRINCIP - PREHOD V NAPAD S HITRIM VODENJEM ŽOGE ALI PREIGRAVANJEM V GLOBINO

Hitri prehodi v napad z vodenjem in preigravanjem osvajanjem prostora v globino je lahko presenečenje za nasprotno ekipo. Značilno za moštvo BM je da se z lahkoto vključuje v napad večje število igralcev, tako je večja možnost da moštvo doseže zadetek. V visoki tretjini večkrat izpraznijo prostor na levem krilnem položaju za Comana ali na desnem krilnem položaju za Sanea. To sta igralca, ki ju je v preigravanju ena proti ena zelo težko zaustaviti in lahko prideta do priložnosti za zadetek ali podajo v sredino pred vrata. Igralec z vodenjem in preigravanjem ustvarja na straneh ali v sredini prostor za vtekanje drugih igralcev.

#### 1. Princip hitrega vodenje žoge v globino

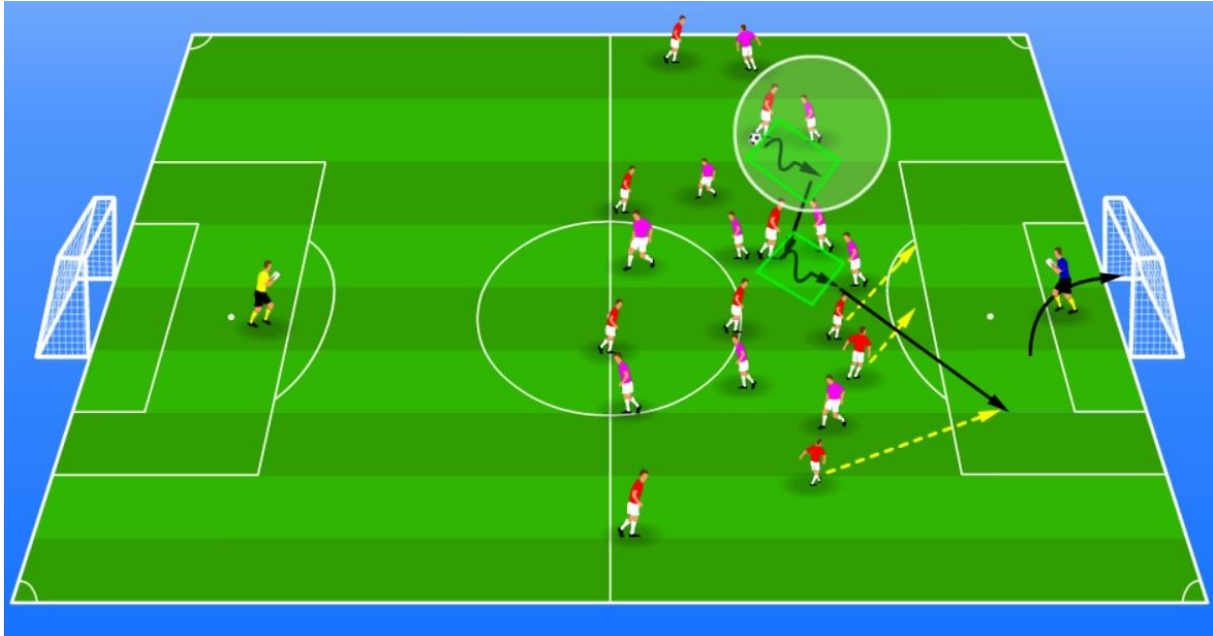
#### 2. Princip preigravanja v globino

**Situacija 1:** Napad na krilnem položaju v igri 1:1, kjer igralec z vodenjem in preigravanjem odigra v sredino, sledi podaja med obrambne igralce kamor vteka drugi igralec.



Slika 83

**Situacija 2:** Napad na krilnem položaju in ustvarjanje prostora za igro 1:1, kjer igralec z vodenjem in preigravanjem odigra v sredino, ter ponovno preigravanje v globino in podaja med obrambne igralce kamor vteka drugi igralec



Slika 84

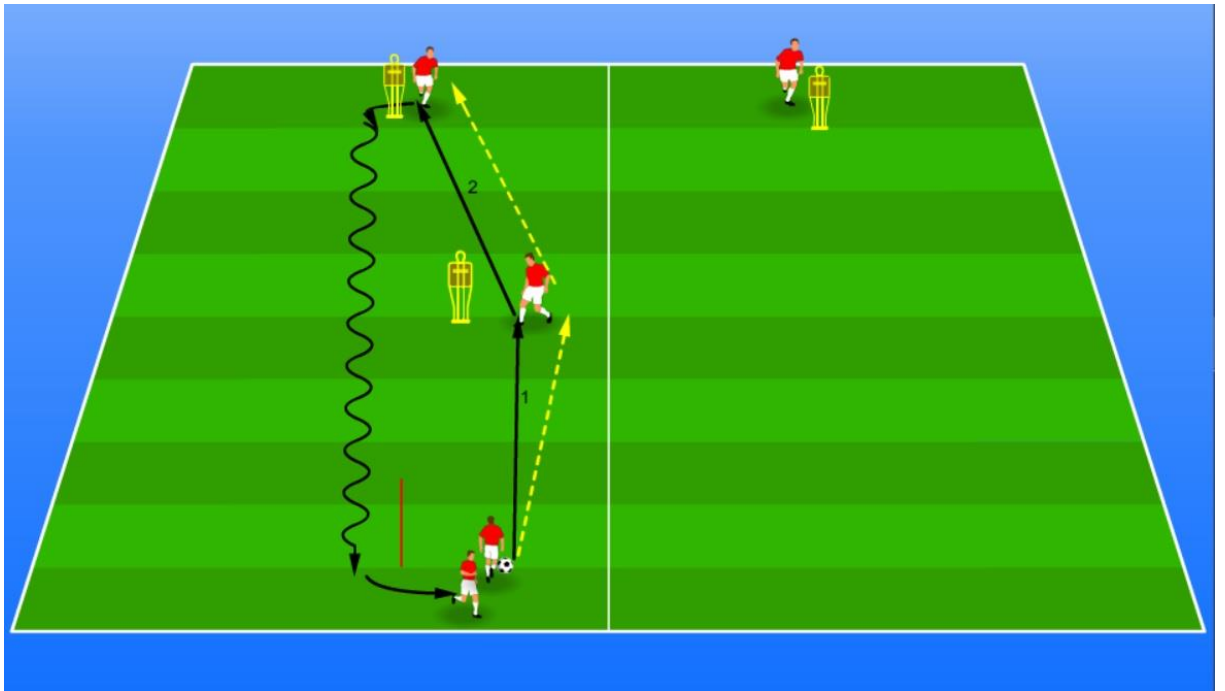
### 6.3.1 IZBIRA VAJ

#### 6.3.1.1 VAJE ZA RAZVOJ DINAMIČNE TEHNIKE

**Dinamična tehnika** predstavlja vadbo elementov tehnike v hitrem gibanju. Gre za urjenje ali razvoj ponavljajočih se elementov univerzalne tehnike, ki so osnova igre in niso direktno vezani na posamezna igralna mesta. So taktično tehnične vaje, ki so lahko vzete iz igre na osnovi analize igre ali lastne ideje o igri. Z vajami za razvoj dinamične tehnike bomo poizkušali prikazati odkrivanje in podaje v medprostor ter podaje med dva nasprotna igralca. Vaje potekajo na manjšem prostoru, kjer igralci menjavajo mesta s čimer dosežemo veliko število ponovitev in razumevanje situacije vseh igralcev. Igralci niso vezani na igralna mesta. Vaje dinamične tehnike bi uvrstil v uvodni del glavnega dela v trajanju od 5 do 10 min.



**Vaja 1:** dinamična tehnika s poudarkom na odkrivanju, podaji v globino ter vodenje žoge



Slika 85

**Cilj**

Vaditi natančnost podaje in usmerjen sprejem ter hitro vodenje s ciljem, da bodo igralci pripravljene na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah, kjer bodo imeli aktivnega nasprotnika

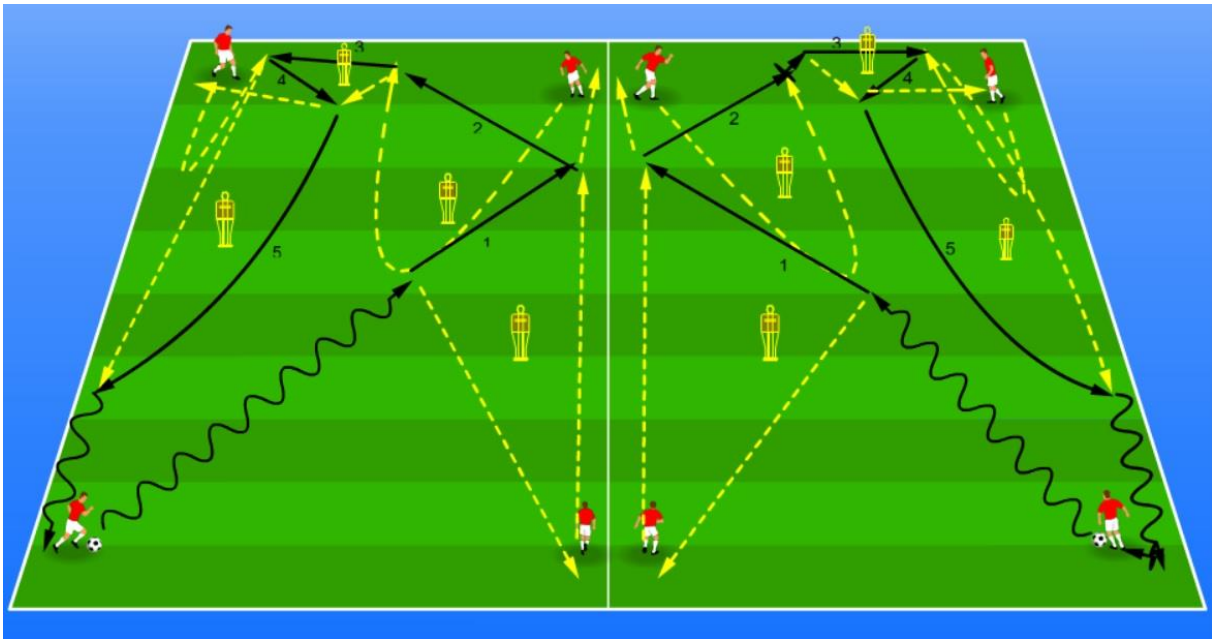
**Opis**

Razdalje med igralci so 12 metrov. Vajo izvajajo 4 igralci. Igralec z žogo izvede podajo v globino pred figuro kamor priteče srednji igralec, ki izvede sprejem proti globini in odigra na 3 igralca na drugi strani v globino pred figuro. Igralec izvede sprejem ter vodenje na začetek vaje. Igralci menjajo mesta tako kot prikazuje slika.

**Trenerjevi poudarki**

- Sprejemanje žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje iz globine pred figuro.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča usmerjen sprejem.
- Komunikacija med igralci – slušna in vidna.
- Močne in natančne podaje.

## Vaja 2: dinamična tehnika s poudarkom vodenju žoge, odkrivanju, podaji v globino



Slika 86

### Cilj

Vaditi natančnost podaje in usmerjen sprejem ter hitro vodenje s ciljem, da bodo igralci pripravljani na izvedbo tega elementa v realnih (moštvenih igrah) ali oteženih (igralne oblike) okoliščinah, kjer bodo imeli aktivnega nasprotnika

### Opis

Razdalje med igralci so 12 metrov. Vajo izvajajo 4 igralci, ki stojijo v kvadratu kot prikazuje slika. Vajo prične igralec z žogo, ki z diagonalnim vodenjem v sredino izvede podajo med figurama kamor priteče igralec na levi strani. Predhodno izvede igralec, ki stoji diagonalno, lažno gibanje med figure in sprejme podajo od igralca, ki je sprejel diagonalno podajo. Le ta odigra dvojno podajo s 4 igralcem in mu poda med figurami v smeri začetka vaje. Igralec izvede sprejem ter vodenje na začetek vaje. Igralci menjajo mesta tako kot prikazuje slika.

### Trenerjevi poudarki

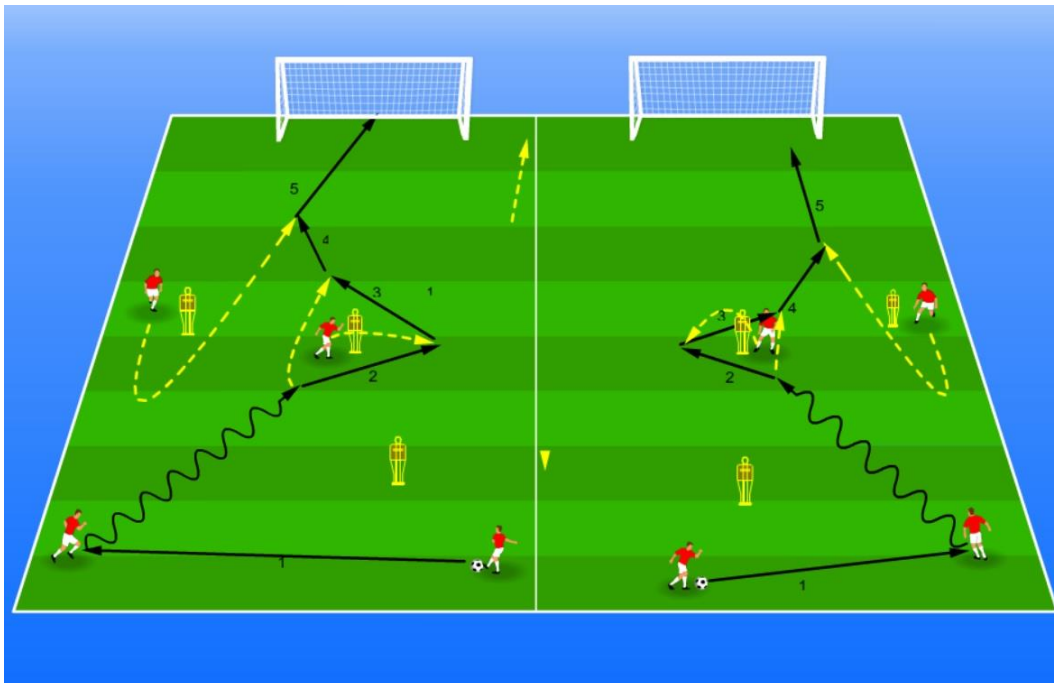
- Sprejemanje žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje iz globine pred figuro in med figurami.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča usmerjen sprejem.

- Komunikacija med igralci – slušna in vidna.

### 6.3.1.2 VAJE ZA RAZVOJ SITUACIJSKE TEHNIKE

Z vajami situacijske tehnike poizkušamo igralce pripraviti na situacijo, ki jo želimo s podajami in odkrivanjem doseči v igri. Vaje izvajamo na manjšem prostoru, za zaključek akcije postavimo mala vrata, kamor igralci ciljajo zadnjo podajo. Pri vajah poleg majhnih vrat velikosti 2 x 1 meter uporabljamo še figure

**Vaja 1** : situacijske tehnike vodenje in odigrana dvojne podaje in vtekanje v prostor ter podaja



Slika 87

#### Cilj

Natančno vodenje, odigrana dvojna podaja in podaja za zaključek

#### Opis

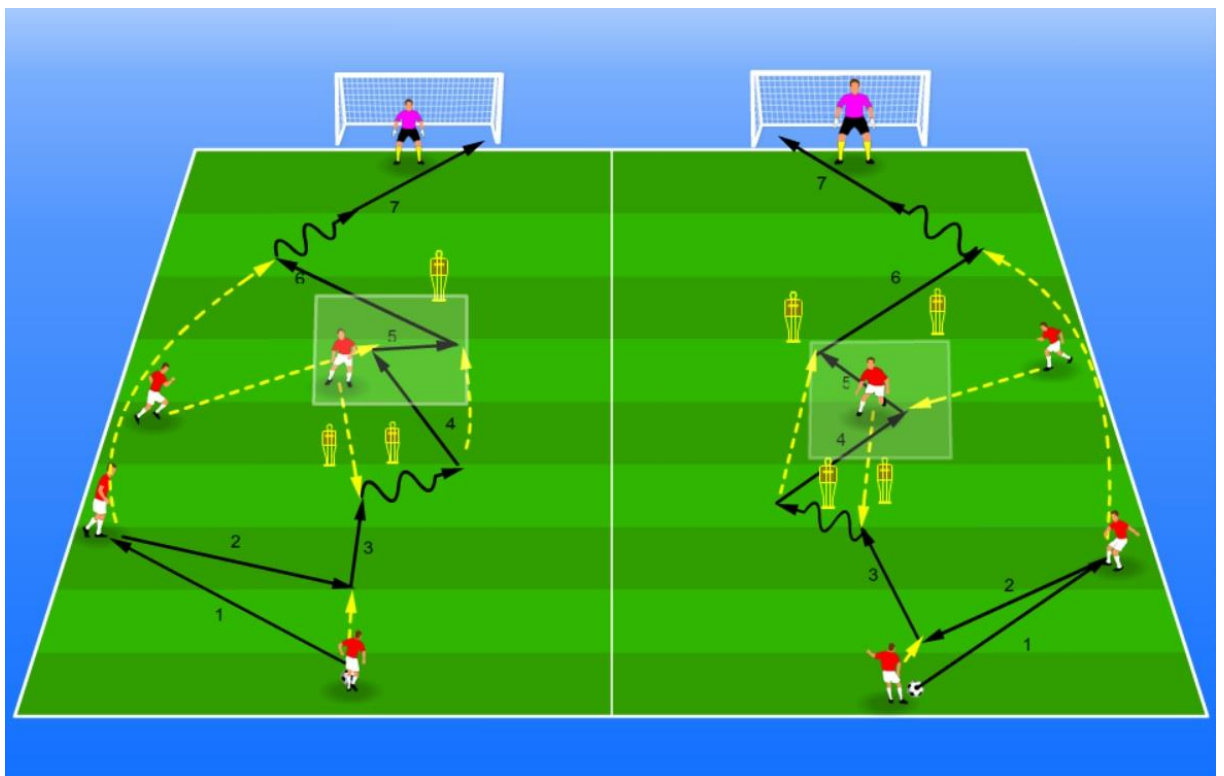
V akciji sodelujejo 4 igralci. Velikost prostora je 45 x 30 m s figurami. Razdalje med igralci so 8-10 metrov. Igralec z žogo poda na igralca na levi strani, ki z diagonalnim vodenjem v sredino izvede dvojno podajo z igralcem na sredini po predhodno izvedenem lažnem gibanju pred figuro. Po izvedeni dvojni podaji sledi podaja na levo stran vtekajočemu igralcu

, ki izvede strel na vrata. Vadimo tehnične elemente obenem pa že podajamo igralcem informacije o določenih principih, ki jih bodo vadili in ki jih bomo zahtevali v igri. Diagonalno odkrivanje in s tem odpiranje prostora za podajo v globino, sam (obrat proti vratom), hrbet (povratna podaja), nadaljevanje gibanja po podaji ali po odkrivanju. Igralci po določenem času izvajanja vaje menjajo mesta.

### Trenerjevi poudarki

- Močne in natančne podaje.
- Pravočasno odkrivanje iz globine in vtekanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne, ter podaje z enim dotikom.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje iz širine proti sredini.
- Usklajeno odkrivanje in sodelovanje med igralci.

**Vaja 2:** situacijske tehnike vodenje in odigrana dvojne podaje in vtekanje v prostor ter podaja



Slika 88

## **Cilj**

Natančne podaje, vodenje, menjava mest in vtekanje v prostor ter podaja za zaključek

## **Opis**

V akciji sodelujejo 4 igralci in vratar. Velikost prostora je 45 x 30 m s figurami. Razdalje med igralci so 8-10 metrov. Igralec z žogo izvede dvojno podajo z igralcem na desni strani. Po izvedeni dvojni podaji sledi podaja, kjer se med figurama odkriva igralec, ki je pritekel iz kvadrata na sredini. Po sprejemu in vodenju odigra dvojno podajo z igralcem, ki je pritekel iz desne strani v kvadrat. Sledi podaja med figurama kamor vteka igralec iz desne strani in strel na vrata. Igralci po določenem času izvajanja vaje menjajo mesta.

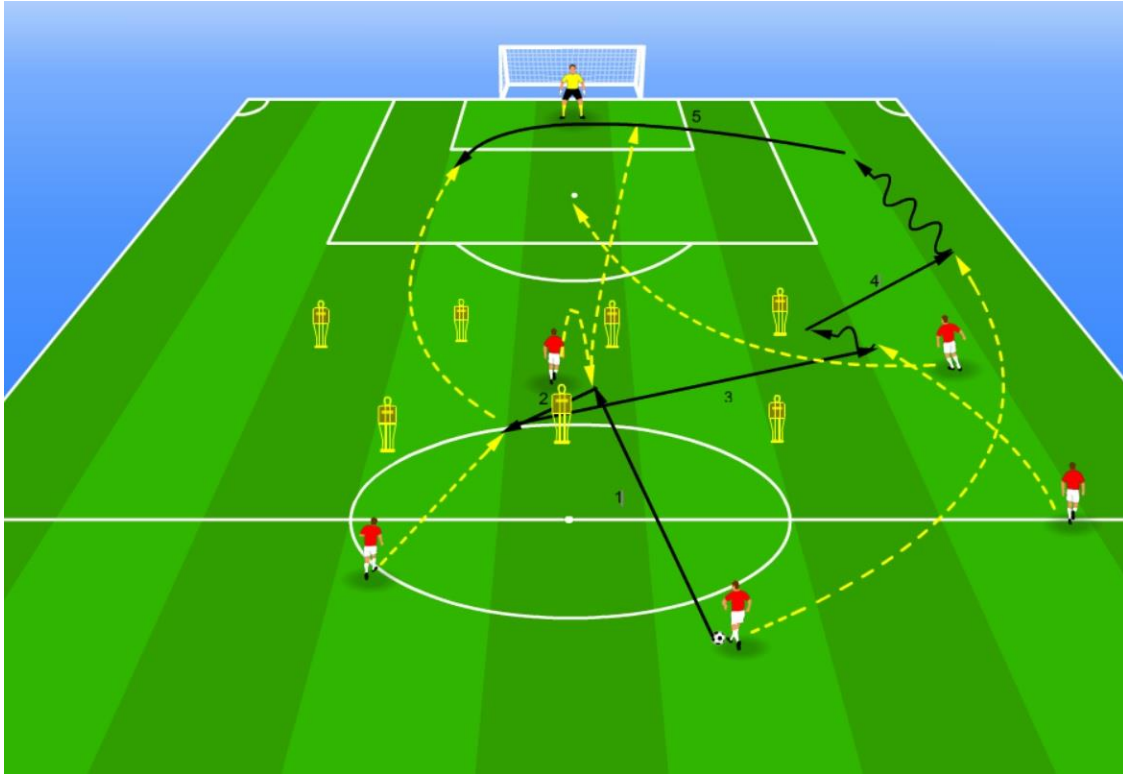
## **Trenerjevi poudarki**

- Močne in natančne podaje.
- Pravočasno odkrivanje iz globine in vtekanje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje iz širine proti sredini.
- Usklajeno odkrivanje in sodelovanje med igralci.

### **6.3.1.3 IGRALNE SITUACIJE**

V vajah bomo uporabili sedem figur, ki so postavljene v dveh linijah po štiri. Igralce bomo postavili po igralnih mestih in sicer 3-2 (2 branilca in desni krilni branilec, srednji vezni napadalec in desni krilni napadalec). Igralci so vezani na igralna mesta. Gre za razvoj skupne ideje v igri.

**Vaja 1:** Igralna situacija 5:0 (postavitev 3+ 2) – desni branilec odigra globinsko podajo v medprostor na srednjega napadalca, sledi povratna podaja ter nato diagonalna podaja na desno stran na desnega krilnega branilca in podaja na desnega branilca



Slika 89

### Cilj

Podaja desnega branilca v medprostor srednjemu napadalcu in vtekanje krilnega branilca ter desnega branilca.

### Opis

V vajah bomo uporabili sedem figur, ki so postavljene v dveh linijah po štiri in tri. Igralce bomo postavili po igralnih mestih in sicer 3+2 (2 branilca in desni krilni branilec, srednji vezni napadalec in desni krilni napadalec). Globinska podaja branilca v medprostor srednjemu veznemu napadalcu, ki odigra povratno podajo. Sledi diagonalna podaja na desnega krilnega branilca, ki zavodi v sredino in odigra vtekajočemu desnemu branilcu v izpraznjen prostor. DB s hitrim vodenjem išče priložnost za podajo pred vrata. Vključevanje v 16 m prostor levega branilca, srednjega veznega napadalca in desnega krilnega napadalca. Igralci po določenem času izvajanja vaje menjajo mesta. Vajo izvajajo po levi in desni strani.

## Trenerjevi poudarki

- Močne podaje in sodelovanje med igralci.
- Sprejem žoge srednjega branilca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje srednjega veznega napadalca.
- Pravočasno vtekanje desnega krilnega branilca in levega branilca.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge.

**Vaja 2:** Igralna situacija 4:0 (postavitev 3+ 1) – srednji vezni napadalec odigra globinsko podajo v medprostor srednjemu napadalcu, povratna podaja in podaja med figure zadnje linije.



Slika 90

## Cilj

Podaja desnega branilca v medprostor srednjemu napadalcu in vtekanje krilnega branilca

## Opis

V vajah bomo uporabili šest figur, ki so postavljene v dveh linijah po štiri in dve. Igralce bomo postavili po igralnih mestih in sicer 3+1 (3 vezni napadalci in srednji napadalec). Srednji vezni napadalec odigra globinsko podajo v medprostor srednjemu napadalcu, povratna podaja in podaja med figure zadnje linije. Desni krilni napadalec vteka med figure zadnje linije, po sprejemu preide v vodenje in podaja pred vrata.

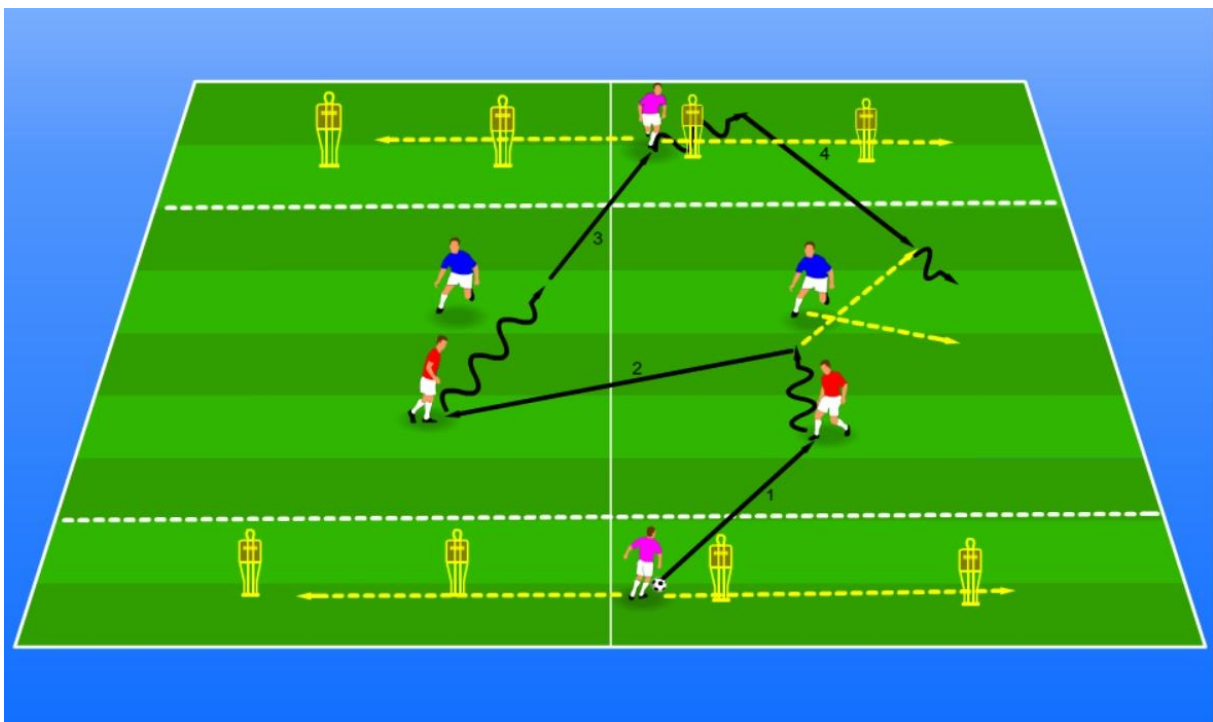
## Trenerjevi poudarki

- Močne in natančne podaje.
- Sprejem žoge srednjega veznega napadalca v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje srednjega napadalca.
- Pravočasno odkrivanje in vtekanje krilnega napadalca iz širine v medprostor.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem, podajami in zaključkom napadanja.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge.

### 6.3.1.4. IGRALNE OBLIKE

Predstavljene vaje se lahko stalno uporabljajo v glavnemu delu. Izvajajo se v manjših prostorih, z manjšim številom nogometašev. Naloge so prilagodljive s pravili glede na zastavljene cilje, ki jih želimo doseči. Poleg osnovne ideje za igro je cilj igralnih oblik tudi vadba prehodov po pridobljeni oziroma izgubljeni žogi.

**Vaja 1:** Igra 1+2 : 2+1 v omejenem prostoru.



Slika 91



## **Cilj**

Globinska podaja v srednji prostor in igri 1:1 preigravanje in podaja na nasprotno stran na prostega igralca

## **Opis**

Igralno polje velikosti 30 x 35 m, ki je razdeljen na  $\frac{1}{2}$ . Igralna oblika za posest in prehod v napada bomo izvajali na tri načine:

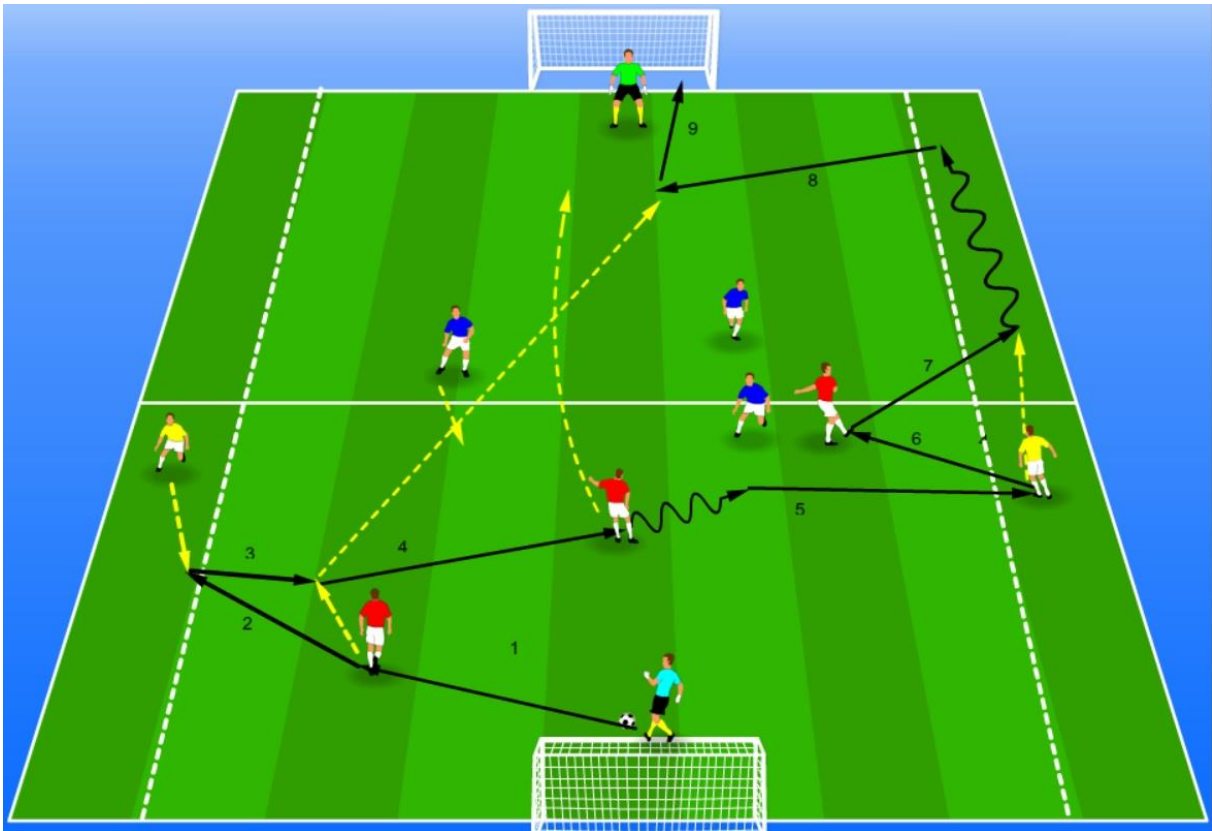
1. Rdeči igralec po sprejemu žoge od prostega igralca odigra soigralcu v levi prostor, ki je v boljšem položaju za preigravanje .
2. Rdeči igralec po sprejemu žoge od prostega igralca odigra soigralcu v levem prostoru dvojno podajo in podaja na prostega igralca.
3. Rdeči igralec po sprejemu žoge od prostega direktno preigrava obrambnega igralca in igra na prostega igralca.

Na ta način poizkušata rdeča igralca izvesti prehod z žogo na prostega igralca na drugi strani. Prosta igralca imata en dotik, igralci v polju pa prosto igro s ciljem čim hitrejšega prehoda. Pravila igre lahko tudi prilagajamo. Če modra igralca odvezmeta žogo se vloge zamenjajo. V tej igralni obliki hkrati vadimo tudi hitre prehode po pridobljeni oziroma izgubljeni posesti žoge – menjava vlog (iz napada v obrambo in obratno).

## **Trenerjevi poudarki**

- Močne in natančne podaje.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje igralca v sosednem polju.
- Pravočasno odkrivanje prostega igralca na drugi strani med figurami.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem in podajami.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Sodelovanje med igralci..
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

## Vaja 2: Igra v postavitvi V+ 3 : 3 +V z dvema prostima igralcema na straneh



Slika 92

### Cilj

Izkoristiti prosta igralce na straneh za dvojno podajo in vtekanje v prazen prostor na straneh kjer sledi s hitrim vodenjem podaja pred vrata

### Opis

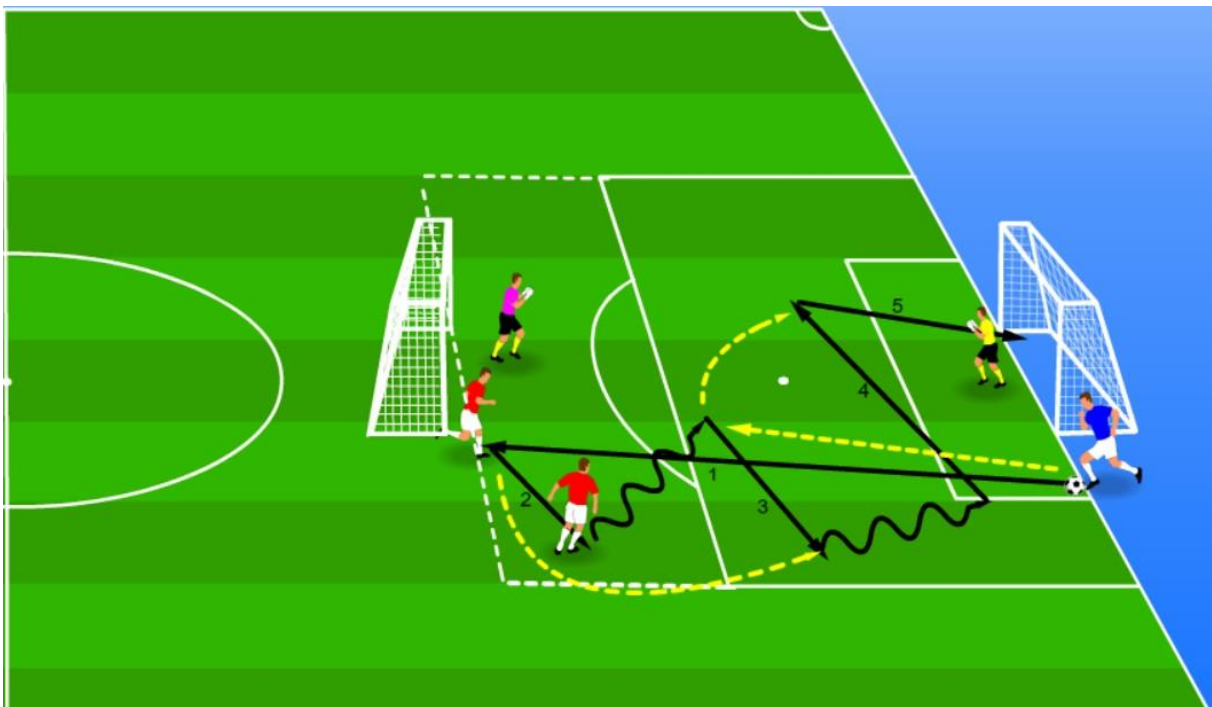
Igralno polje velikosti 45 x 35 m z dvema conama na straneh v katerih sta dva prosta igralca. V igri sodelujejo V + 3 : 3 + V z dvema prostima igralcema. Igra poteka v sredini med conama z dvema dotikoma, prosta igralca imata na polovici rdeče ekipe en dotik. Z vtekanjem na nasprotno polovico ter hitrim vodenjem izvede podajo pred vrata in strel. Ko modra ekipa odvzameta žogo se vloge zamenjajo.

### Trenerjevi poudarki

- Močne podaje.
- Pravočasno vtekanje prostih igralcev.

- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča podaje z enim dotikom.
- Natančnost podaje.
- Sodelovanje med igralci.
- Sprejem žoge v gibanje proti globini za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje iz širine proti sredini.
- Usklajeno odkrivanje vseh igralcev.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

### Vaja 3: Igra 2 : 1 na dvoje vrat z vratarjema



Slika 93

#### Cilj

Podaja obrambnega igralca na napadalca in sledi igra 2:1 s preigravanjem in strelom na vrata. Cilj vaje je izboljšati igro 1 proti 1 v napadu.

#### Opis

Igralno polje velikosti 40 x 20 m. Igralna oblika 2:1 . Po sprejemu žoge od obrambnega igralca,

rdeča igralca poizkušata čimprej priti do strela na vrata.. Obrambni igralec poizkuša preprečiti strel na vrata. Če obrambni igralec odvzame žogo preide v fazo napada in izvede akcijo s strelom na nasprotna vrata. Napadalec mu to poizkuša preprečiti.

1. Rdeči igralec po sprejemu žoge odigra na igralca na desni strani, ki z vodenjem v sredino ustvarja prostor na desni strani za vtekanje za hrbet soigralcu, kateremu odigra in sledi podaja pred vrata ter zaključek.
2. Rdeči igralec po sprejemu žoge direktno preigrava obrambnega igralca in odigra na prostega igralca.
3. V igralni obliki hkrati vadimo hitre prehode po pridobljeni oziroma izgubljeni žogi ter spodbujanje kreativnosti in različnih varanj.

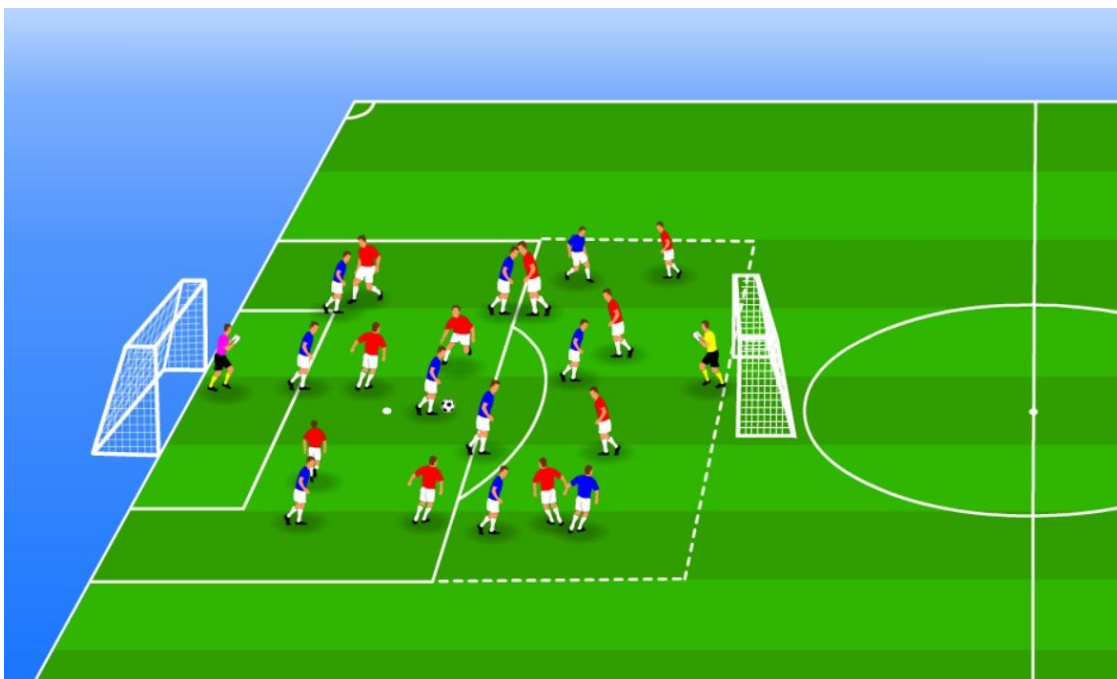
#### **Trenerjevi poudarki**

- Natančne podaje.
- Sprejem žoge gibanju za osvajanje prostora.
- Pravočasno odkrivanje soigralca.
- Pomembna je usklajenost med odkrivanjem in podajami.
- Pravilna postavitev telesa, ki omogoča pravilno izvedbo sprejema žoge, povratne in dvojne podaje.
- Sodelovanje med igralci.
- Hiter prehod iz napada v obrambo ter obratno.

#### **6.3.1.5 MOŠTVENA IGRA**

Pri teh vajah gre za razvoj moštvene taktike, kjer lahko uporabimo celotno moštvo ali manjše število igralcev na zmanjšanem igrišču. V vajah poizkušamo prilagajati pravila tako, da nam čim večkrat omogočajo doseči zastavljen cilj.

### Vaja 1: igra 10:10 v omejenem prostoru



Slika 94

#### Cilj

Cilj vaje je v zelo majhnem prostoru čim hitreje priti do zaključka na vrata.

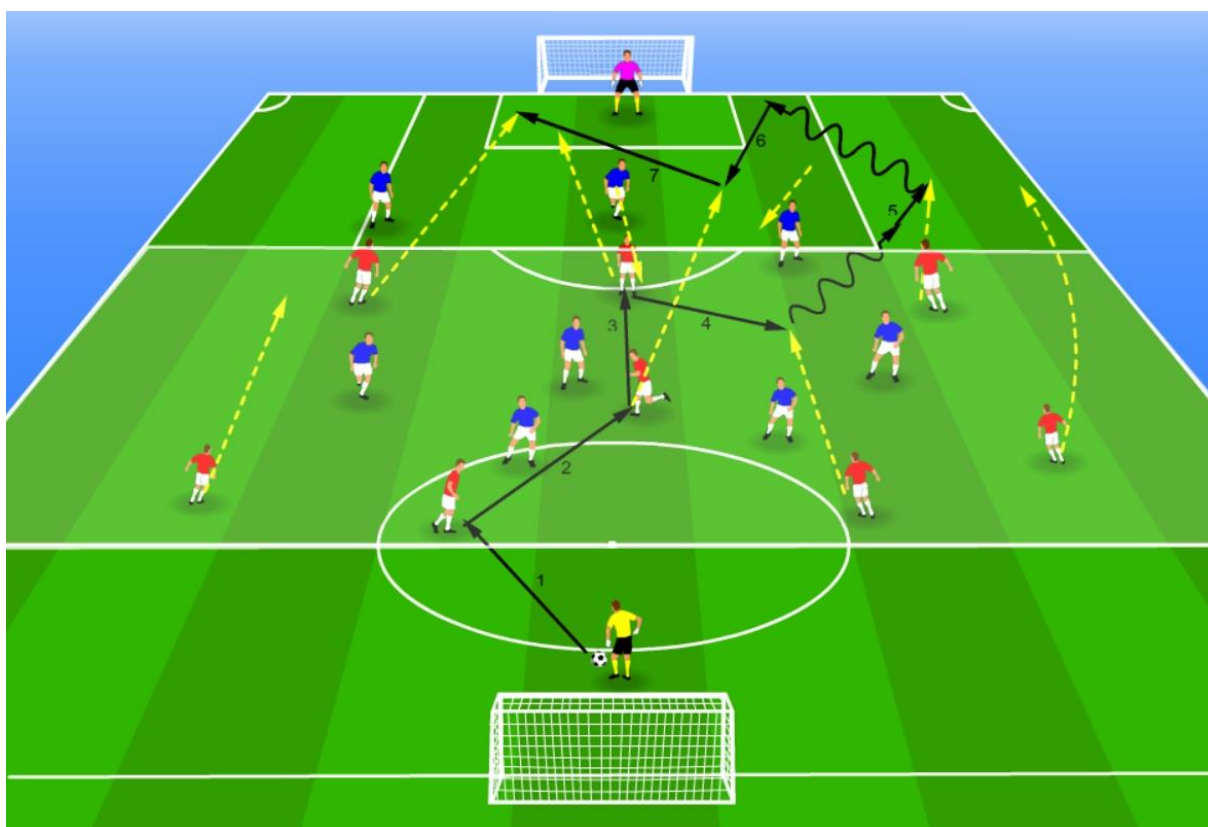
#### Opis

Igrišče je veliko 2 kazenska prostora kot prikazuje slika v katerem igrata dve moštvi igro 11 proti 11.

#### Trenerjevi poudarki

- Hitri prehodi igralcev tako po izgubljeni kot po pridobljeni žogi.
- Uigravanje principov v napadalni v tretjini.
- Hiter zaključek napada po odvzeti žogi.
- Hitri prehodi po pridobljeni oziroma izgubljeni žogi.
- Menjava iz napada v obrambo in obratno.

## Vaja 2: Igralna oblika V+8 : 8 + V na dvoje vrat



Slika 95

### Cilj

Ustvarjanje situacije za igro 1:1 v sredini in na krilnem položaju koriščenje številčne prednosti na tem delu igrišča

### Opis

Na 2/3 igrišča poteka igra V+8 : 8+V. Igrišče je razdeljeno na tri prostore kot prikazuje slika. V prvi coni imajo igralci en dotik in poizkušajo čimprej prenesti žogo v srednjo cono, kjer igrajo z dvema dotikoma. Rdeče moštvo izpelje napad skozi sredino z odkrivanjem srednjega napadalca na povratno podajo. Igralcem dovolimo, da imajo več dotikov, če z vodenjem v globino in preigravanjem ustvarijo višek igralcev. V napadalni tretjini pa dovolimo prosto igro. Zaključek akcije se lahko ustvari s podajo na krilni položaj, s podajo med dva igralca skozi

sredino ali s prodorom. Vadimo hitre prehode po izgubljeni oziroma pridobljeni žogi in vključevanje igralcev, ter z gibanji zagotavljanje širine in globine v igri.

V kolikor modra ekipa žogo odvzame, poizkuša čim hitreje izvesti prehod v napad in zaključiti s strelom na nasprotnikova vrata.

### **Trenerjevi poudarki**

- Hitra sprememba smeri napadanja.
- Odkrivanje igralcev in koriščenje praznih prostorov za vtekanje v globino oziroma za zadnjo linijo nasprotnika.
- Močne in natančne.
- Hiter prehod po izgubljeni oziroma odvzeti žogi.
- Sodelovanje med igralci.
- Hiter prihod iz napada v obrambo ter obratno.

## 7 SPLOŠNA OCENA IGRE FC BAYERN MÜNCHEN

FC BM nastopa v 1. nemški nogometni ligi – Bundesliga, ki jo je od ustanovitve leta 1963 klub osvojil petindvajsetkrat, kar znaša največ med vsemi klubi v Nemčiji. Filozofija FC BM je zelo napadalno usmerjena igra. Fanatična borbenost na vseh delih igrišča tako v fazi napada kot v fazi obrambe odraža njihovo igro. Večinoma igrajo v sistemu 1:4:2:3:1 . Kondicijska in taktična pripravljenost je na visokem nivoju. Tehnično so zelo kvalitetni, imajo zelo kratek čas med sprejemom in podajo. Podaje so zelo natančne in pogosto direktne.

Igralci FC BM delujejo zelo samozavestno. V trenutku ko izgubijo žogo jo želijo takoj odvzeti nazaj na kateremkoli delu igrišča. S hitrimi prehodi : vodenjem žoge, preigravanjem, s hitro podajo v globino po tleh med obrambne igralce, z dvojno podajo, podajo po zraku preko obrambne vrste v medprostor med obrambne igralce, izvajajo nenehen pritisk na nasprotno ekipe. Taktično, imajo v fazi obrambe visoko postavitev 20-25 m od vrat nasprotnika, če je potrebno izvajajo pritisk tudi v 16 m prostoru.

V igri s kratkimi podajami v globino poizkušajo iskati medprostore med linijami nasprotnika in tako kar najhitreje priti v zadnjo napadalno tretjino igrišča in nato do zaključka. Igra FC BM je zelo racionalna in preudarna. Ne glede na to kje igrajo imajo posest žoge med 60 -70 % ali več. Značilnost igre FC BM je hiter prehod in prenos žoge na nasprotnikovo polovico in hitro vključevanje petih do šestih igralcev v kazenski prostor. Če ne izvedejo strela na vrata, zadržijo žogo na nasprotnikovi polovici in s kontinuiranim napadom gradijo igro.

Glavna moč FC BM je individualna kakovost posameznikov, podkrepljena s skupno idejo v igri. Igrajo v sistemu 1:4:2:3:1 . Ob iniciativi v igri in s podajami v globino poizkušajo iskati medprostore med linijami nasprotnika, s kontinuiranim napadom ter hitrim vodenjem in preigravanjem so bili pri prehodih iz obrambe v napad v pripravi in zaključku opazni naslednji taktični principi:

1. Princip globine.
2. Princip širine.
3. Princip praznjenje prostora na krilnem položaju in vtekanje



4. Princip praznjenje prostora v sredini in vtekanje
5. Princip hitrega vodenja
6. Princip preigravanja

## **8 SKLEP**

Cilj naloge je bil na osnovi analize in taktike igre v napadu prepoznati sestavne situacije med igro FC BM. Naloga je sestavljena iz dveh delov. V prvem delu sem želel ugotoviti model igre ekipe FC BM in na osnovi primerjave sestavnih situacij ugotoviti taktične principe, kako in na kakšen način je ekipa FC BM izvajala prehode v nizki, srednji in visoki tretjini igrišča. Natančneje, zanimalo me je način kako je igrala ekipa FC BM v fazi napada od trenutka odvzete žoge naprej. Z ugotavljanjem taktičnih principov in s tem načina igre v času napadanja ekipe FC BM sem uresničil zahtevo po teoretični vrednosti naloge. Vsebina izbire taktičnih principov omogoča zapomnitev v motoričnem spominu in prepoznavanje poznanih situacij med igro. Gre za razvoj skupne ideje v igri v času napadanja kar omogoča učinkovito in dinamično igro.

V drugem delu naloge sem z uporabo slovenske metodike učenja igre, ustrezne izbire vaj ter metod učenja poizkušal približati ravni igre ekipi FC BM. Na ta način sem uresničil praktično vrednost naloge. Tako sem najprej iz igre izpostavil tipične sestavne situacije, nato pa na podlagi ponavljajočih se sestavnih situacij pripravil izbiro vaj glede na zahteve slovenske metodike. Na osnovi analiziranih sestavnih situacij sem na zahteve sodobne igre, teorije in taktike poimenoval taktične principe za neposredno uporabo v praksi.

Glavni cilji diplomske naloge je predstaviti način treniranja igre v napadu, kako usposobiti posameznike in moštvo, da znajo v različnih situacijah igre po odvzemu žoge v nizki, srednji in visoki tretjini najti optimalno rešitev za prehod v napad.

Predstavljena metodika in izbira vaj (vaje za razvoj dinamične tehnike, vaje za razvoj situacijske tehnike, igralne situacije, igralne oblike ter moštvene igre) je vezana na slovensko metodiko učenja igre v napadu. Vaje si sledijo v logičnem zaporedju ob upoštevanju didaktičnih načel od bistvenega k manj bistvenemu in od enostavnejšega k sestavljenemu.

Cilj treningov, kjer prevladujejo igralne oblike, mora biti, da idejo poskušamo izvajati v sami igri. Z različnim številom igralcev lahko igramo na manjšem prostoru ali na velikem igrišču. V treningu izbiramo postopne korake glede na to, kaj hočemo igralca učiti, katera taktična sredstva so primerna glede na znanje ter kako jih bomo učil, trenirali. Zelo jasno se moramo tudi zavedati, zakaj izbiramo določene vaje in metode. Izbor vaj mora biti smiselni in prilagojen stopnji znanja igralcev oziroma ekipe.

V diplomski nalogi je predstavljenih 95 slik (vaje za razvoj dinamične tehnike, vaje za razvoj situacijske tehnike, igralne situacije, igralne oblike in moštvene igre) za različne sestavne situacije, ki jih lahko trenerji uporabijo kot pomoč v procesu treninga z opisom ter trenerjevimi navodili.

## 9 LITERATURA

1. Božičević, B. (2020). Uigravanje nogometne ekipe v sistemu 1:3:4:1:2 v kontekstu sistemov igre evropskih tekmovanj. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
2. Božičević S. Skice: (2022). Program Tactics Manager 3.0. SoccerTutor.com Limited, London, UK.
3. Božičević S. (1989). Metodika učenja prehodov iz obrambe v napad in obratno. Ljubljana Fakulteta za telesno kulturo, Univerza EK v Ljubljani .
4. Elsner, B. (2004). Nogomet, teorija igre. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
5. Elsner, B. (1984). Metodika dela z nogometaši. Ljubljana: Šolski center za telesno vzgojo
6. InStat scout (2022). Statistics, selected matches. Pridobljeno na spletnem naslovu InStat (instatscout.com)
7. Grabić, D. (2020).Hitrost usmerjene igre proti vratom nasprotnika. Diplomsko delo. Ljubljana.
8. Karanović, R. (2022).Model igre NK Maribor – izhodišče za kontinuiran napad.Diplomsko delo. Maribor.
9. Kavčič, I. in sodelavci (2021). Taktika. Skripta za šolanje trenerjev UEFA C. Neobjavljeno delo. Ljubljana: Nogometna zveza Slovenije.
10. Kolman, S (2011). Iz igre do igre - metodika učenja igre v obrambi na osnovi analize igre reprezentance Italije na svetovnem prvenstvu 2006. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport.
11. Sentič, G. (2022). Ugotavljanje modela igre Španske reprezentance U21 v napadu na EURU 2021 na osnovi analize sestavnih situacij. Diplomsko delo. Ljubljana.
12. Starčević, V. (2022). Ugotavljanje modela igre Portugalske reprezentance U21 v napadu na EURU 2021 na osnovi analize sestavnih situacij. Diplomsko delo. Ljubljana.

13. Šalja, A. (2020). Značilnosti modela igre slovenske nogometne reprezentance U19. Diplomsko delo. Brdo pri Kranju.
14. Verdenik, Z. (2010). Metodika igre v napadu. Seminar ZNTS, Ljubljana.
15. Verdenik, Z. Pocrnjič, M. Elsner, B. (2000). Primerjava modelov igre nogometnih moštev v SNL – liga Simobil ter reprezentance Slovenije, Jugoslavije, Norveške in Španija. Ljubljana: FŠ
16. Verdenik, Z. (2019). Analiza sodobne igre, metodika učenja igre v napadu. Neobjavljeno delo. Predavanje – seminar, ZNTS, Portorož.
17. Verdenik, Z. , Kavčič, I., Kopasič, D., Starčević, V., Kolman, S. (2021). Slovenska metodika učenja igre v napadu.
18. Verdenik, Z.(2022). Slovenski model strokovnega dela v klubu, PP 13. Zupan, B. In sodelavci (2016). Razvojna pot nogometaša. Brdo pri Kranju: NZS
19. Zaletel, J. (2017). Analiza igre v napadu nogometnega kluba BM V SEZONI 2014/2015 Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
20. Zupan, B. In sodelavci (2016). Razvojna pot nogometaša. Brdo pri Kranju: NZS

