

A close-up photograph of a soccer ball with black and white panels, partially obscured by the white netting of a goal. The ball is resting on a green grass field. The background is blurred, showing a stadium setting.

**TAKTYKA NA ETAPIE
NAUCZANIA
PODSTAWOWEGO (10- 12 lat)**

**KURS TRENERA I KLASY/UEFA A WYRÓWNAWCZY
OPRACOWAŁ - PIOTR SOWISZ (19-22.04.2010)**

CELEM PODSTAWOWYM ETAPU NAUCZANIA TAKTYKI POWINNO BYĆ

**OPANOWANIE PODSTAWOWYCH
UMIEJĘTNOŚCI I WIADOMOŚCI
TAKTYCZNYCH, SPOSOBÓW I ZASAD
ODPOWIEDNIEGO ZACHOWANIA SIĘ
W GRZE, W OBRONIE I W ATAKU**

A – INDYWIDUALNYCH

B – ZESPOŁOWYCH

TAKTYKA – TO WYBÓR
PRZEZ ZAWODNIKA, GRUPĘ
ZAWODNIKÓW LUB ZESPÓŁ
SPOSOBU ROZWIĄZANIA
ZAISTNIAŁEJ W GRZE
SYTUACJI, INACZEJ
PLANOWANIE GRY

TAKTYKA

TAKTYKA – TO RÓWNIEŻ ELEMENT WALKI SPORTOWEJ UWARUNKOWANY WIELOMA CZYNNIKAMI, TAKIMI JAK :

-PRZYGOTOWANIE INDYWIDUALNE

-PRZYGOTOWANIE GRUPOWE

-PRZYGOTOWANIE ZESPOŁOWE

-PRZEPISY GRY

-WARUNKI ZEWNĘTRZNE (ATMOSFERYCZNE, NAWIERZCHNIA BOISKA, WIELKOŚĆ BOISKA itp...)

TAKTYKA A PRZYGOTOWANIE TAKTYCZNE

PRZYGOTOWANIE TAKTYCZNE - TO SUMA WIADOMOŚCI DOTYCZĄCYCH SPOSOBÓW I ZASAD SPRAWNEGO ZACHOWANIA SIĘ W GRZE.

PRZYGOTOWANIE TAKTYCZNE - TO RÓWNIEŻ DZIAŁANIA MAJĄCE NA CELU UMIEJĘTNE I SKUTECZNE UTRUDNIANIE PRZECIWNIKOWI ZDOBYCIE BRAMKI.

PRZYGOTOWANIE TAKTYCZNE - MA ZAPOZNAĆ I WSKAZAĆ ZAWODNIKOWI – ZESPOŁOWI SKUTECZNE SPOSOBY ROZWIĄZYWANIA OKREŚLONYCH SYTUACJI, POWSTAJĄCYCH W CZASIE GRY.

WAŻNYM ELEMENTEM JEST RÓWNIEŻ STOPIEŃ WZAJEMNEGO ZROZUMIENIA SIĘ, WSPÓLDZIAŁANIA POSZCZEGÓLNYCH ZAWODNIKÓW CO MA WPŁYW NA GRĘ, NA JEJ SKUTECZNOŚĆ A W EFEKCIE NA WYNIK.

PODZIAŁ TAKTYKI

TAKTYKA ATAKOWANIA

- TAKTYKA INDYWIDUALNA
- TAKTYKA ZESPOŁOWA

TAKTYKA BRONIENIA

- TAKTYKA INDYWIDUALNA
- TAKTYKA ZESPOŁOWA

ETAP NAUCZANIA TAKTYKI POWINIEN CECHOWAĆ SIĘ

ZAPOZNANIEM I OPANOWANIEM :

- PODSTAWOWYCH WIADOMOŚCI
I UMIEJĘTNOŚCI TAKTYCZNYCH
(TABLICA, PREZENTACJA MULTIMEDIALNA itp...)
- PODSTAWOWYCH SPOSOBÓW I ZASAD
(WZORÓW) ODPOWIEDNIEGO
ZACHOWANIA SIĘ
W GRZE (W OBRONIE I W ATAKU)

ROLA TRENERA NA POCZĄTKU KARIERY PIŁKARSKIEJ ZAWODNIKA

CECHĄ I MOTTEM PRZEWODNIM „DOBREGO”
TRENERA ,KTÓRY NA ETAPIE NAUCZANIA
WPROWADZA MŁODEGO PIŁKARZA W BARDZO
TRUDNĄ DZIEDZINĘ RZEMIOSŁA PIŁKARSKIEGO
JAKĄ JEST **TAKTYKA**, POWINNO BYĆ :

NAUCZYĆ – POTEM WYMAGAĆ

TRENER POWINIEN

- UMIEJĘTNIE OCENIĆ PREDYSPOZYCJE INDYWIDUALNE DANEGO ZAWODNIKA - ZESPOŁU
- DAĆ ZAWODNIKOWI - ZESPOŁOWI MOŻLIWOŚĆ POPEŁNIENIA BŁĘDU
- BYĆ CIERPLIWYM I KONSEKWENTNYM
- WPROWADZIĆ DOBRĄ ATMOSFERĘ TRENING – MECZ
- UCZYĆ PRZEGRYWAĆ SWOICH PODOPIECZNYCH A KAŻDĄ PORAŻKĘ , NIEPOWODZENIE UMIEJĘTNIE WYTŁUMACZYĆ
- WIERZYĆ W SWOJEGO ZAWODNIKA - ZESPÓŁ

PODSTAWOWE UWARUNKOWANIA DOTYCZĄCE NAUCZANIA TAKTYKI

1. POZIOM ROZWOJU PSYCHO - FIZYCZNEGO
ZAWODNIKA – MŁODEGO PIŁKARZA
(KREATYWNOŚĆ – INTELIGENCJA PIŁKARSKA)
2. MOŻLIWOŚCI SPRAWNOŚCIOWE ZAWODNIKA
(SPRAWNOŚĆ OGÓLNA – KOORDYNACJA
RUCHOWA)
3. INDYWIDUALNE UMIEJĘTNOŚCI TECHNICZNE
(KONTROLA PIŁKI – WIDZENIE)
 - PRAWIDŁOWE PRZYJĘCIE PIŁKI
 - PRAWIDŁOWE PODANIE PIŁKI
 - PRAWIDŁOWE USTAWIENIE SIĘ

**ZACHOWANIA
OFENSYWNE
I DEFENSYWNE
W NAUCZANIU TAKTYKI
INDYWIDUALNEJ**



WZORY POSTĘPOWANIA

- **ĆWICZENIA WPROWADZAJĄCE** (NAJPROSTRZE ĆWICZENIA DWÓJKOWE, TRÓJKOWE)
- **UMIEJĘTNOŚĆ DOKŁADNEGO PODANIA** (WEWNĘTRZNA CZĘŚĆ STOPY)
- **PROWADZENIE PIŁKI**
- **WYCHODZENIE NA WOLNĄ POZYCJĘ**
- **UDERZENIE NA BRAMKĘ** (WYKOŃCZENIE AKCJI)
- **ODBIÓR PIŁKI** (WYPRZEDZENIE, WŚLIZG, WYBICIE)
- **ODPOWIEDNIA POZYCJA WYJŚCIOWA** (1x1 - W OBRONIE, W ATAKU)
- **GRA CIAŁEM – BLOKOWANIE PIŁKI**
- **POPRAWNE USTAWIENIE SIĘ** (W STOSUNKU DO BRAMKI, DO PIŁKI)

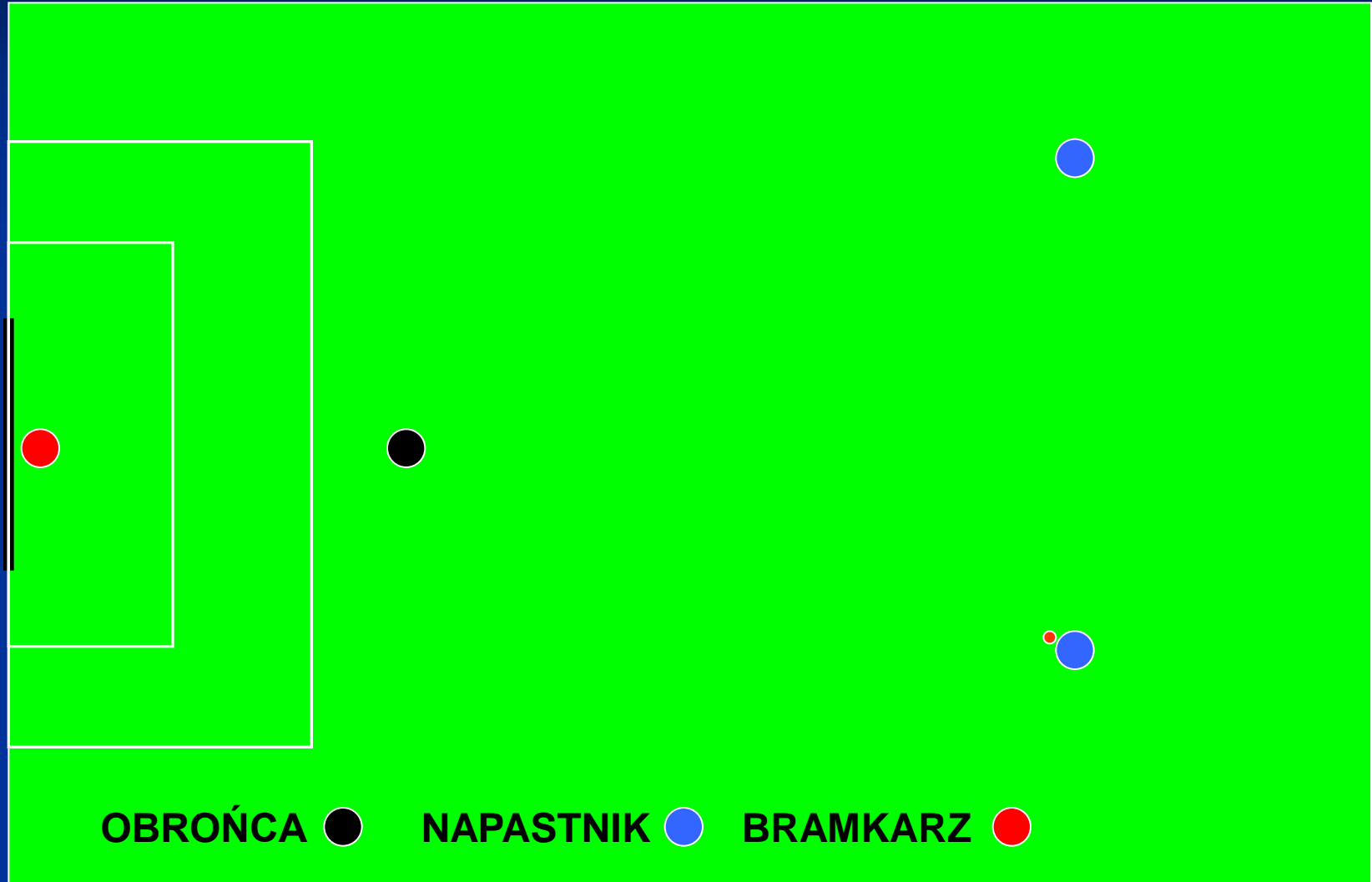
**ZACHOWANIA
DEFENSYWNE
I OFENSYWNE
W NAUCZANIU TAKTYKI
ZESPOŁOWEJ**



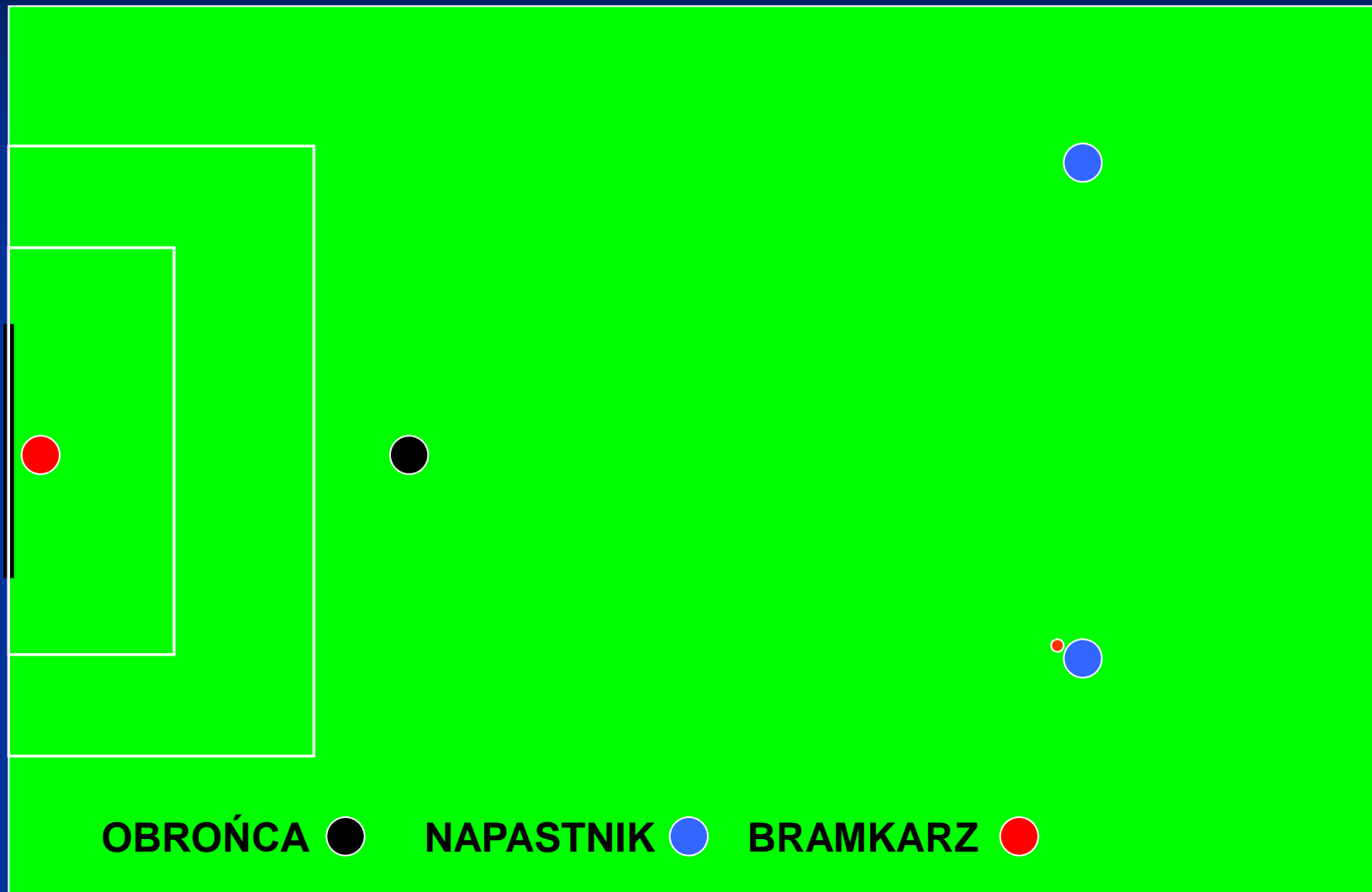
WZORY POSTĘPOWANIA

- **POJEDYNEK 2x1 (ODPOWIEDNIE ZACHOWANIA)**
- **SKRACANIE POŁA GRY**
- **PRZENOSZENIE CIĘŻARU GRY**
- **ZAWĘŻANIE POŁA GRY – PRZESUWANIE**
- **GRA NA SPALONY**
- **ASEKURACJA**
- **GRA ATAKIEM POZYCYJNYM (UTRZYMANIE SIĘ PRZY PIŁCE)**
- **GRA KONTRATAKIEM**
- **STAŁE FRAGMENTY GRY (RZUT ROŻNY, RZUT WOLNY, WRZUT PIŁKI Z AUTU, WZNOWIENIE GRY, RZUT KARNY)**
- **GRA BRAMKARZA (W OBRONIE, W ATAKU)**
- **MAŁE GRY (2x2, 3x2, 3x3 POPRAWNE ZACHOWANIA)**

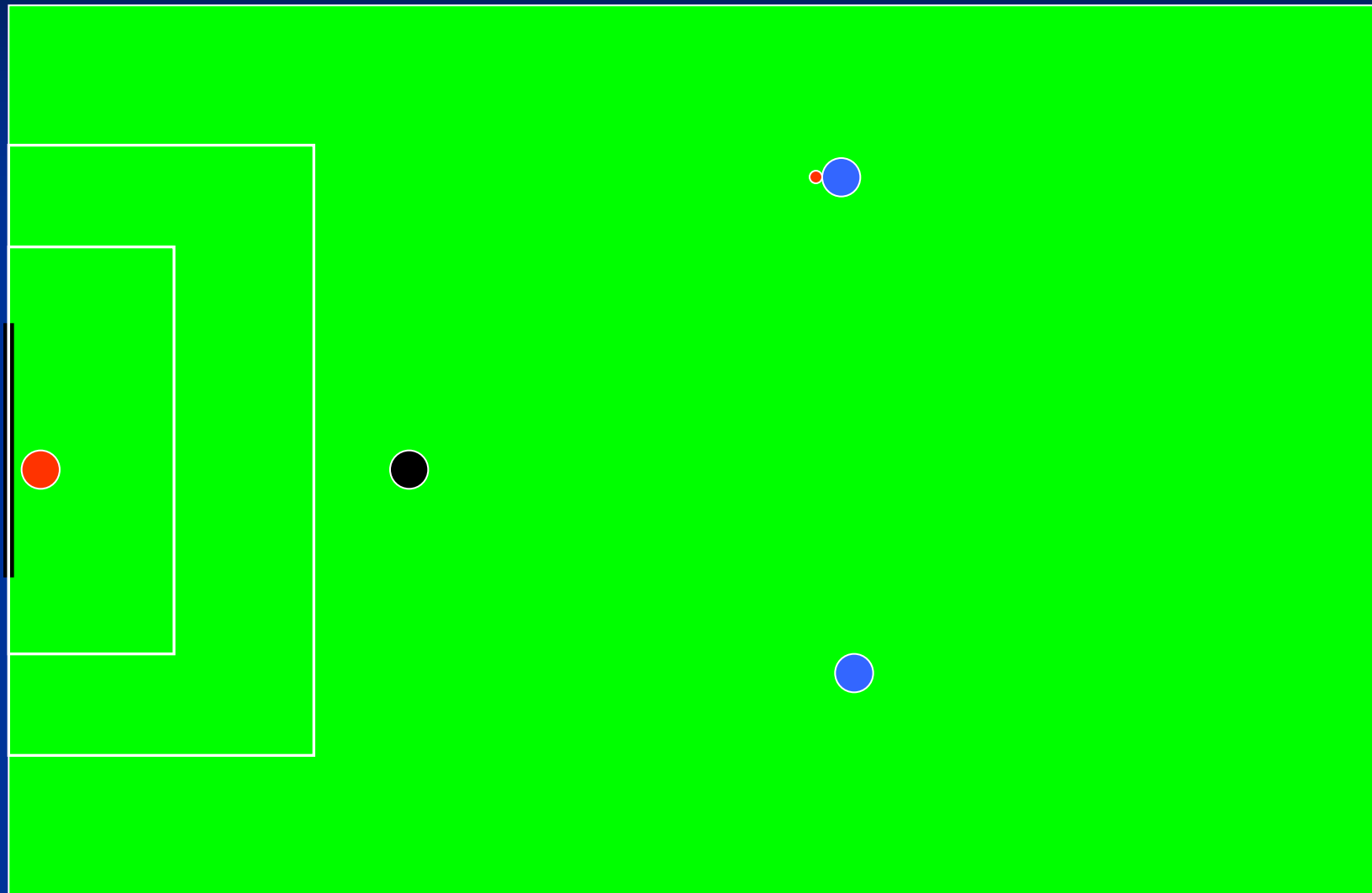
POJEDYNEK 2:1 WARIANT I – II - III



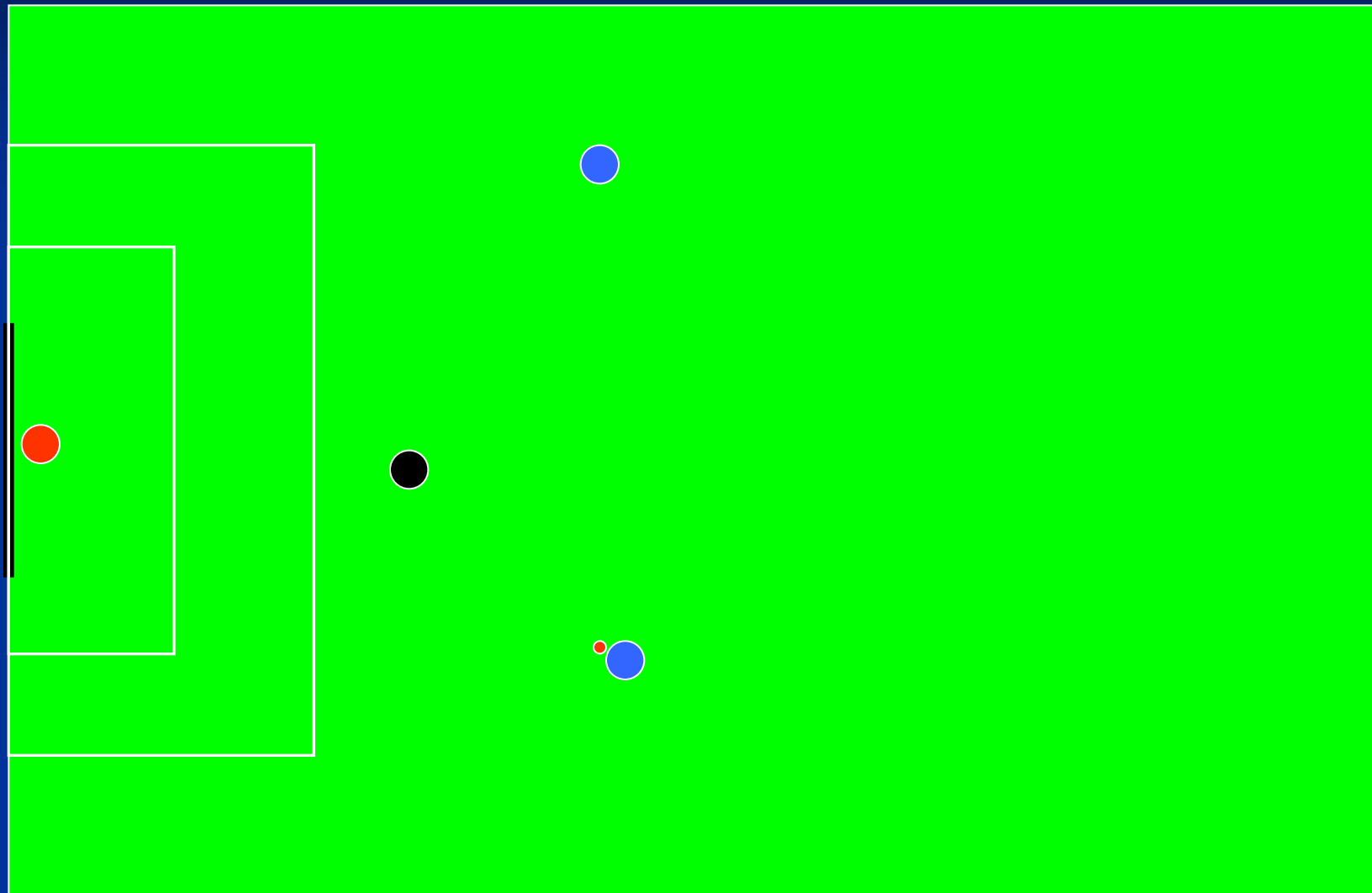
POJEDYNEK 2:1 (W – I)



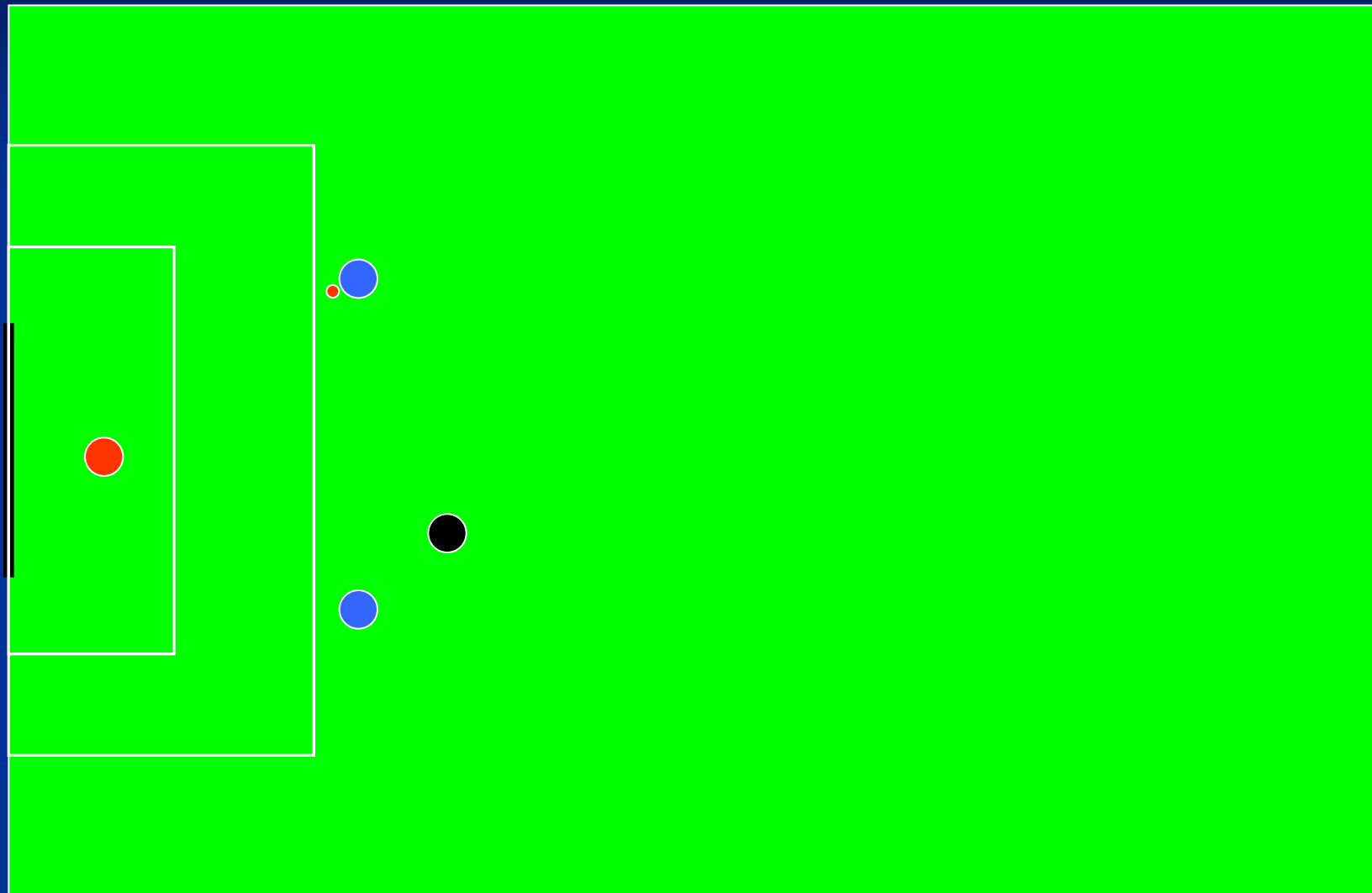
POJEDYNEK 2:1



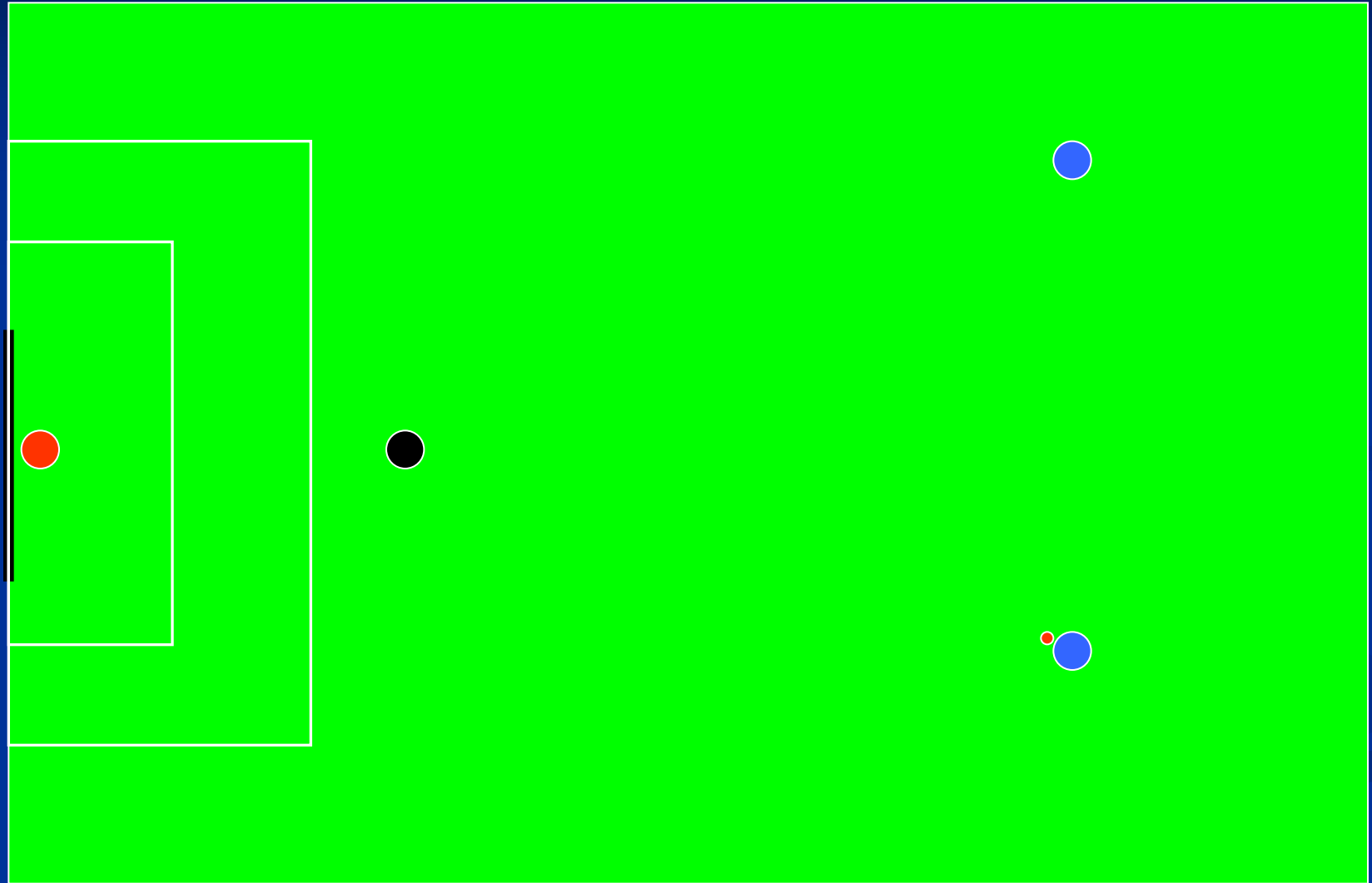
POJEDYNEK 2:1



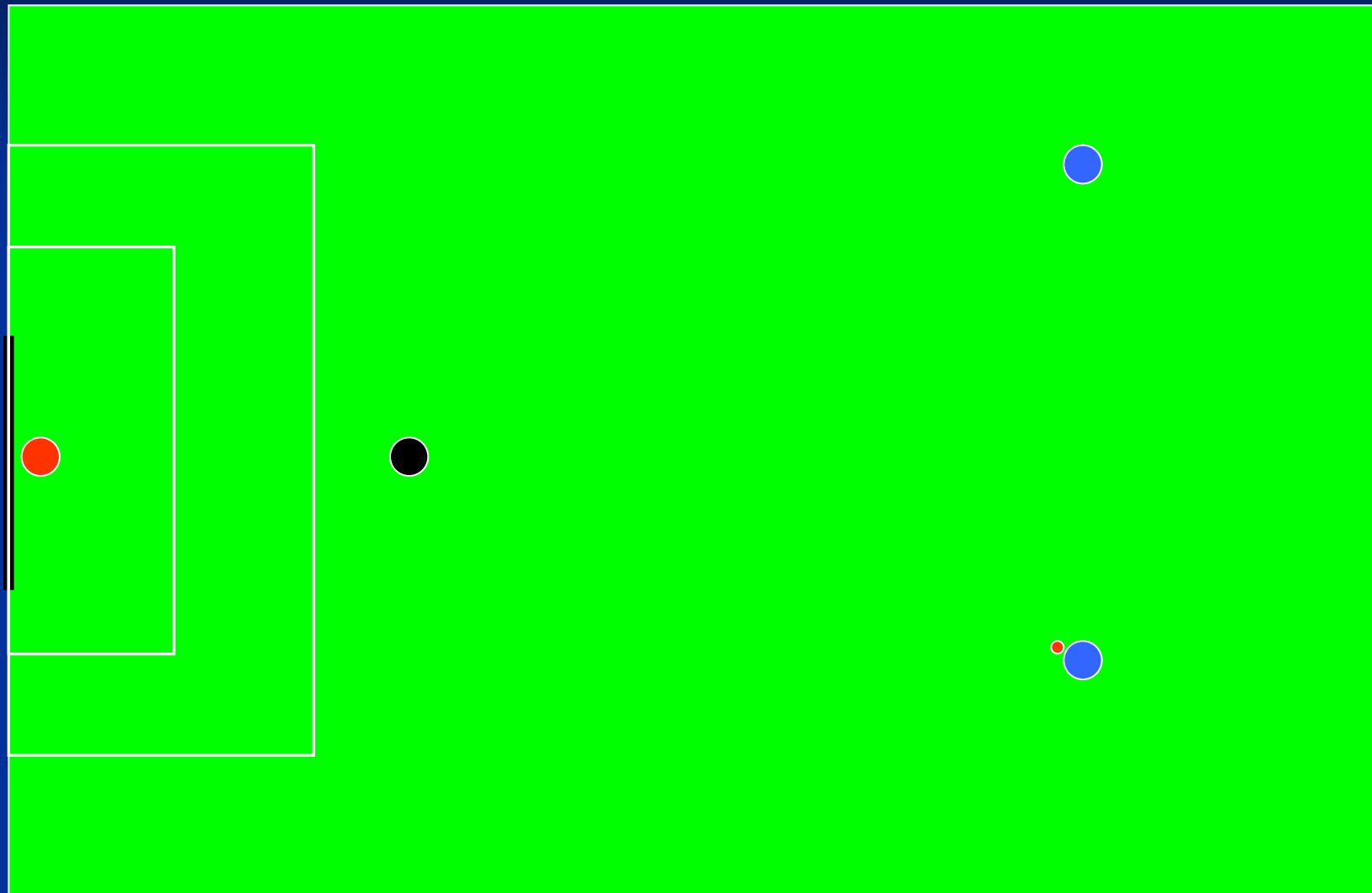
POJEDYNEK 2:1



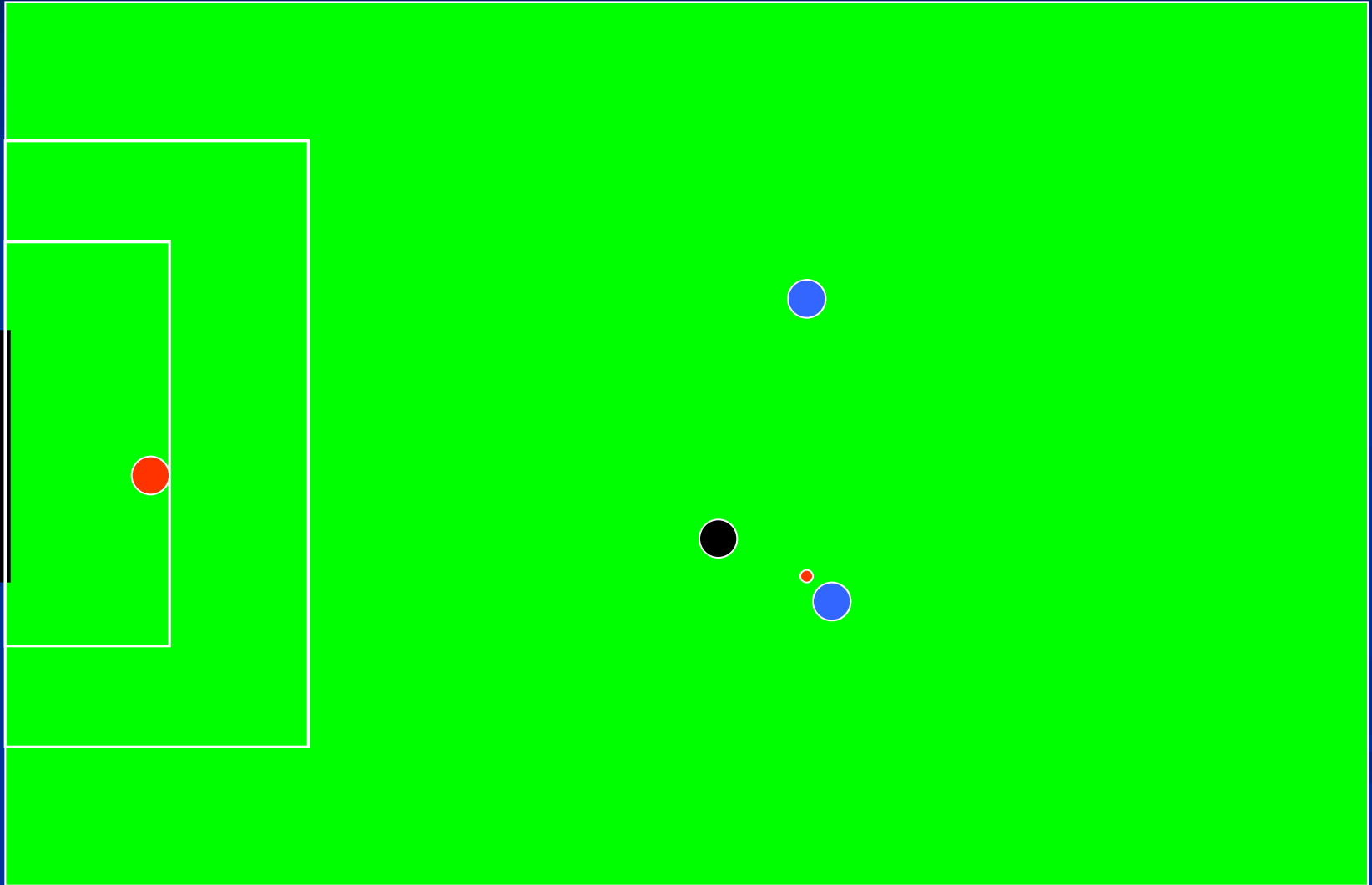
POJEDYNEK 2:1 (W - II)



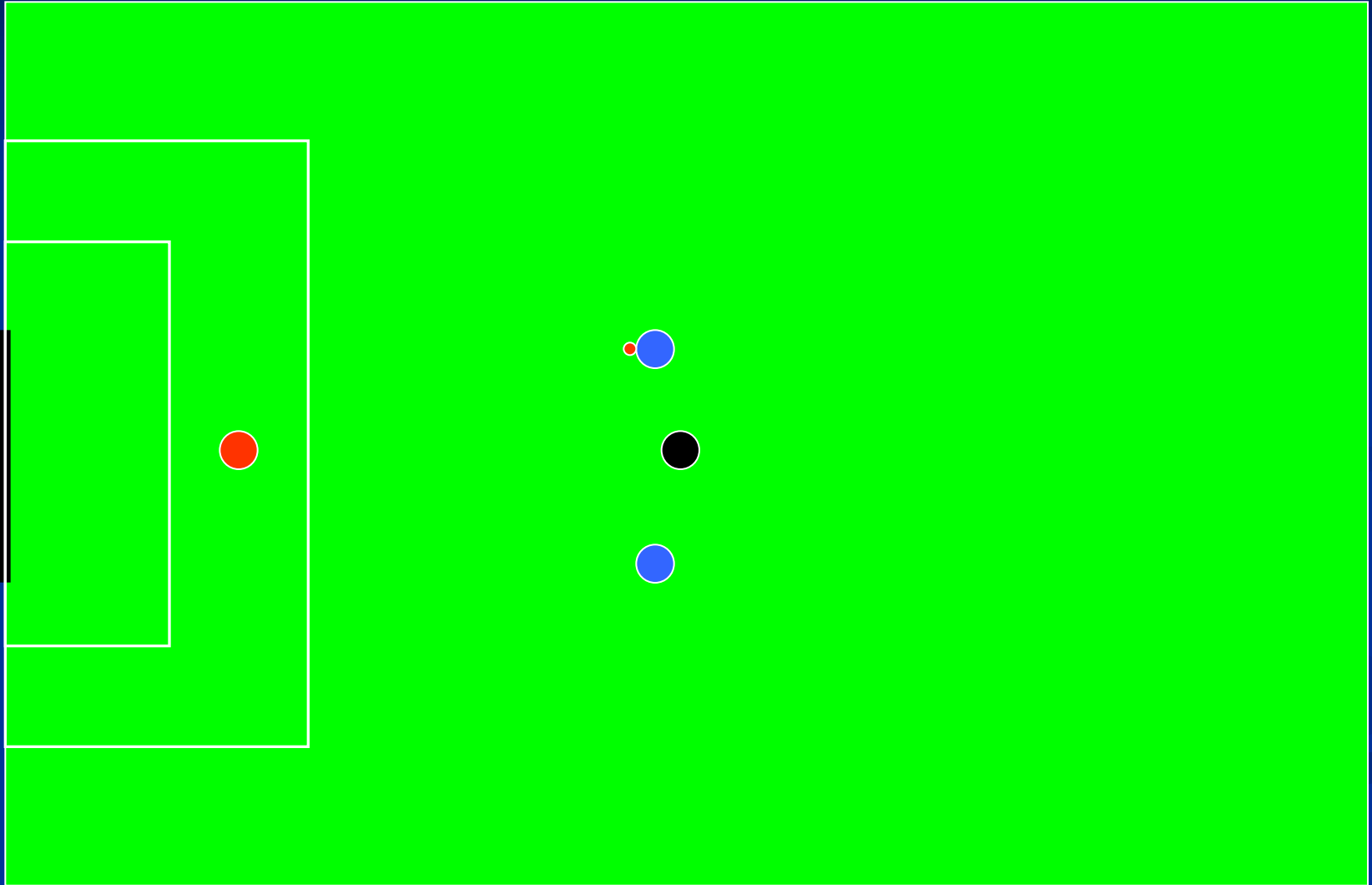
POJEDYNEK 2:1



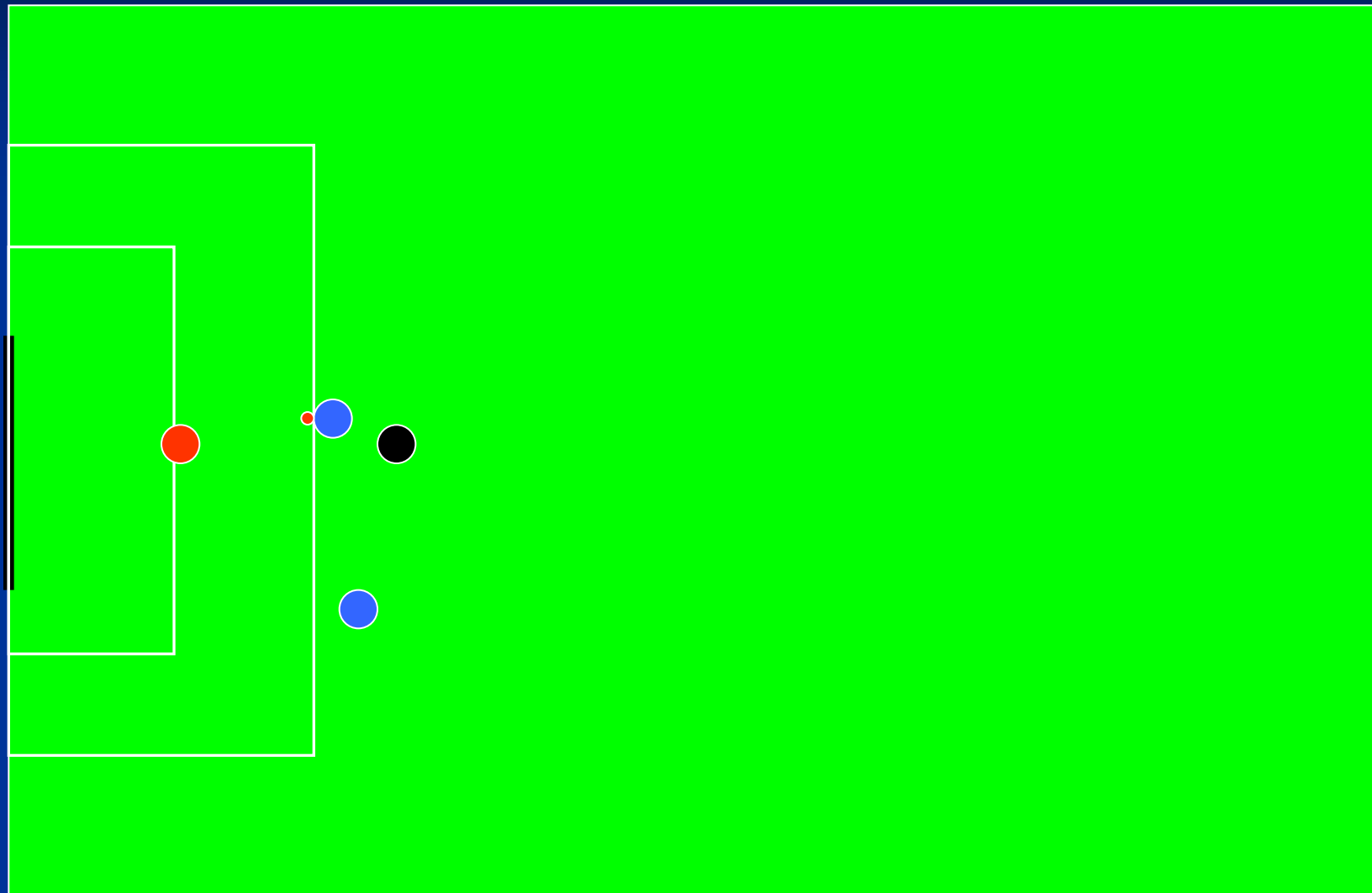
POJEDYNEK 2:1



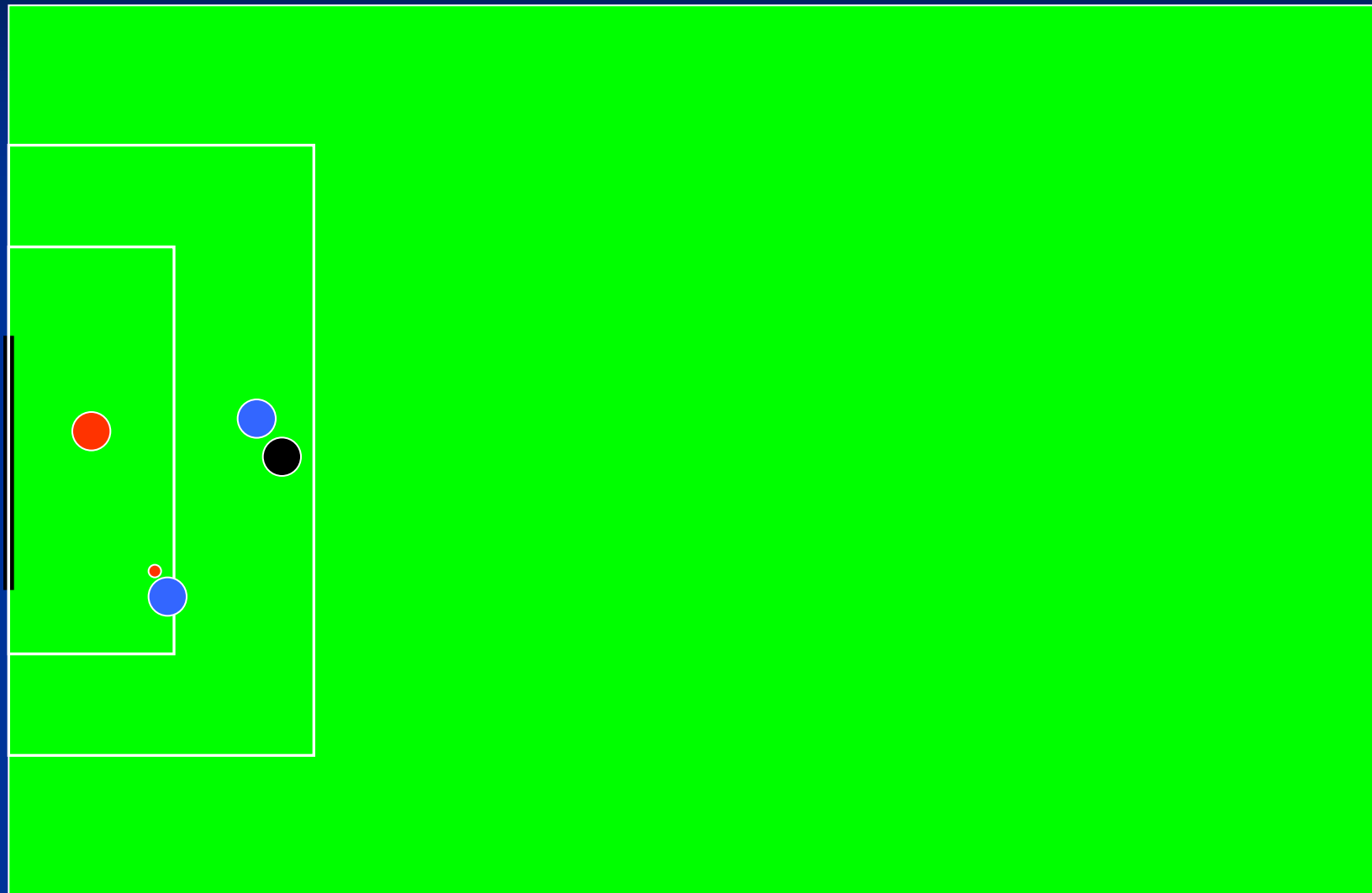
POJEDYNEK 2:1



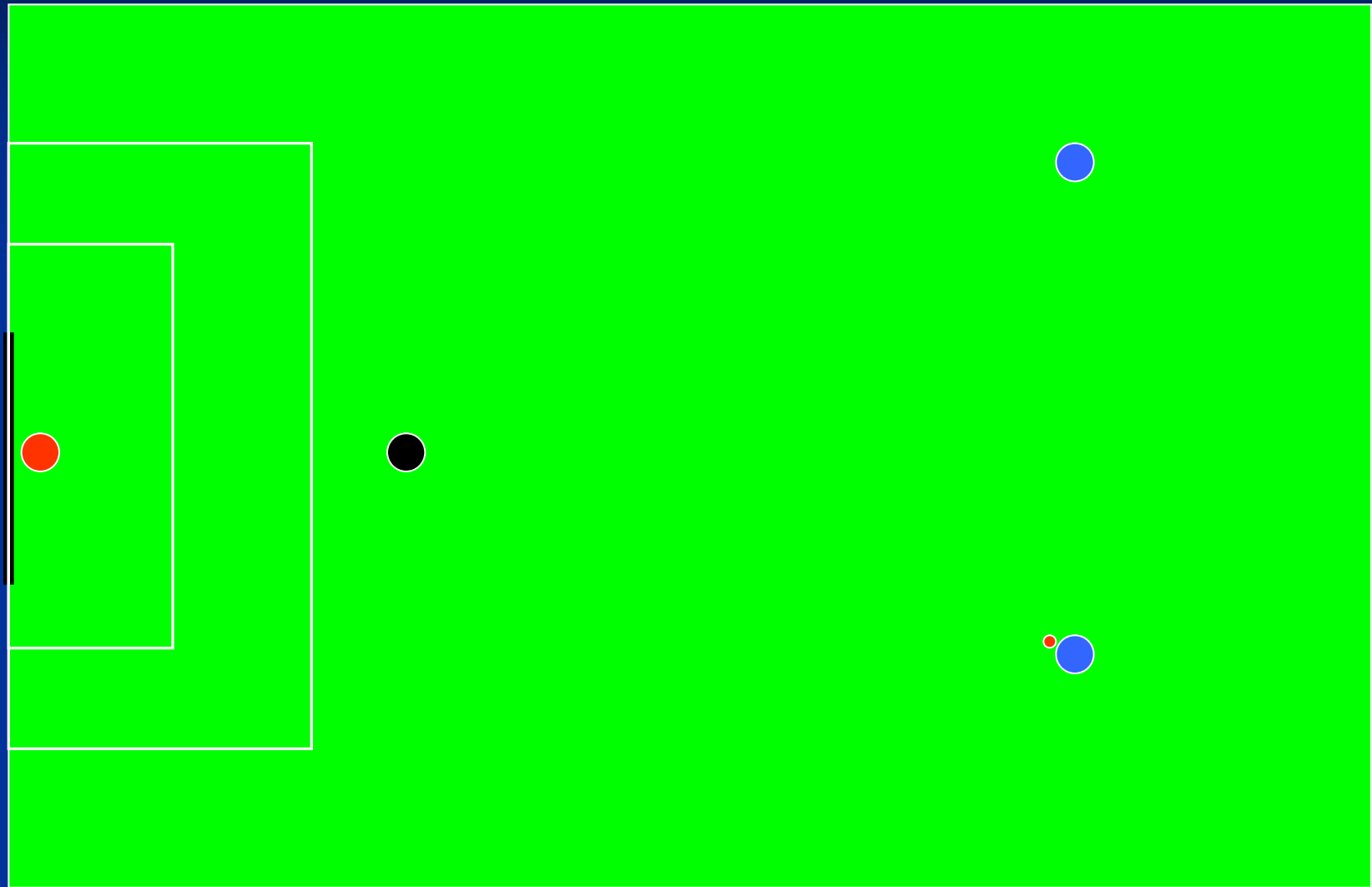
POJEDYNEK 2:1



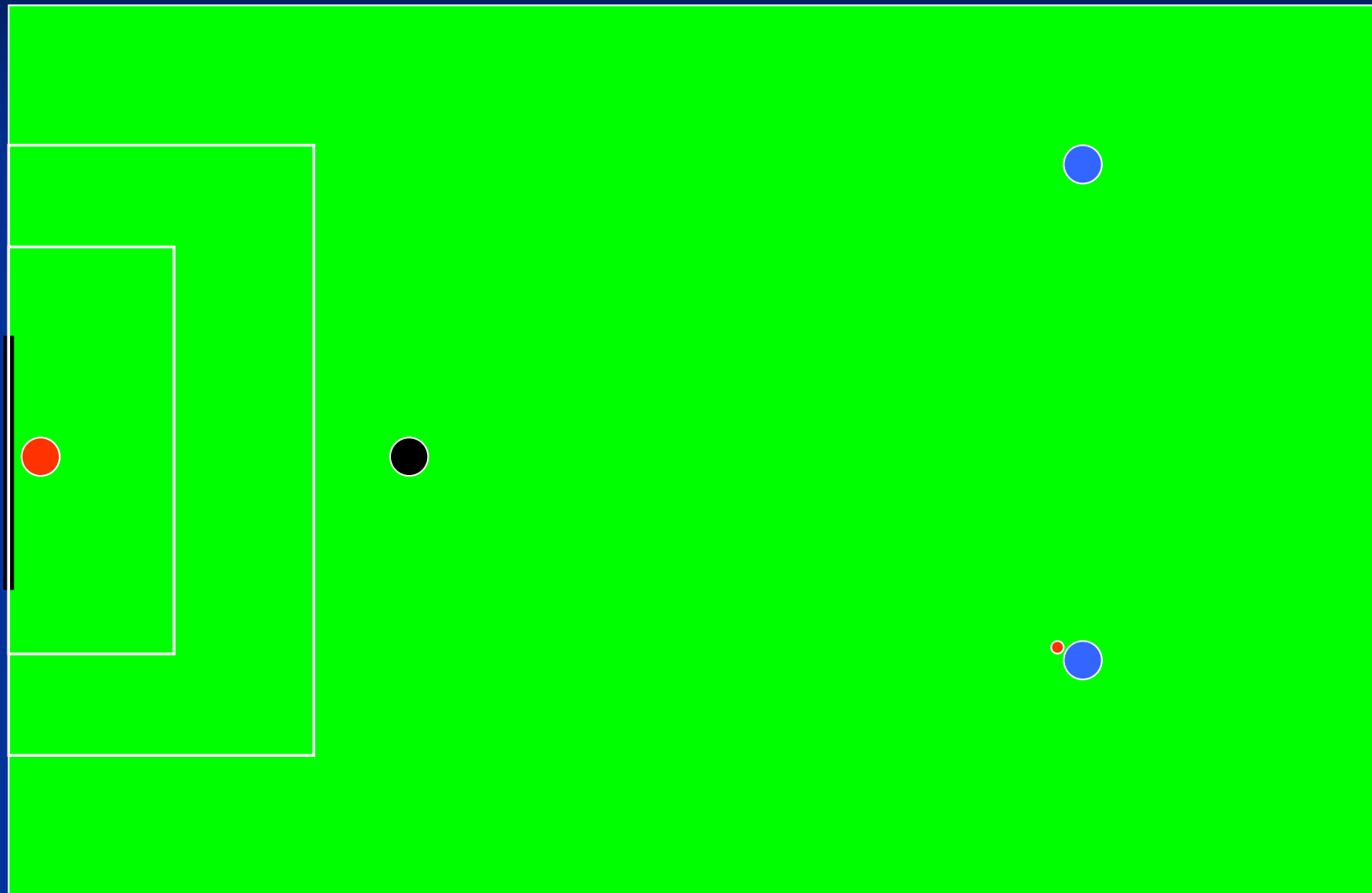
POJEDYNEK 2:1



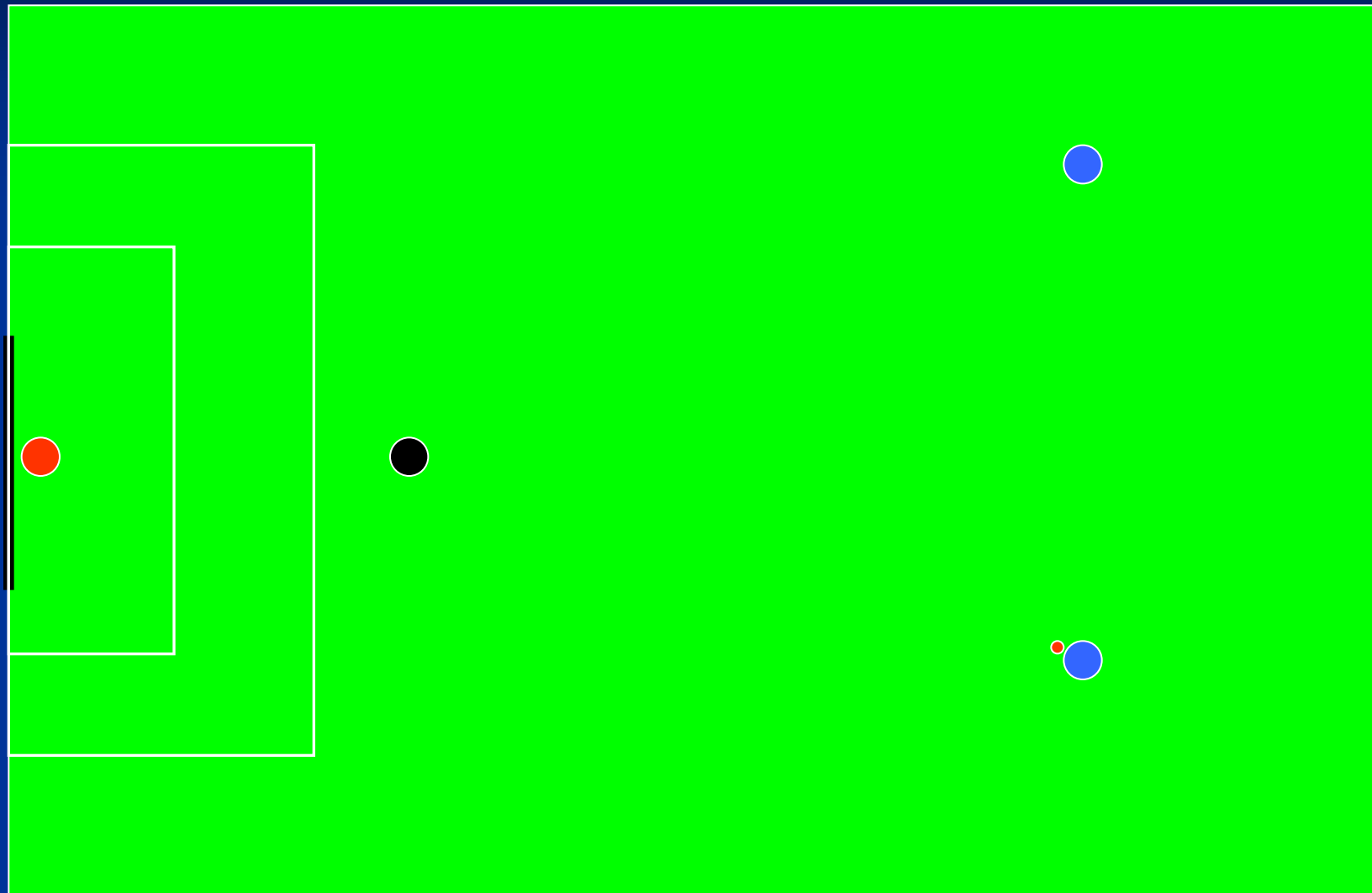
POJEDYNEK 2:1 (W – III)



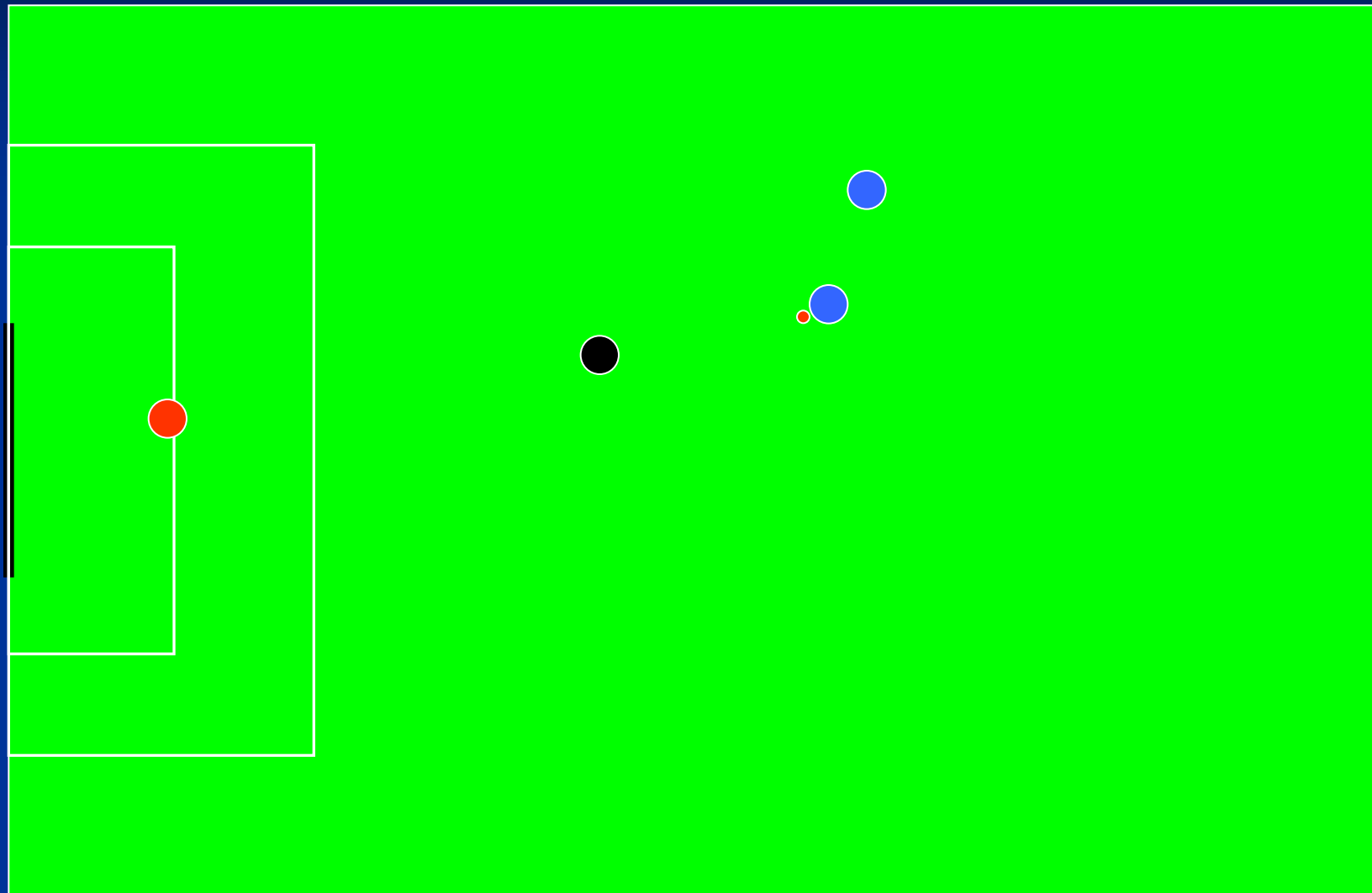
POJEDYNEK 2:1



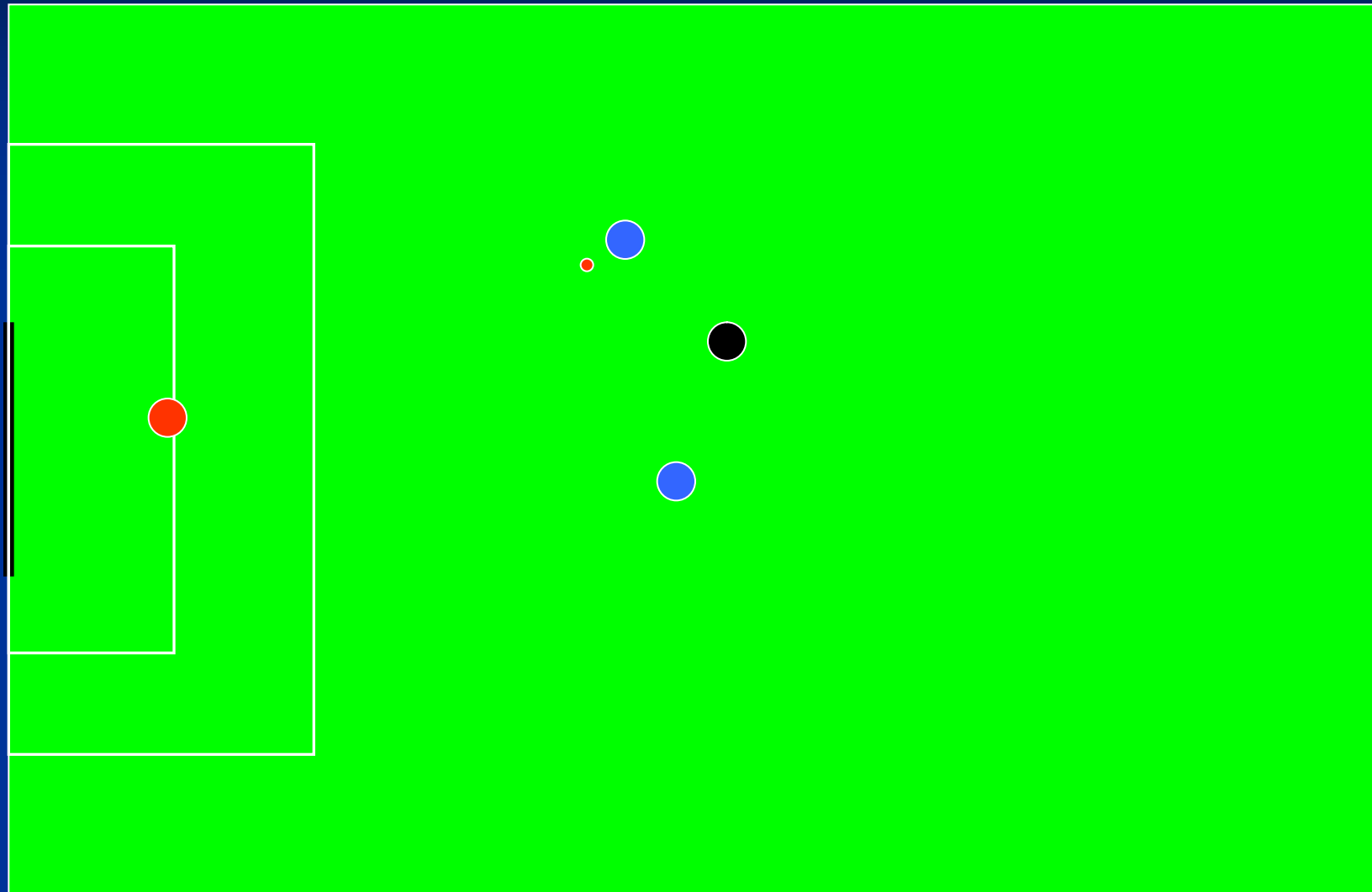
POJEDYNEK 2:1



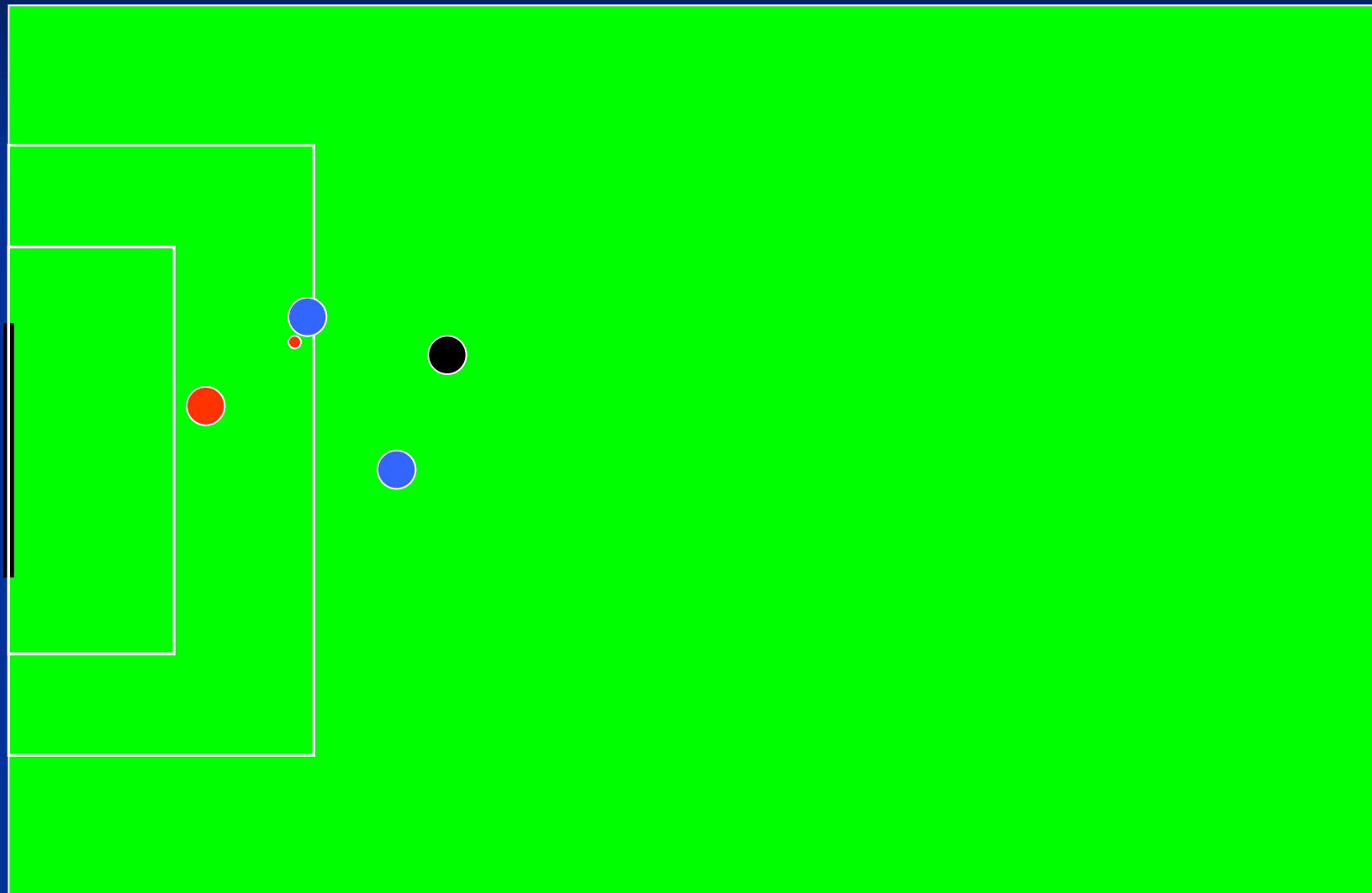
POJEDYNEK 2:1



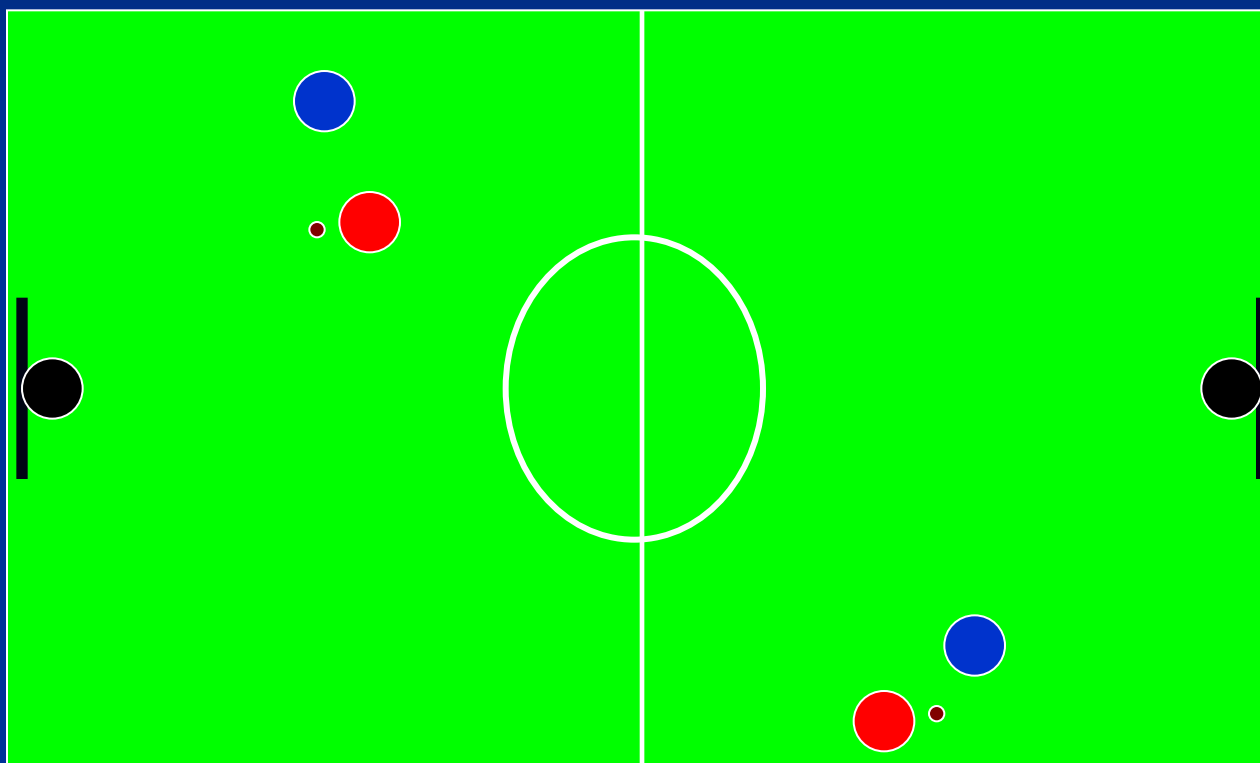
POJEDYNEK 2:1



POJEDYNEK 2:1



ODPOWIEDNIE USTAWIENIE SIĘ W STOSUNKU DO BRAMKI



BRAMKARZ ●

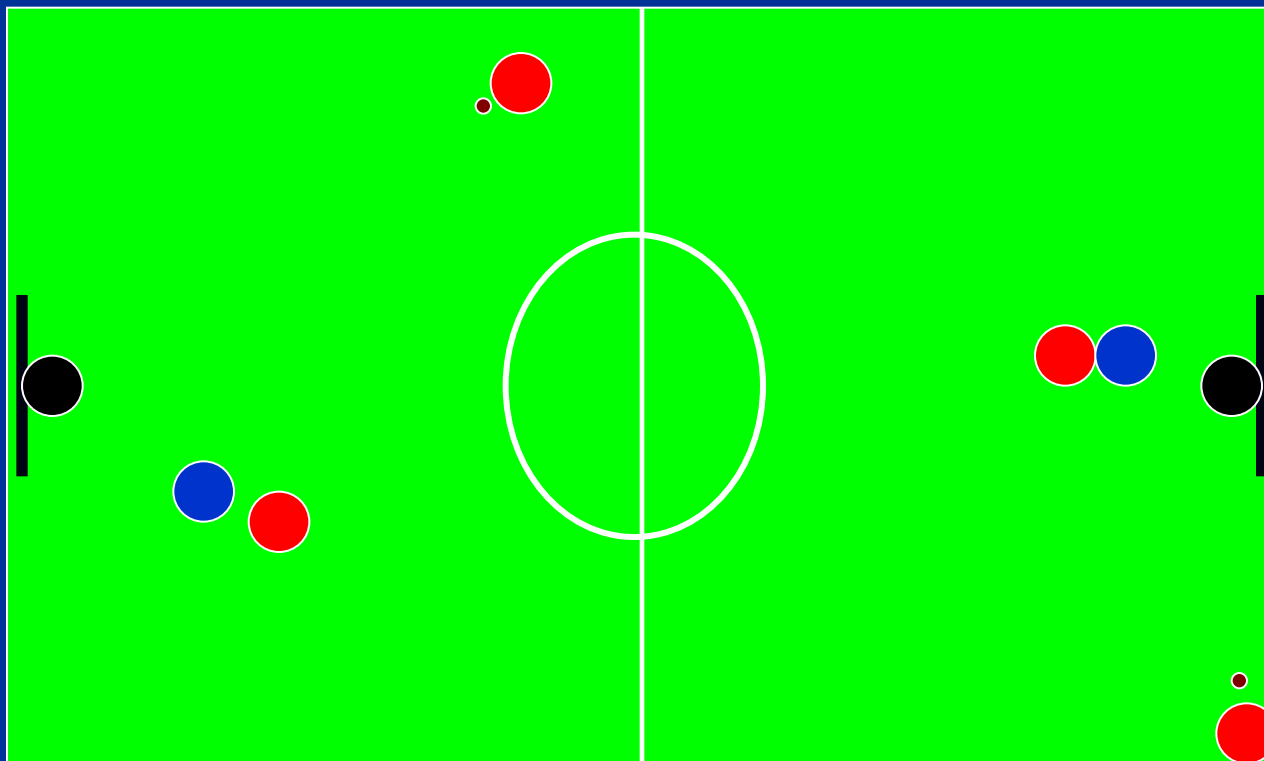
OBROŃCA ●

NAPASTNIK ●

ODPOWIEDNIE USTAWIENIE SIĘ W STOSUNKU DO BRAMKI

STAŁE FRAGMENTY GRY:

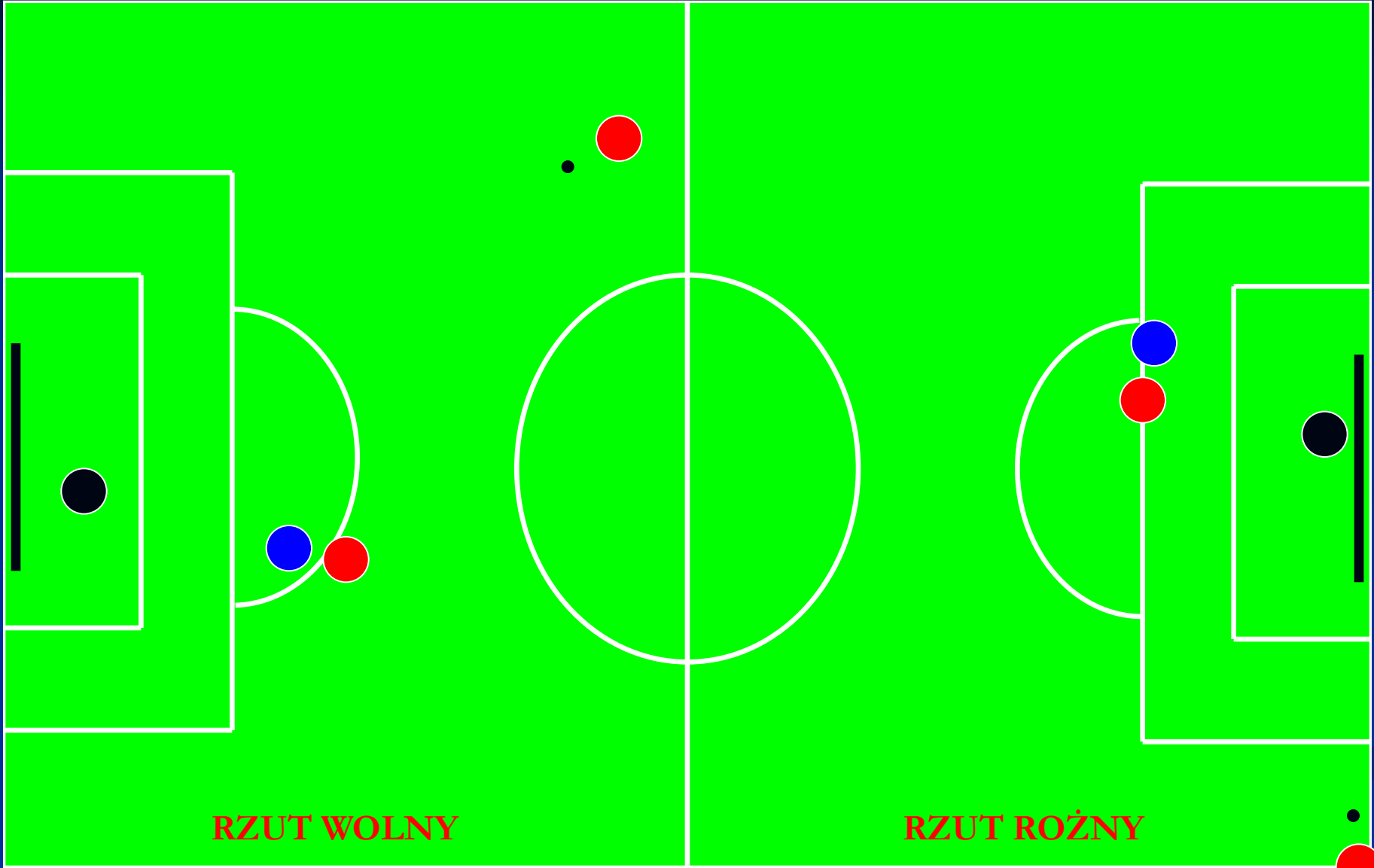
- RZUT ROŻNY
- RZUT WOLNY



BRAMKARZ ●

OBROŃCA ○

NAPASTNIK ●

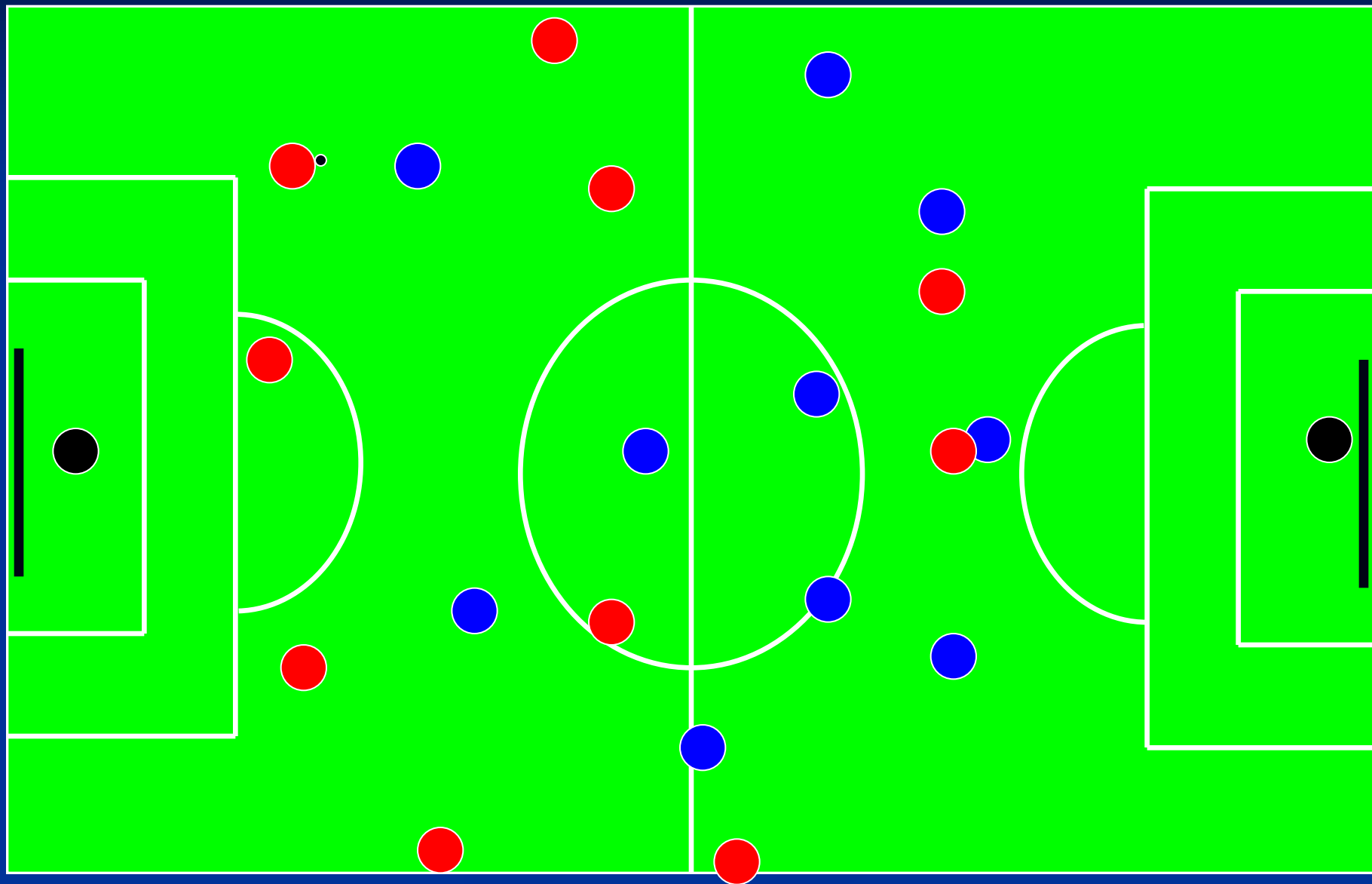


BRAMKARZ ●

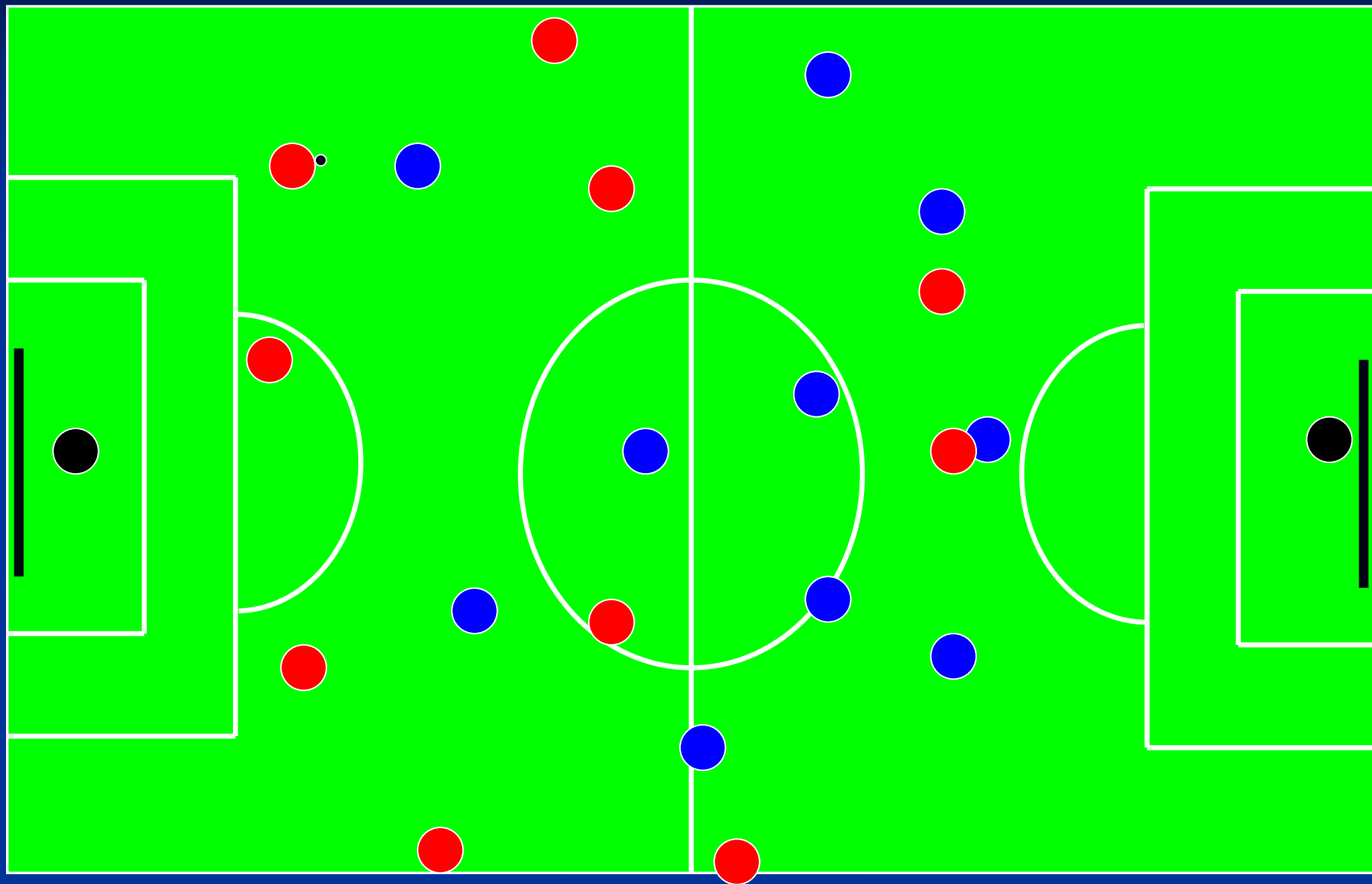
OBROŃCA ●

NAPASTNIK ●

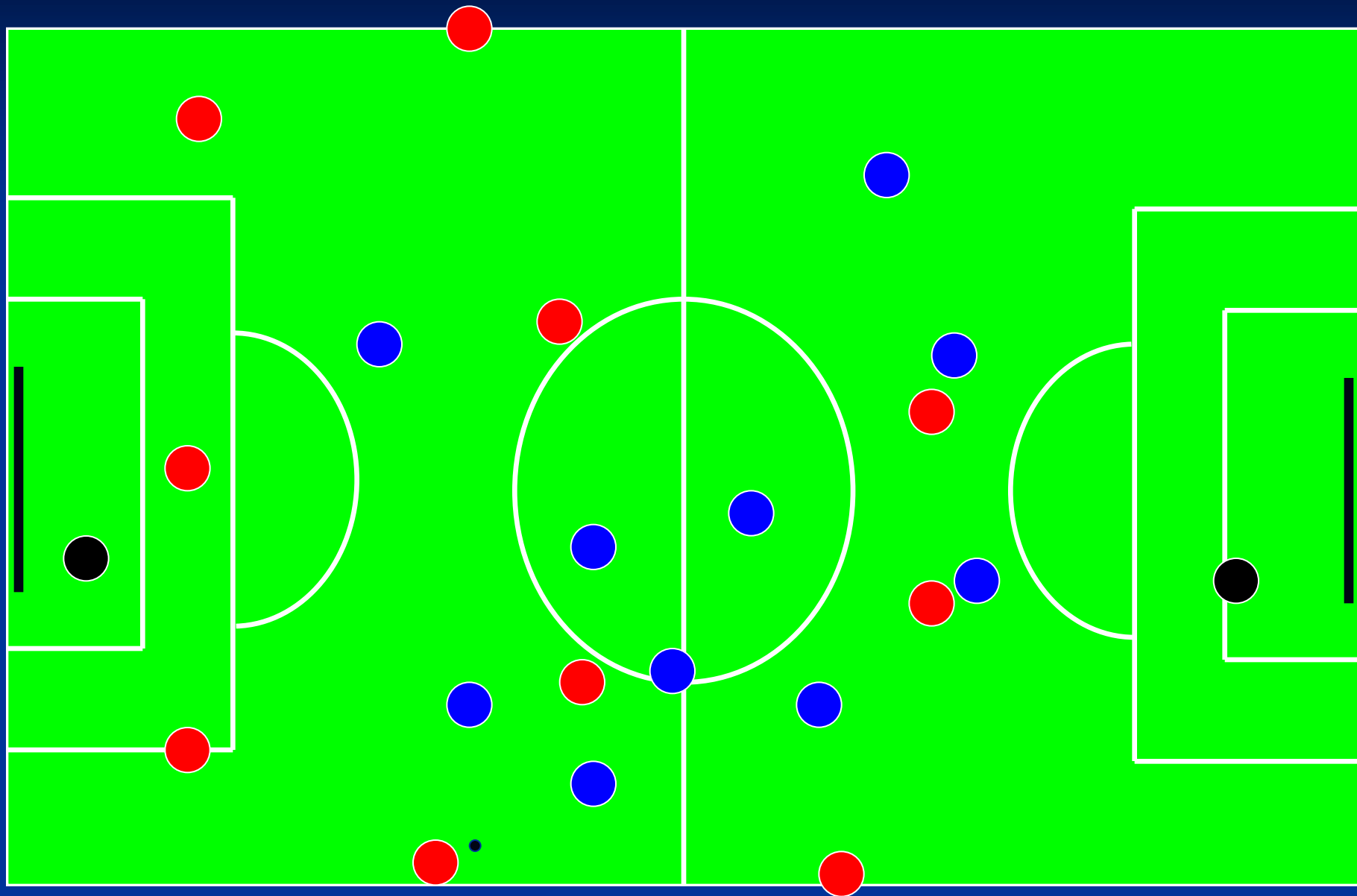
SKRACANIE POLA GRY



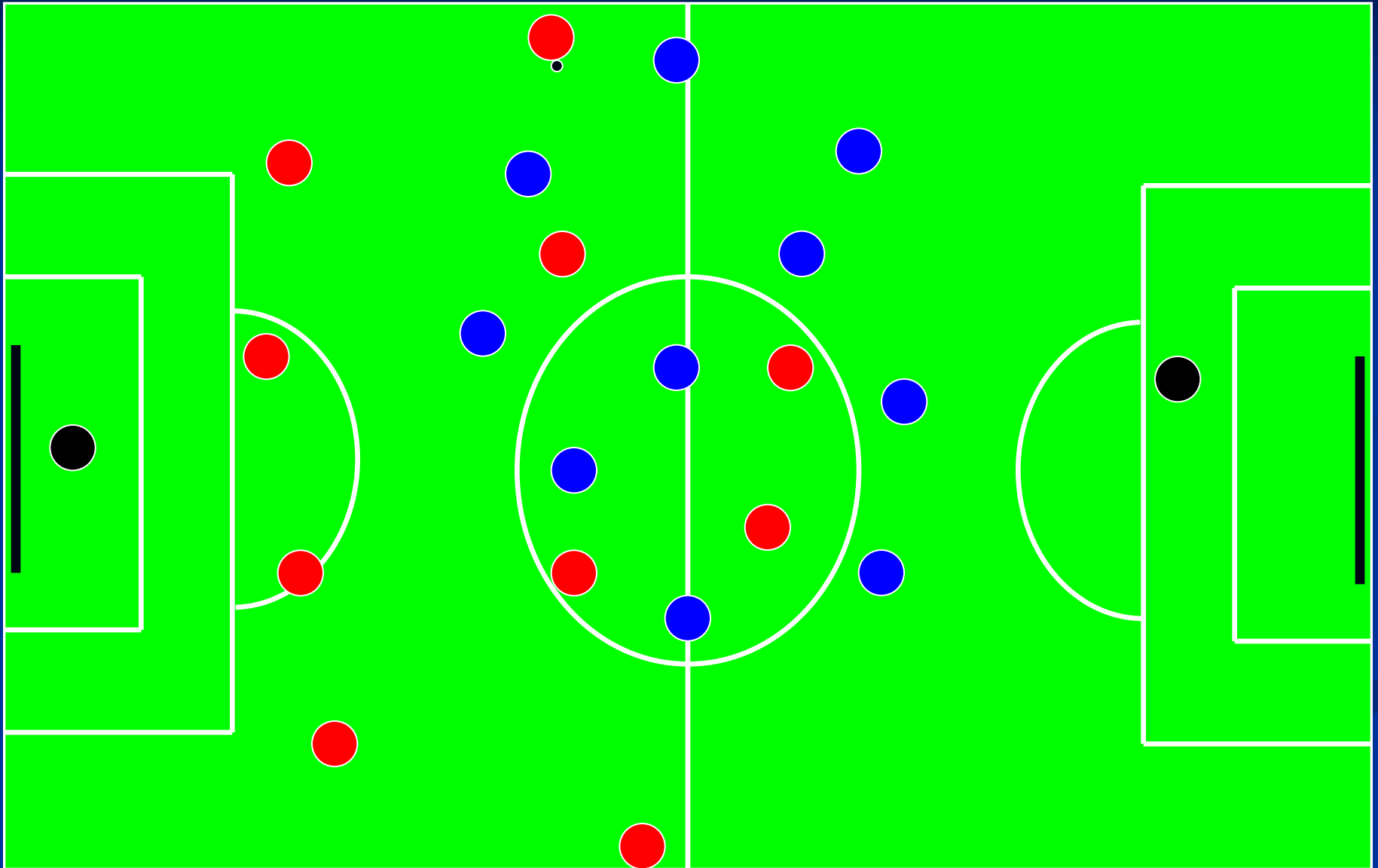
SKRACANIE POLA GRY



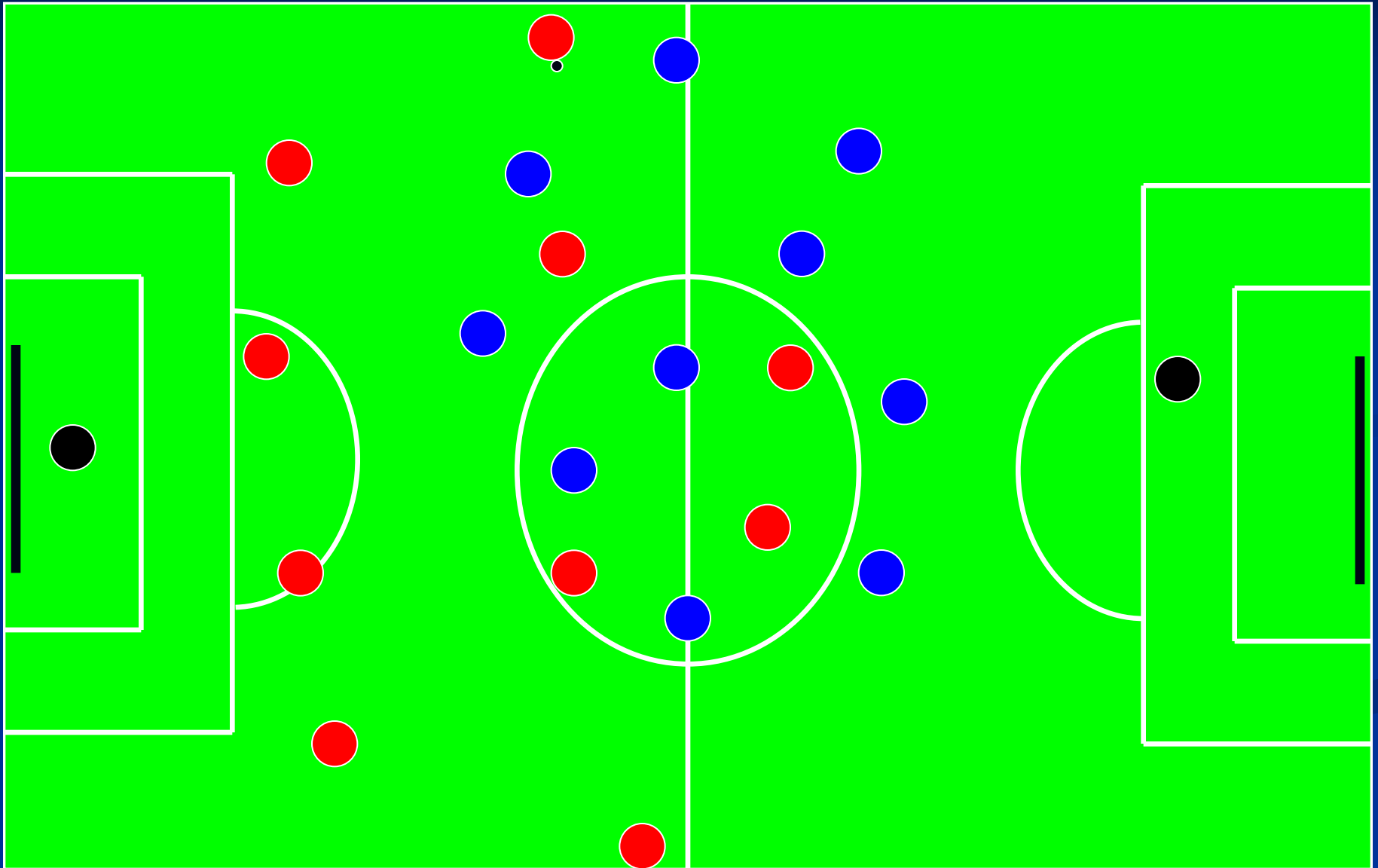
SKRACANIE POLA GRY



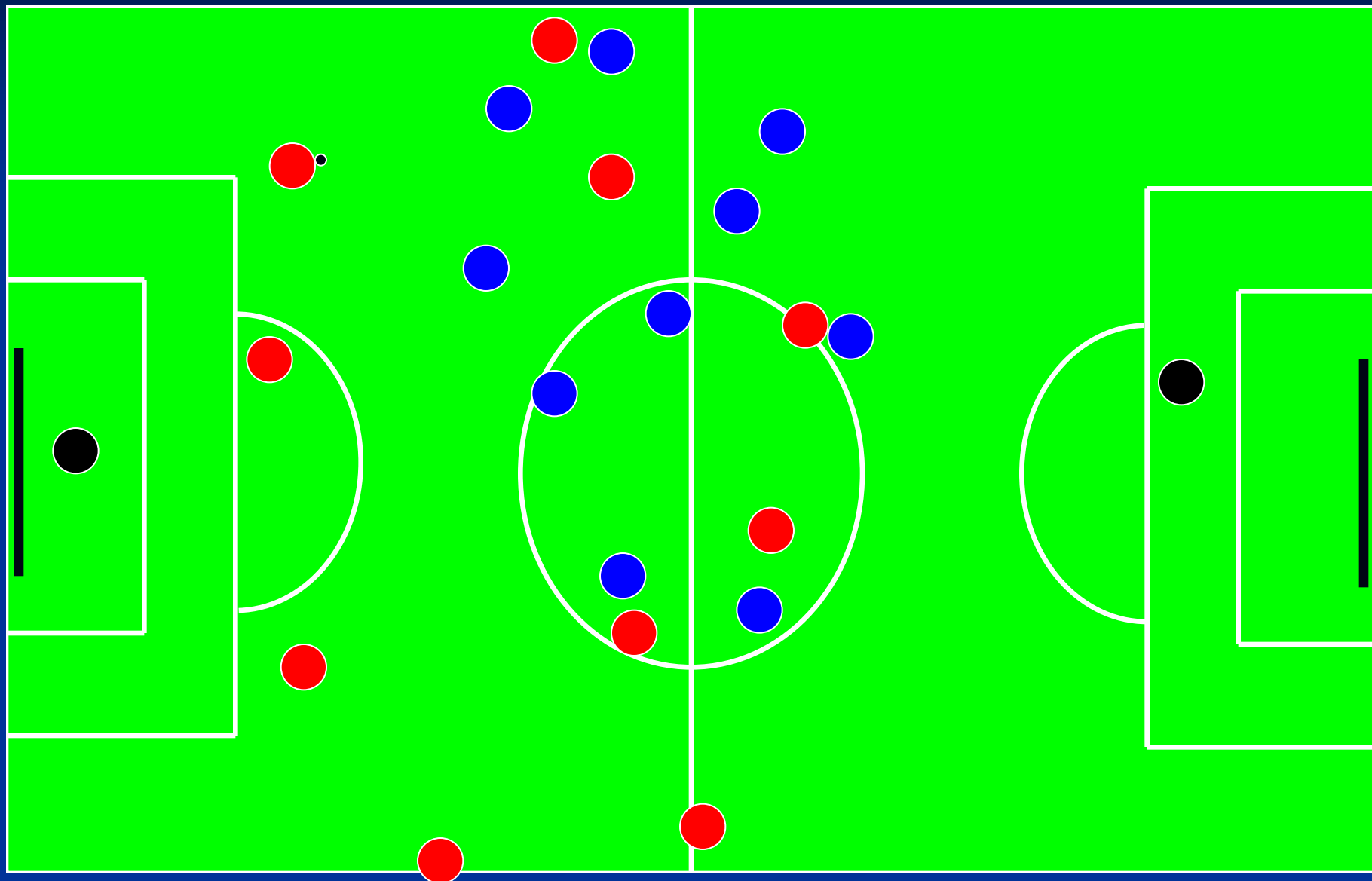
PRZENOSZENIE CIĘŻARU GRY



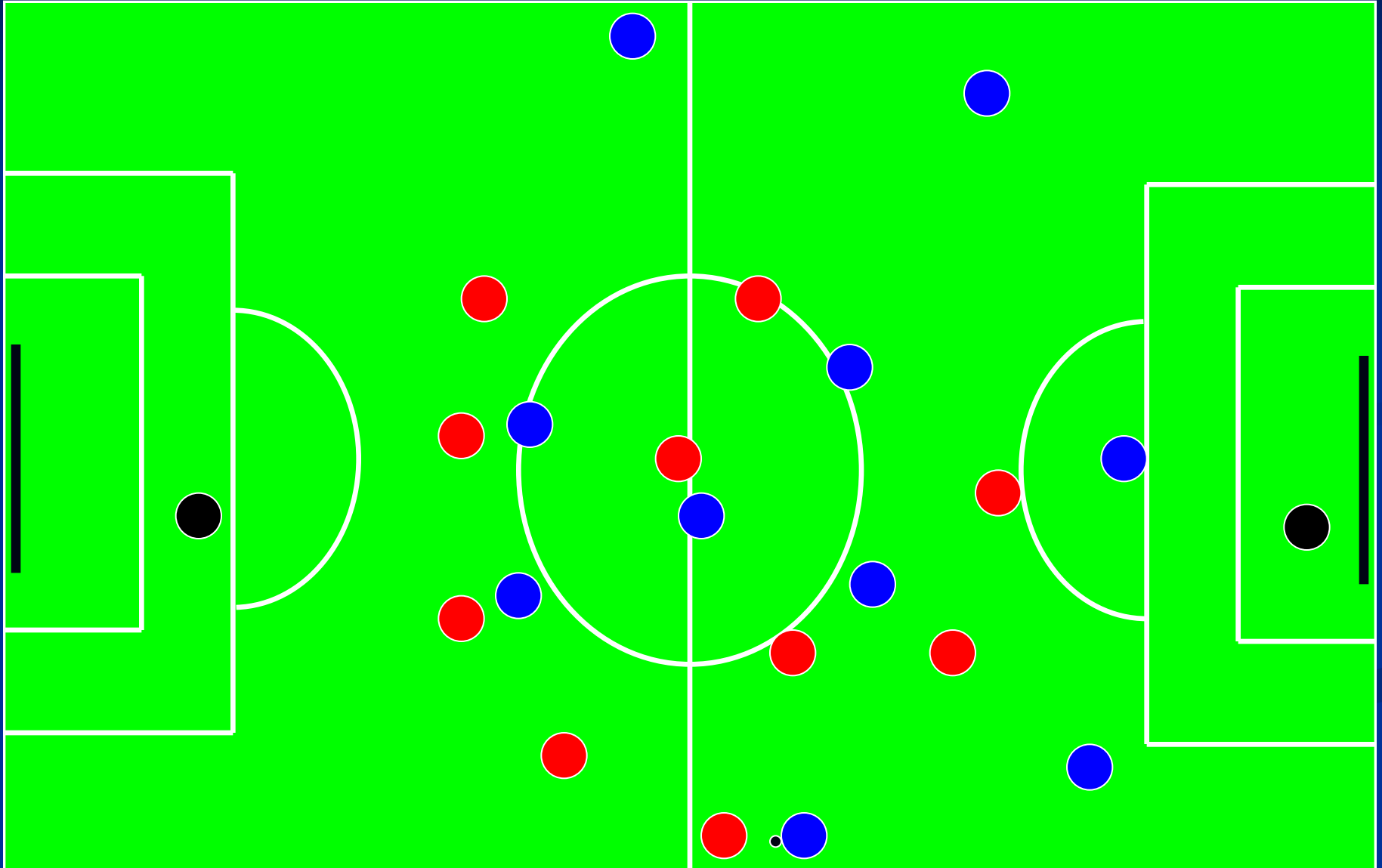
PRZENOSZENIE CIĘŻARU GRY



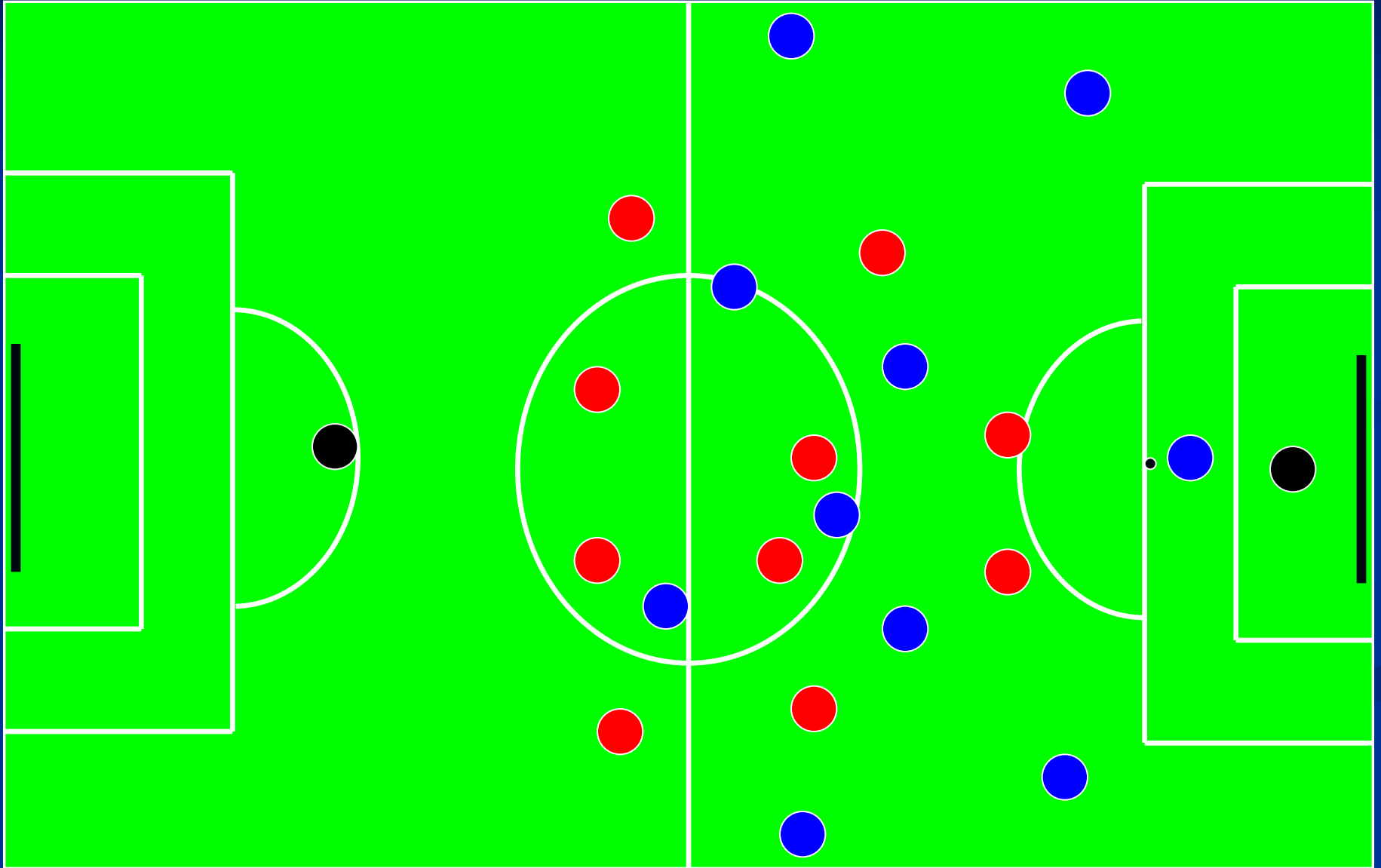
PRZENOSZENIE CIĘŻARU GRY



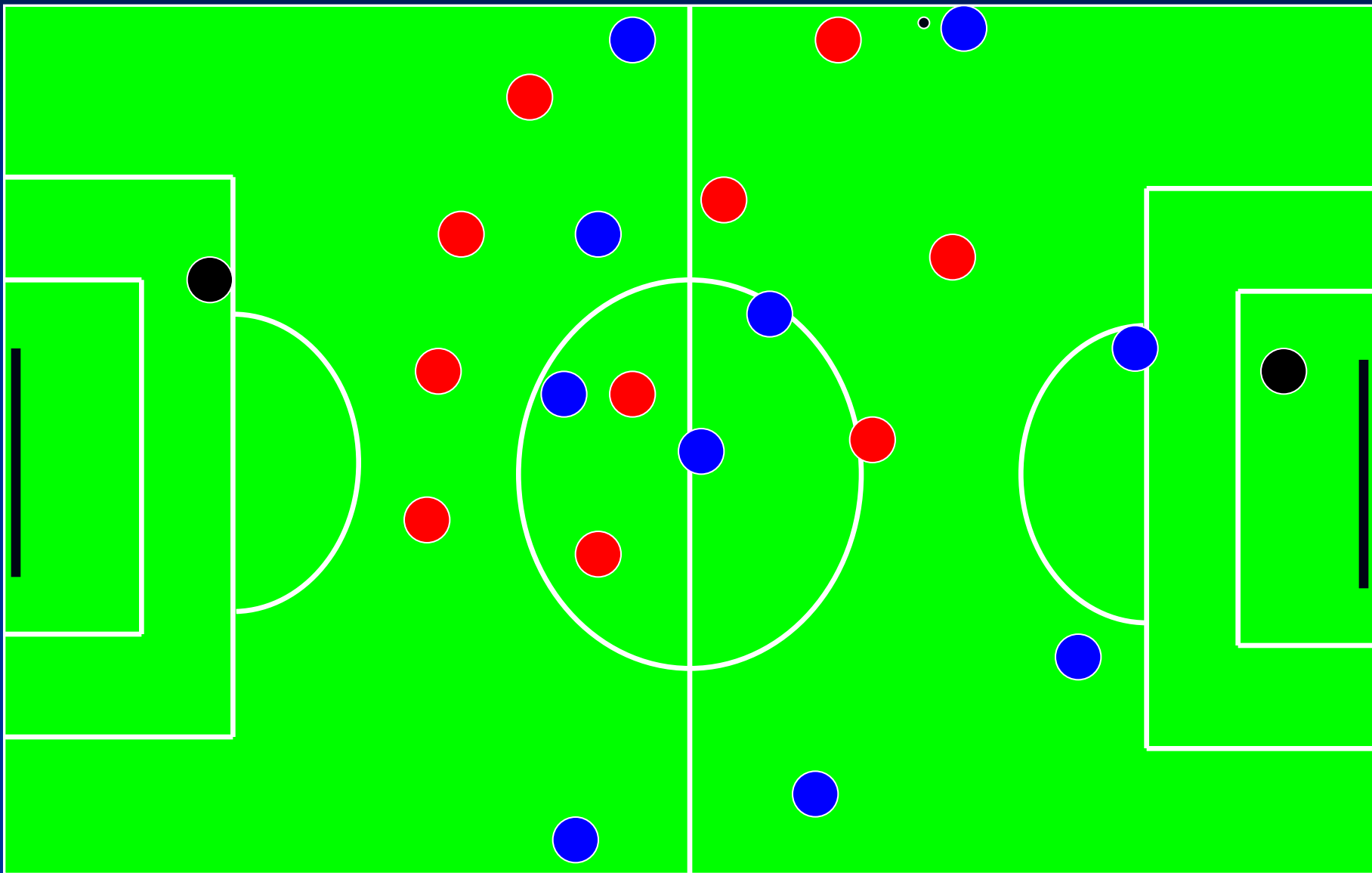
ZAWĘŻANIE (PRZESUWANIE W STOSUNKU DO PIŁKI)



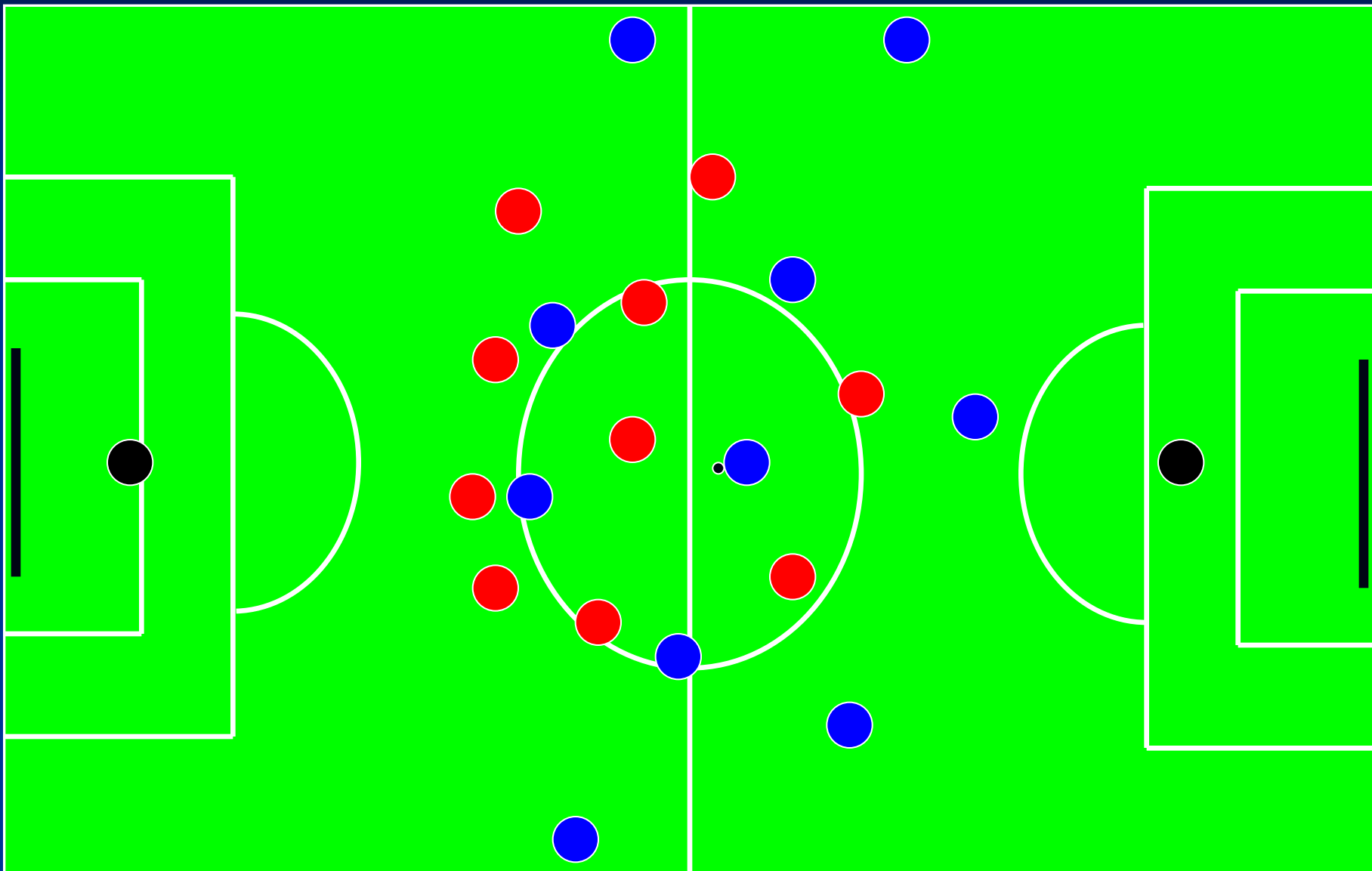
PIŁKA W POLU KARNYM PRZECIWNICKA



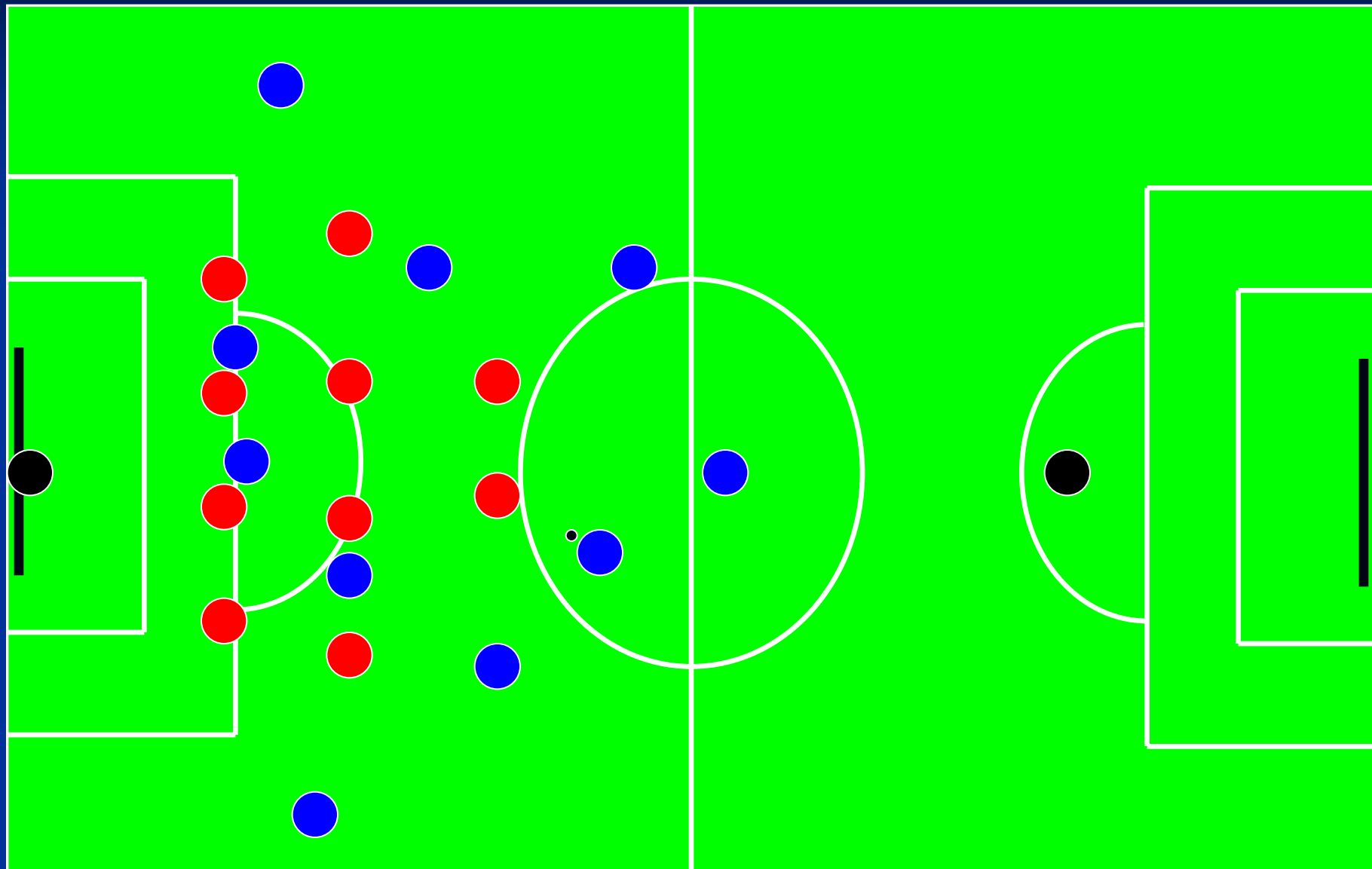
PIŁKA W LEWYM SEKTORZE BOISKA



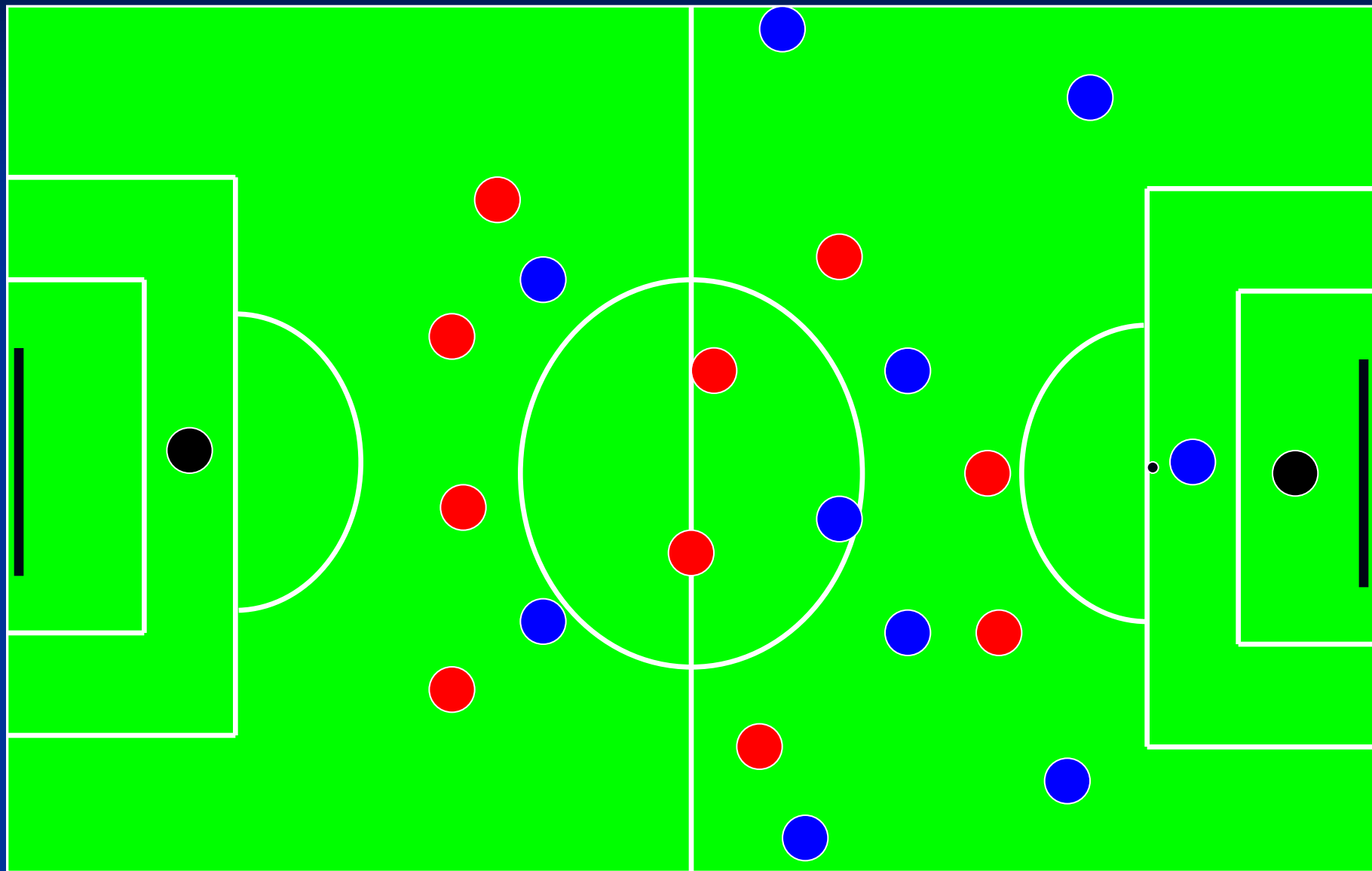
PIŁKA W ŚRODKOWEJ STREFIE BOISKA



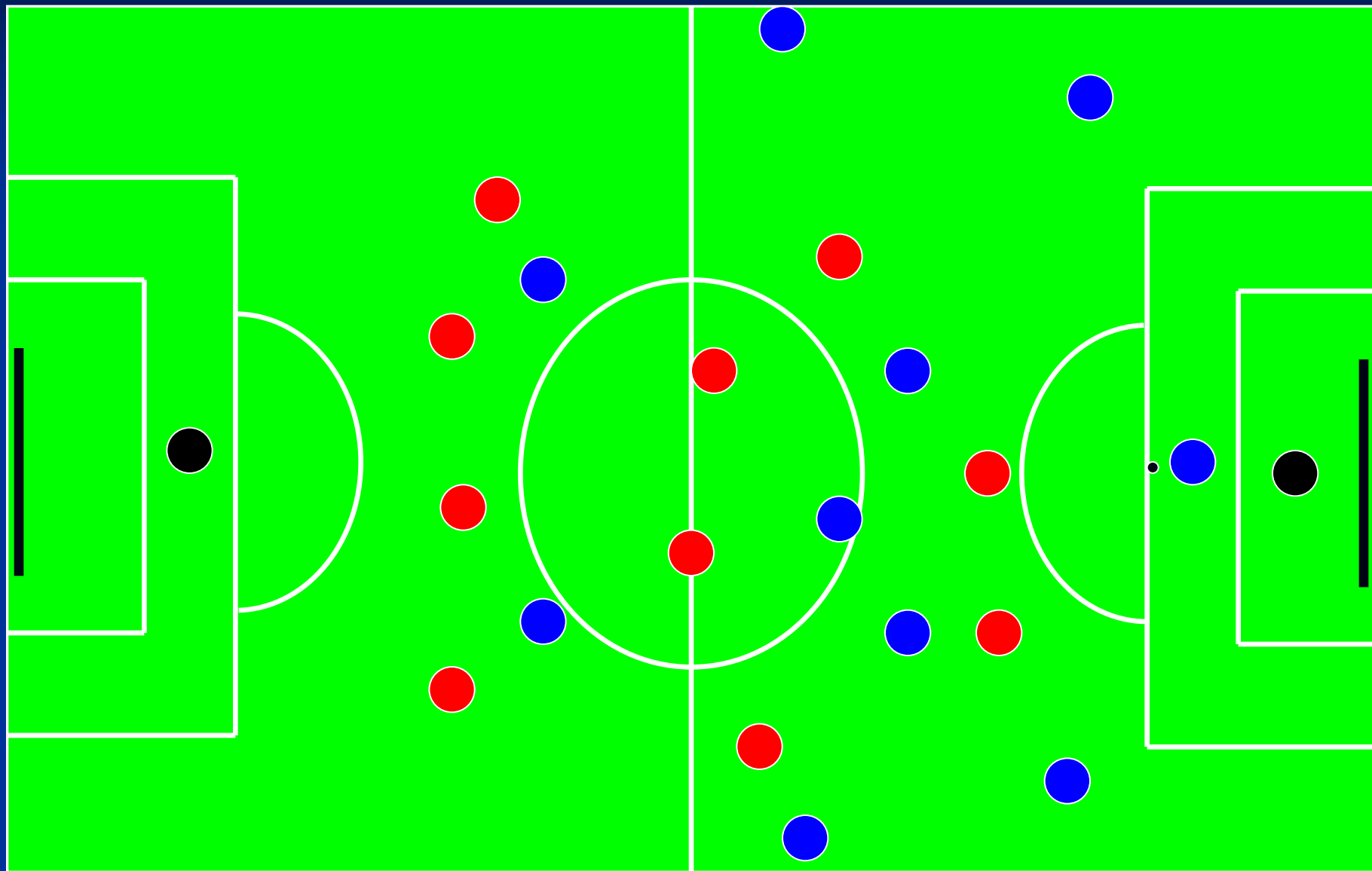
PIŁKA W STREFIE OBRONNEJ



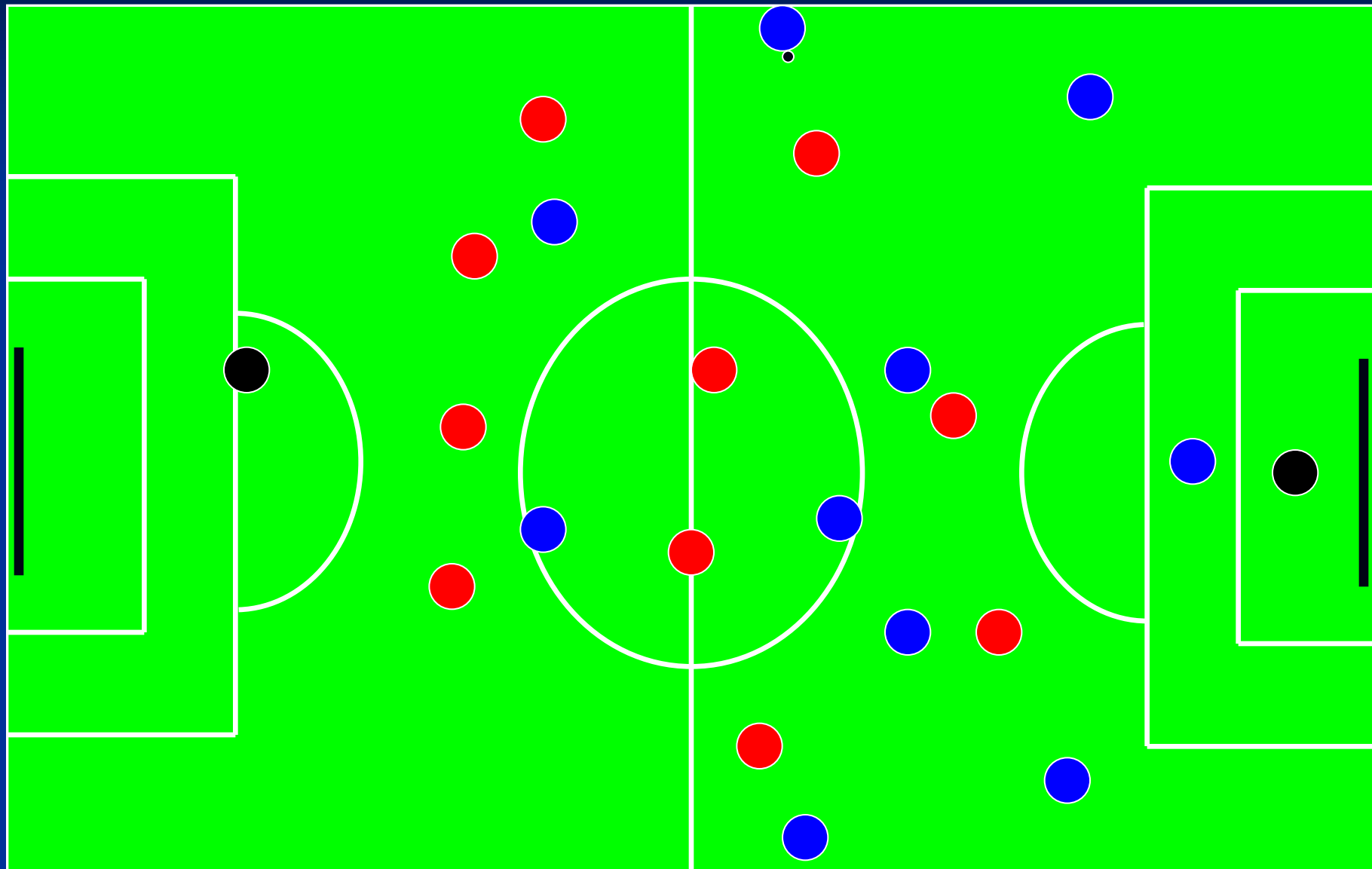
GRA NA SPALONY



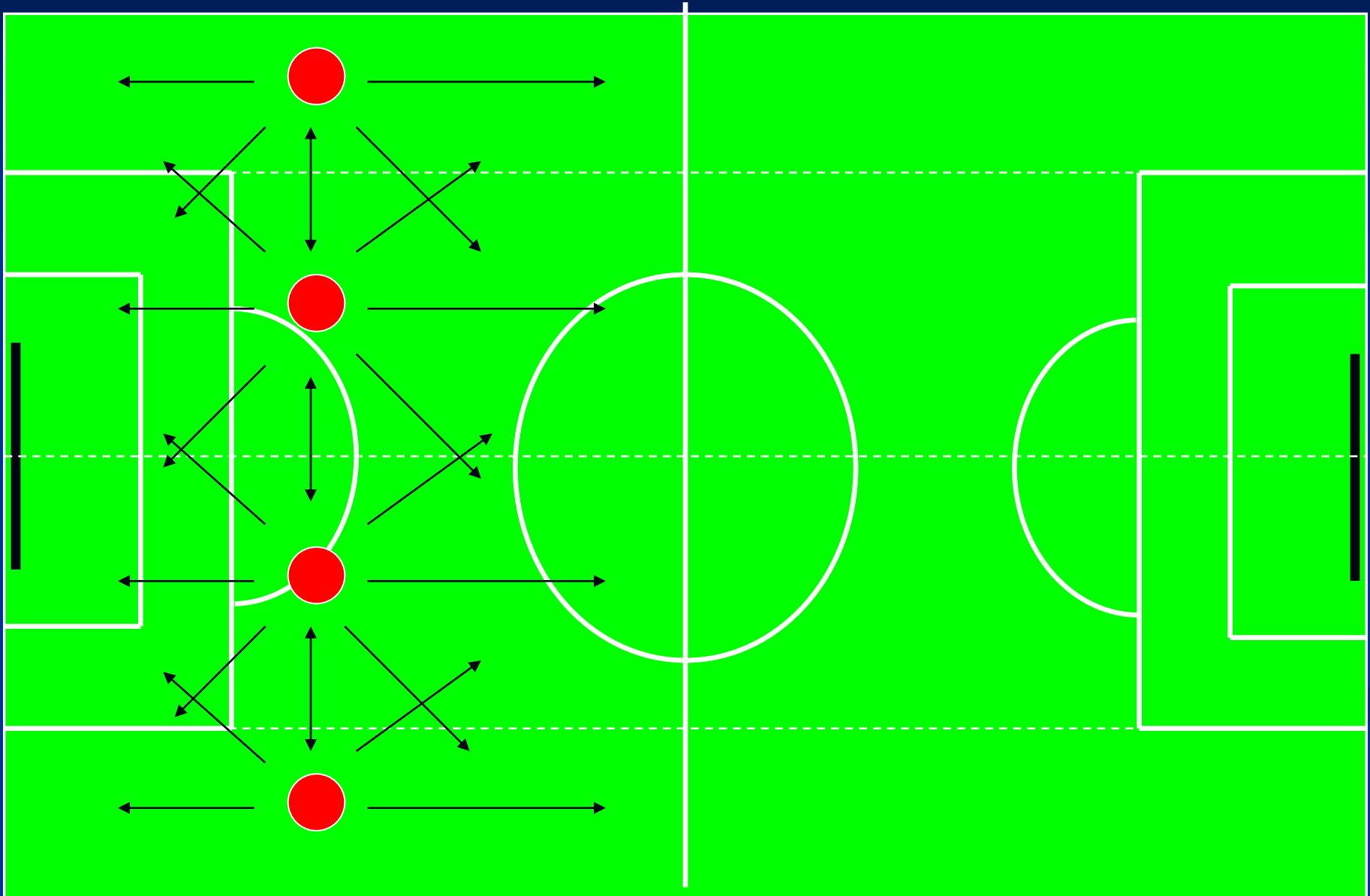
GRA NA SPALONY



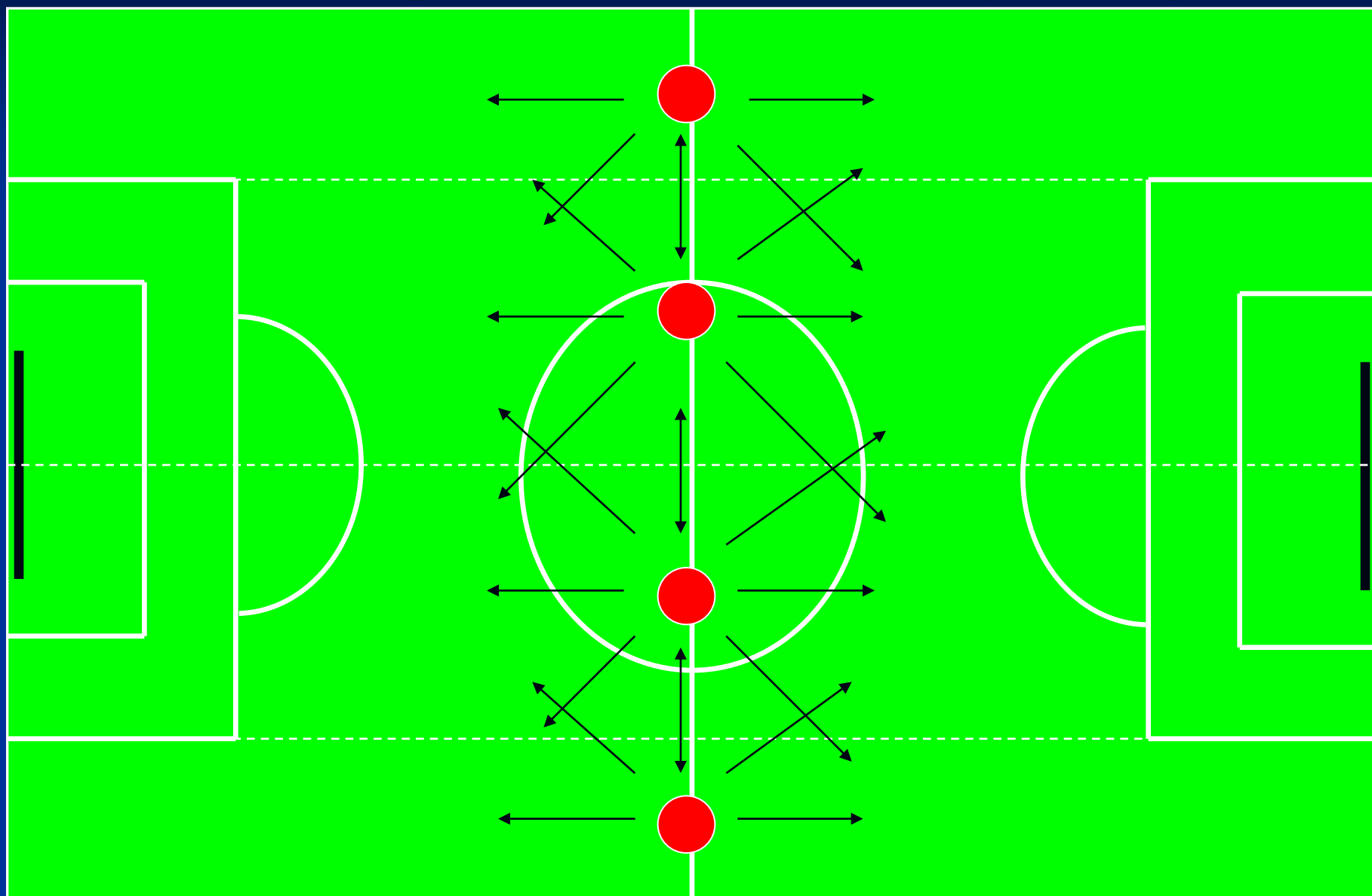
GRA NA SPALONY



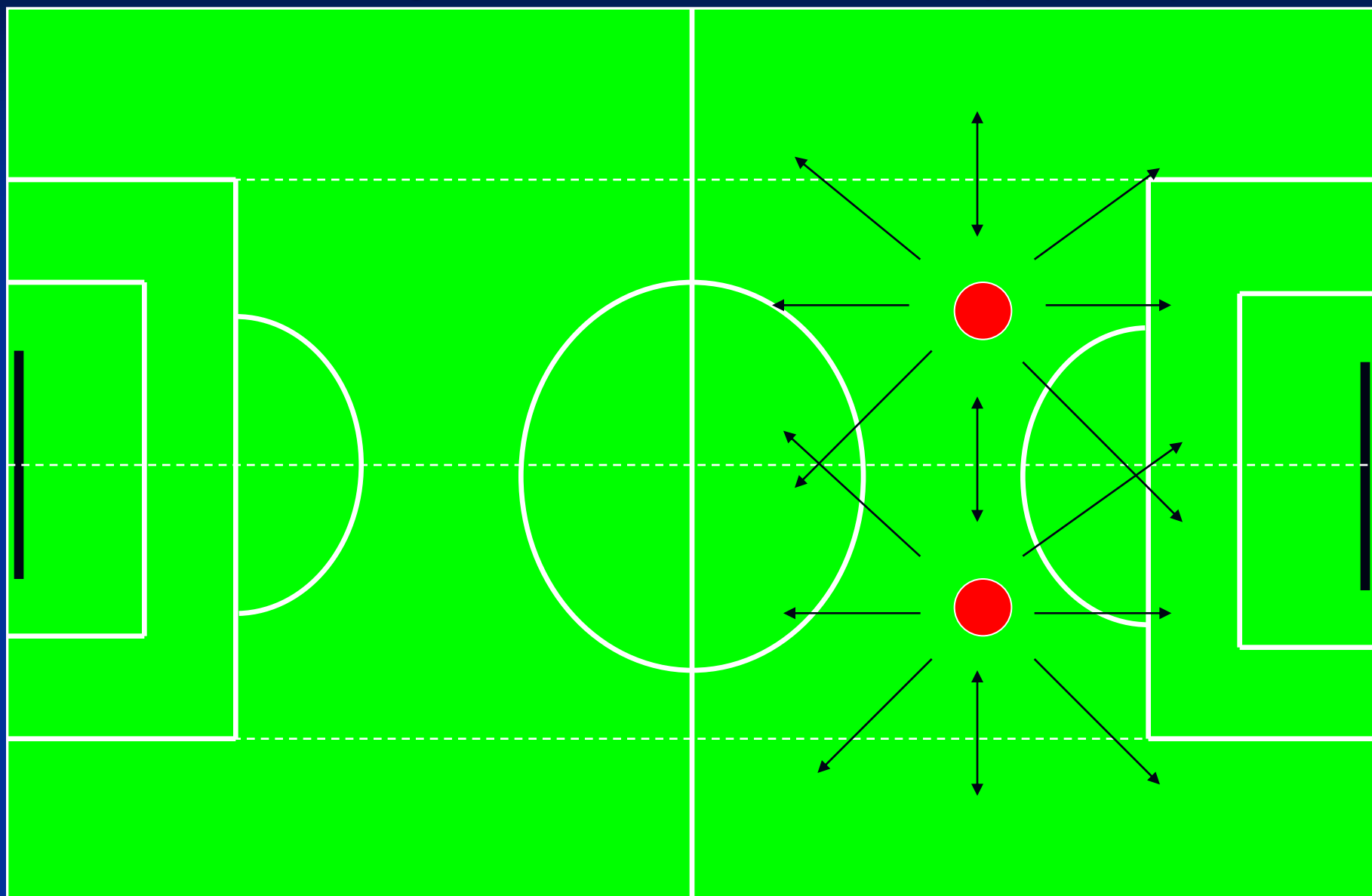
PORUSZANIE SIĘ NA POSZCZEGÓLNYCH POZYCJACH NA BOISKU (1-4-4-2)



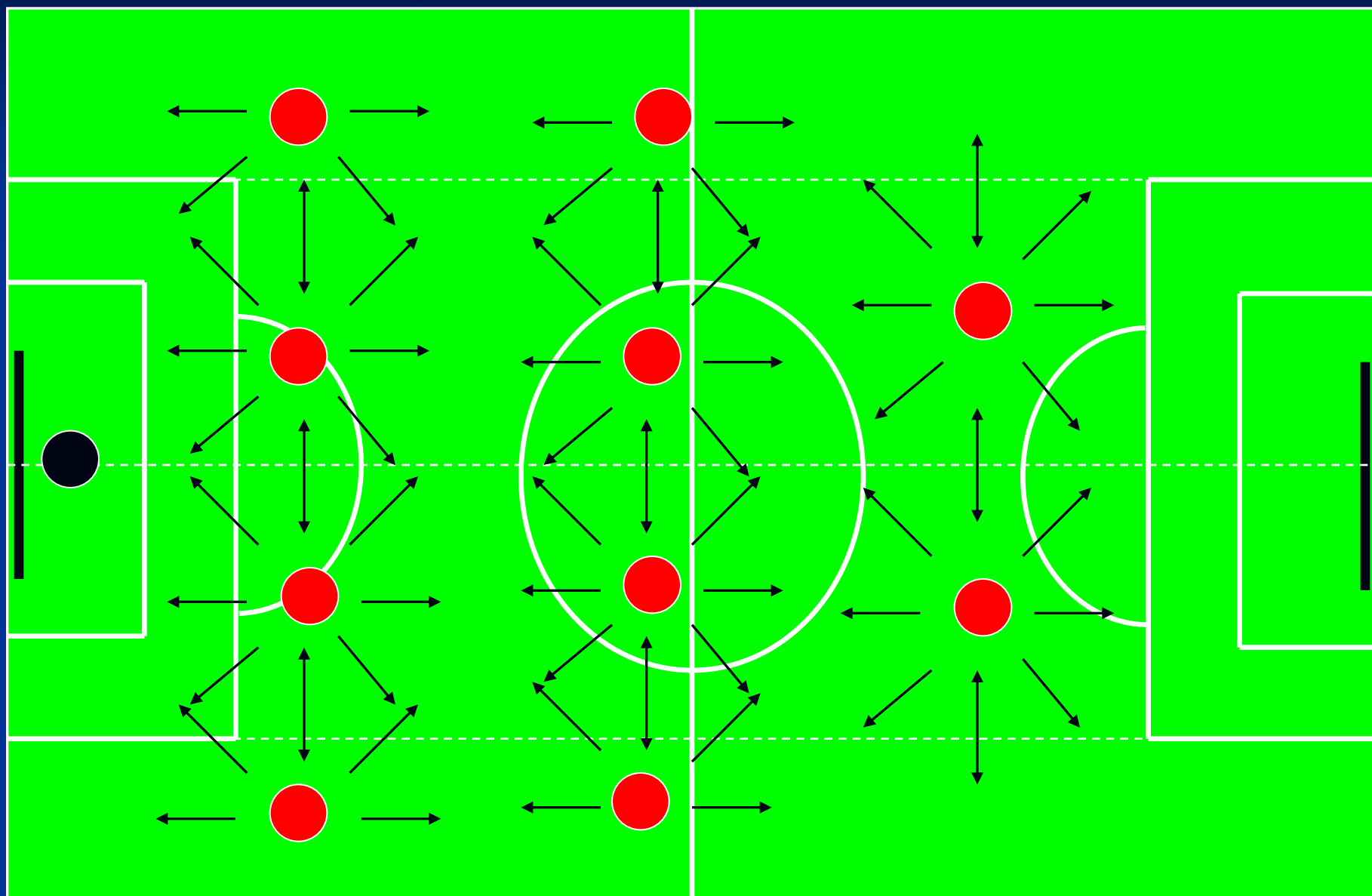
PORUSZANIE SIĘ NA POSZCZEGÓLNYCH POZYCJACH NA BOISKU (1-4-4-2)



PORUSZANIE SIĘ NA POSZCZEGÓLNYCH POZYCJACH NA BOISKU (1-4-4-2)



PORUSZANIE SIĘ NA POSZCZEGÓLNYCH POZYCJACH NA BOISKU (1-4-4-2)



„ZAWODNIK MOŻE STOSOWAĆ TYLKO TAKĄ TAKTYKĘ,
NA JAKĄ MU POZWALA JEGO TECHNIKA”

RAOUL CLERY

...NIE WOLNO ZAMIENIAĆ NAUCZANIA – UCZENIA SIĘ W TRESURĘ,
ZAWODNIK MA BYĆ PANEM SWOICH NAWYKÓW A NIE ODRUCHÓW.

NAUCZANIE TAKTYKI MUSI BYĆ TYPOWYM NAUCZANIEM DLA
PRZYSZŁOŚCI, TYLKO STOPNIOWE ZWIĘKSZANIE ZASOBU WIEDZY ,
SYSTEMATYCZNOŚĆ ZAPEWNI STAŁY WZROST UMIEJĘTNOŚCI,
A W DALSZEJ PERSPEKTYWIE STAŁY POSTĘP ORAZ STABILNE
I WYSOKIE WYNIKI W ZAWODACH.

ZBIGNIEW CZAJKOWSKI

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ



PIOTR SOWISZ