MAGYAR LABDARÚGÓ SZÖVETSÉG

V. UEFA PRO tanfolyam (Telki)

A 3-4-3-as felállási rend felépítése, alkalmazásának lehetőségei

Készítették:

Albert Flórián	Bekő Balázs
Gabala Krisztián	Herédi Attila
Nagy Sándor	Pári Sándor
Szalai László	Uray Attila
Véber György	Tóth János

2009. November 16.



Az ellenfél két támadós játéka esetén, 4 védős felállás helyett a védelemből kiválik egy játékos a középpálya védekezését segíteni, a középpályáról fellép egy játékos a támadó játékot erősíteni.
Nagyfokú játékintelligenciát igényel, ezért 16 év alatt nem ajánlott.
Erőteljes kondicionális és pszichés teher hárul a tengelyben játszókra.

A szerepköröknek megfelelő feladatok alkalmazása:

Védők:

Védekezésben: - 3 védő egy vonalban,

- söprögetővel a két védő mögött (a két védő a legtöbb esetben ember fogó),
- söprögetővel a két védő előtt, (mélységben felálló támadók).

Támadásban: - a támadásokat felfutásokkal nem segítik.

- a megszerzett labdát a középpályásoknak vagy a pozícióban elhelyezkedő támadókhoz játsszák.

A szerepköröknek megfelelő feladatok alkalmazása:

Középpályások:

- mindenkinek van támadó és védő szerepköre, illetve egy esetleg két játékosnak kötelező jelleggel segíteni kell a támadásokat, (második hullám)
- gyakori a rombusz alakzatban történő elhelyezkedés,
- támadásnál a 3-3-4, míg védekezésnél a 4-4-2 felállás könnyen megoldható,
- figyeljünk a szélső középpályások arányos teher elosztására.

Támadók:

Védekezésben: - a támadó harmadban a védőket a felkínált szélekre szorítják,
- agresszív labdaszerzéssel hibára kényszerítik a védőket,
- megakadályozzák a támadáshoz fellépő védők játékát.

Támadásban: - a pozíciótartás mellet, helycseréket, keresztbe futásokat alkalmazva területet nyitnak a mélységből érkező középpályásoknak.

A 3-4-3-as felállási rend előnyei-hátrányai

A 3-4-3-as felállási rend előnyei:

- egyszerűbb pozíciós játékot és gyors kombinációs játékot lehet kialakítani,
- minden játékos részt vehet a támadások felépítésében, (siker élmény)
- a leszűkített terület sikert eredményez a labdaszerzésben,
- az ellenfél térfelén megszerzett labdával, gyorsan építhető a támadás, (energia takarékos)
- a széleken vezetett támadások megbontják az ellenfél védelmét,
- a három támadó révén, létszámfölény alakul ki az ellenfél kapuja előtt.

A 3-4-3-as felállási rend hátrányai:

- a pozíciós játék folyamatos koncentrációt, pontosságot igényel,
- csak türelmes, többszöri labdajáratás után alakulhat ki gólhelyzet,
- egy játékos hibája után rések keletkezhetnek a védekezésben, vagy éppen lassul a támadás felépítése, befejezése,
- gyors, képzett védőket igényel.

Oktatási feladatok:

Védekezés:

- csak a csapat együttmozgásával lehet igazán eredményes,
- fontos a csapatrészek közötti területszűkítés,(védők - támadók között kb. 30m)
- nagy jelentőséget kap a társak kisegítése, az egymással szomszédos posztokon, (1:1elleni játék elkerülése)
- csapatrészek összehangolása, összekötései,
- védekezésben emberfogás, területvédekezés, letámadás, lesre állítás egyaránt alkalmazható,
- az ellenfél szélekre, az oldalvonalakhoz szorításával, létszámfölény kialakításával hibára kényszerítése, ez által a labdamegszerzése.

Támadás:

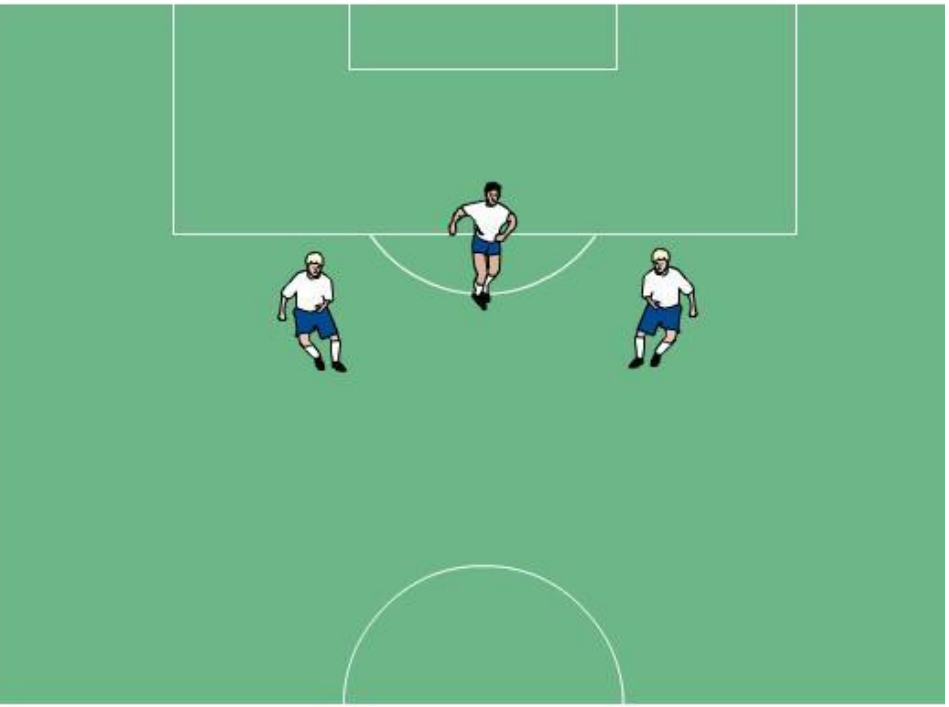
- támadó széljáték felépítése, a védők vonala mögé kerüléshez,
- támadó középpályások kapu elé érkezése második hullámban,
- labdaszerzés után az ellenfél középpályásainak minél előbbi átjátszása.

A védők elhelyezkedésének lehetőségei:

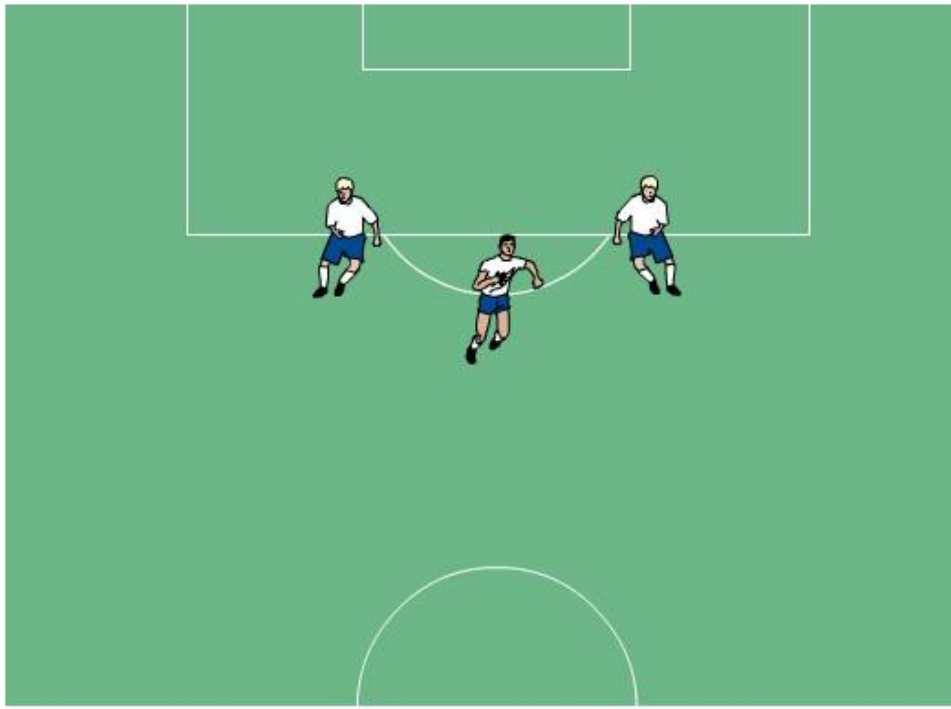


A három védő egyvonalban.

A három védő elhelyezkedésének variációi:

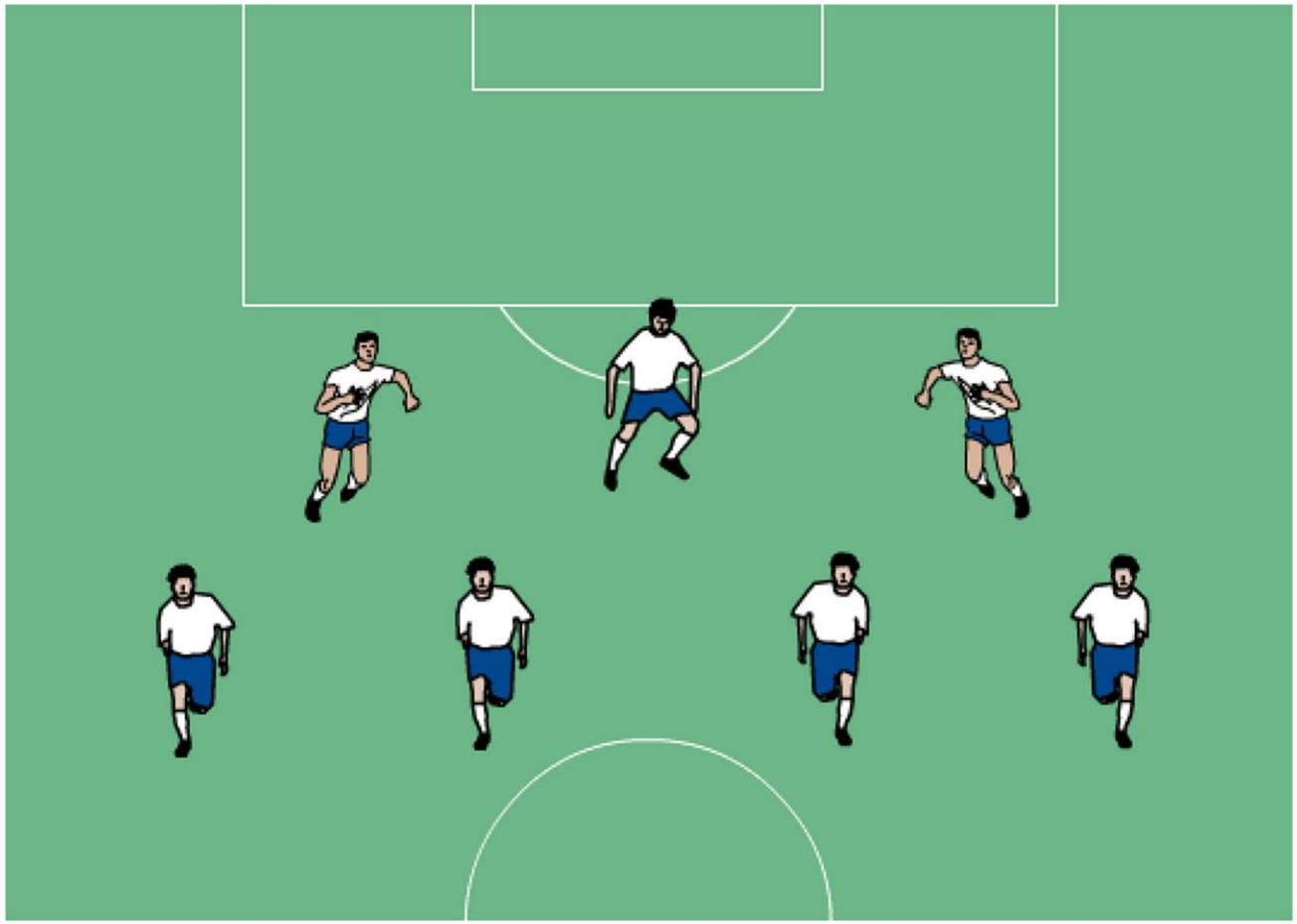


Biztosítóval, a két védő mögött, mélységben.
(vonalban elhelyezkedő támadók ellen)



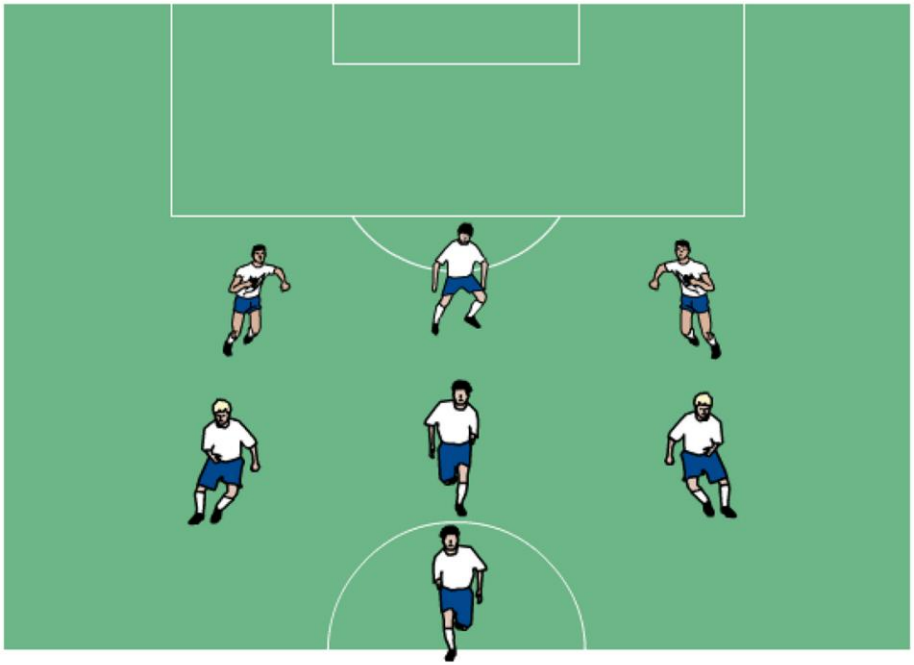
Két, mélységben elhelyezkedő védő.
(egymás mögött játszó támadók ellen)

A középpályások elhelyezkedésének lehetőségei:

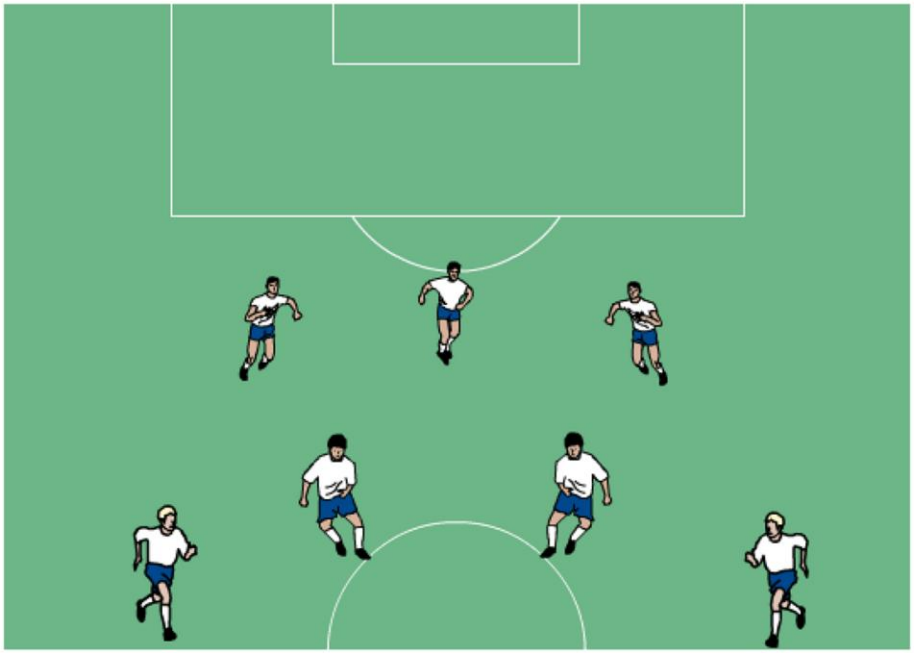


A négy középpályás egy vonalban.

A középpályások elhelyezkedésének variációi:

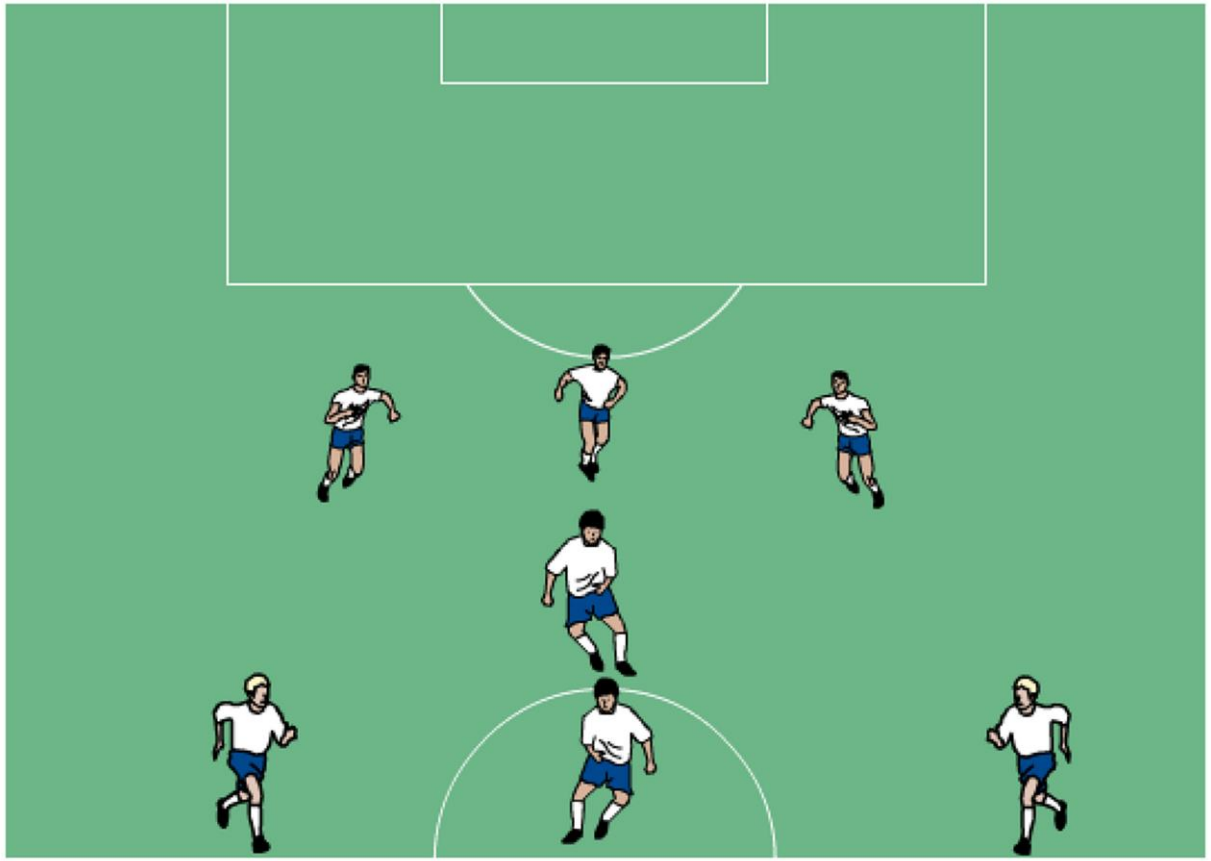


Egy támadó középpályással.



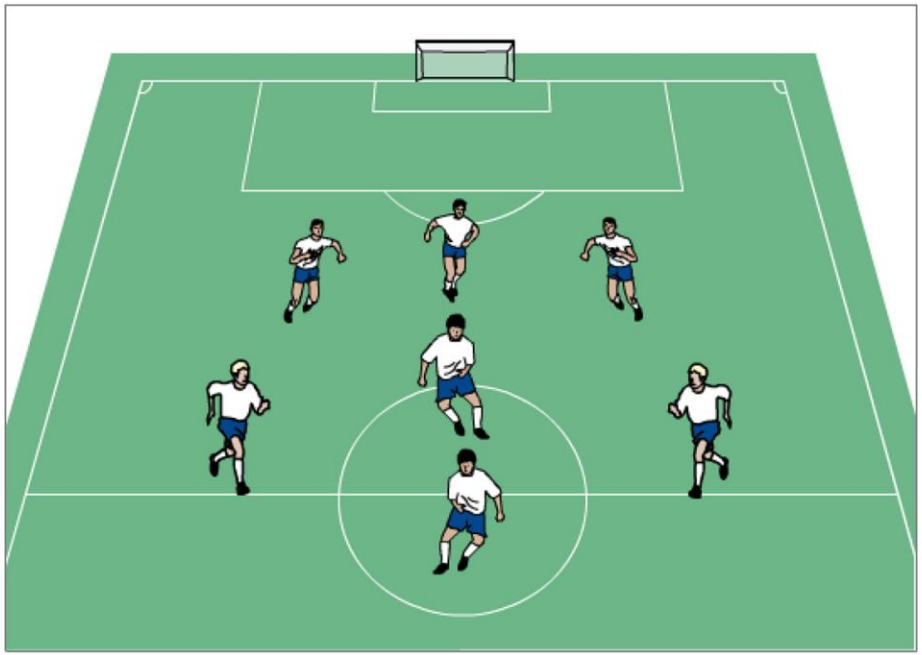
Két belső középpályás mélységben hátrébb helyezkedik.

A középpályások elhelyezkedésének variációi:

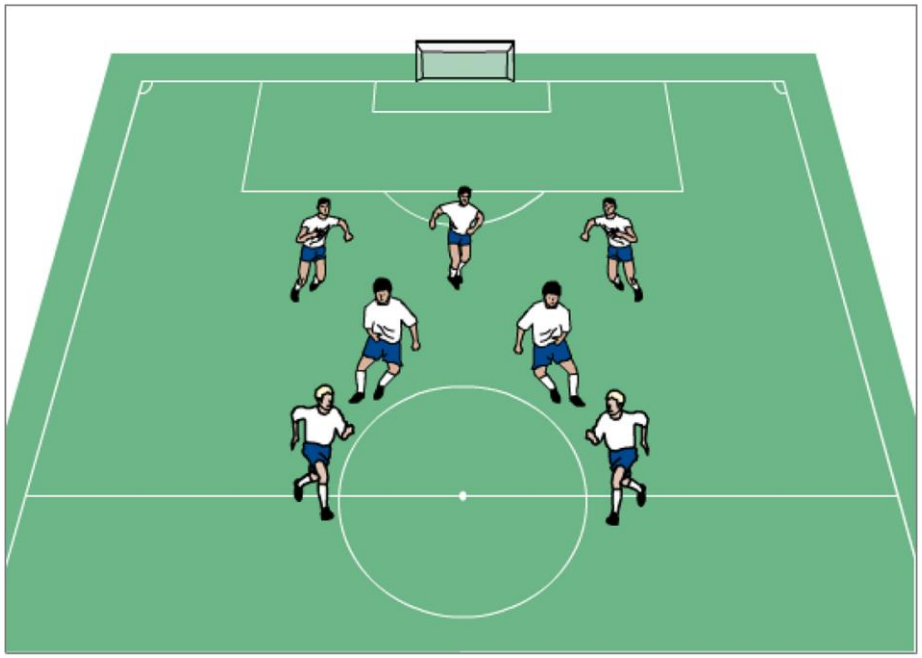


Védekezésben egy középpályás mélységben helyezkedik el.

A középpályások elhelyezkedésének variációi:



A középpályások rombuszban, négyszögben állnak fel.



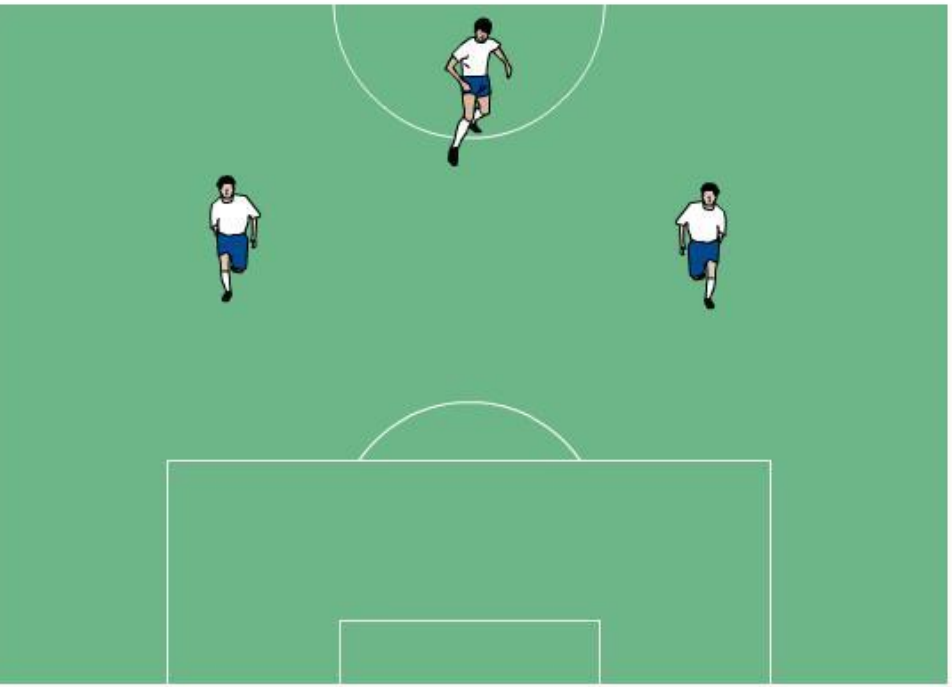
A négy középpályás négyzetben áll fel.

Támadók elhelyezkedése:



A támadók pozíciós széljátékot alkalmaznak.

Támadók elhelyezkedése:



A támadók szélességben és mélységben helyezkednek el.

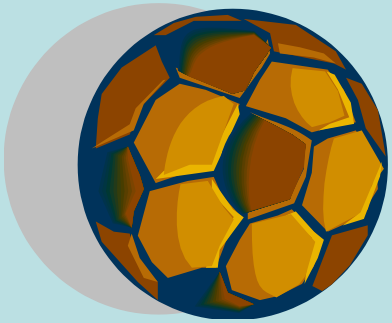


Az aktívan vissza lépő támadó helyére, a mélységből érkező két támadó valamelyike üres területre indulhat.



Megtiszteltetés volt számomra, hogy együtt dolgoztunk.

Köszönöm figyelmüket.





Megtiszteltetés volt számomra, hogy együtt dolgoztunk.

Köszönöm figyelmüket.

