

**PANEVROPSKI UNIVERZITET APEIRON**

**Fakultet sportskih nauka**

**Banja Luka**



Seminarski rad iz predmeta  
**Taktika u fudbalu**

Tema:  
**METODSKI POSTUPCI OBUČAVANJA ELEMENATA TAKTIKE  
IGRE U NAPADU U SISTEMU 1-4-4-2**

Student:  
Slavko Petrović  
br.indeksa

Mentor:  
Prof. dr Osmo Bajrić

**Banja Luka, 2020.**

## SADRŽAJ

<b>SADRŽAJ .....</b>	<b>2</b>
<b>1. UVOD .....</b>	<b>3</b>
<b>2. PROBLEM I PREDMET RADA.....</b>	<b>5</b>
<b>3. CILJ I ZADACI RADA.....</b>	<b>6</b>
<b>4. METOD RADA .....</b>	<b>7</b>
<b>5. TAKTIKA FUDBALA.....</b>	<b>8</b>
5.1. Osnovni pojmovi i definicije iz taktike fudbala .....	9
5.2. Taktička priprema.....	11
5.2.1. Individualna taktika u napadu .....	13
5.2.2. Grupna taktika u napadu.....	14
5.2.3. Ekipna taktika.....	14
5.2.4. Principi taktike u fazi napada .....	16
5.3. Karakteristike taktike .....	19
5.4. Pravila taktičke obuke .....	20
5.4.1. Obučavanje elemenata taktike po kategorijama .....	22
5.4.2. Generalni metodički postupci za taktičke vježbe i igre.....	25
5.5. Stil igre u fudbalu.....	26
5.6. Trener i sistem igre.....	28
5.6.1. Razvoj i prvi tragovi sistema.....	29
5.6.2. Savremeni fudbal i sistemi .....	30
5.6.3. Sistem igre 1–4–4–2.....	32
5.7. Uigravanje dijelova tima i cijele ekipe.....	42
5.7.1. Sistemi karakteristični za napad po bočnim pozicijama i modelne karakteristike bočnih igrača .....	43
5.8. Fudbalski trening.....	46
<b>6. PRIKAZ METODIKE OBUČAVANJA ELEMENATA TAKTIKE KROZ TRENAŽNE JEDINICE.....</b>	<b>49</b>
<b>7. ZAKLJUČAK.....</b>	<b>70</b>
<b>8. LITERATURA .....</b>	<b>73</b>

## 1. UVOD

Danas, u savremenom svijetu, fudbal dobija sve više na značaju. Ta čarobna igra, kao najpopularnija sporedna stvar na svetu, gotovo svakim danom stiže sve više poslenika i simpatizera. Širom svijeta je sve veći broj fudbalera profesionalaca, a još više osoba koje se bave fudbalom radi rekreacije, počev od dječaka u osnovnim školama, do zrelih ljudi koji to čine u slobodnom vremenu. Posebno je imponzantan broj onih koje fudbal zanima, koji ga prate puneći stadione kao gledaoci ili kao sudeonici u aktivnostima kada se o fudbalu informišu, kada se o njemu govori i piše. Najkraće rečeno, teško bi se danas mogao naći savremeni čovjek koji na direktan ili indirektan način putem fudbala ne nalazi i izvestan sadržaj u svom životu.

U većini zemalja, danas, na svim kontinentima, fudbal se ubraja među najmasovnije i najatraktivnije sportove. Upravo zato, logično je da se fudbal u privredno najrazvijenijim zemljama razvio i razvija i uz pomoć i do nivoa savremenog biznisa. Izgrađeni su i grade se moderni stadioni, usavršava organizacija fudbalskih klubova i stalno unapređuje sistem fudbalske igre. Istovremeno, gotovo svi akteri u fudbalu - počev od fudbalera do sudeonika u stručnim, tehničkim i organizacionim štabovima klubova – postaju profesije u pravom smislu te reči i sve poznatija zanimanja u društvenom životu. U tom cilju, manje je improvizacije, a sve više profesionalizma, koji se stiže i praksom ali i neophodnim školovanjem, odnosno sticanjem potrebnih kvalifikacija. Uz to, svakako, do sve većeg izražaja dolazi profesionalizam u celokupnoj fudbalskoj i sudijskoj organizaciji.

Osim porasta broja gledalaca i simpatizera (trenutno, ova konstantacija se ne odnosi na našu zemlju iz poznatih razloga) svemu tome poseban impuls daju i atraktivna takmičenja, počev od regionalnih i nacionalnih prvenstava – do kontinentalnih kupova, svjetskog prvenstva i učešća na olimpijadi.

Uporedo sa tim “spoljašnjim” dešavanjima i kretanjima, promene su se desile i dešavaju se svakodnevno i u samoj srži fudbalske igre. Sa stručne strane, na osnovu različitih analiza, iskustava i istraživanja dolazi se do novih saznanja, koja se sa manje ili više uspeha odmah primenjuju u trenažnom procesu. Kada se zna da je svrha igre u fudbalu postići gol i pobediti, normalno je da su trenažne aktivnosti usmerene ka takmičenju, to jest prema razvoju, održavanju i realizaciji potencijala igrača u takmičarskim uslovima. U tom slučaju mi moramo poznavati dve stvari: prvo je fudbaler sa svojim karakteristikama i drugo, fudbalska igra sa svojim specifičnostima.

Uočljivo je da je sve teže postići gol i da je organizacija igre na veoma visokom nivou, tako da timovi uspevaju da u fazi odbrane postave blok igru, koja protivniku ne dozvoljava da taj blok probije a samim tim i da postigne pogodak. Poznato je da je najteže kada tim koji napada, to

čini kroz sredinu, gde je skoro uvek najveća koncentracija igrača i gde su najmanje šanse za prolaz do protivničkog gola. Odgovor na dobar protivnički blok tj. odbranu gola, možemo potražiti u brzom pas igri sa promenom strane, i proboju preko bočnih slobodnih delova terena do kojih smo uspeli da dođemo ako smo sve neophodne TE-TA radnje obavili perfektno. Za ovakvo delovanje, ekipa mora imati igrače koji će biti sposobni da kada lopta dođe do bočnih pozicija, svojim individualnim kvalitetom i rešenjima ili uz pomoć saigrača naprave proboj i stvore povoljnu priliku koja će se materijalizovati.

## 2. PROBLEM I PREDMET RADA

**Problemom** ovog seminarskog rada obuhvaćeno je objašnjenje taktike igre u napadu, kao i metodski postupak treniranja i primjene taktičke obučenosti u toku takmičarske aktivnosti.

**Predmet** ovog seminarskog rada predstavlja sistem igre 1:4:4:2 u napadu, kao sastavni dio taktičke obuke i njenog poboljšanja.

### 3. CILJ I ZADACI RADA

Na osnovu teme seminarskog rada, kao i na osnovu problema i predmeta rada jasno su određeni cilj i zadaci ovog rada.

**Cilj** rada je da se objasni i ukaže na značaj sistema, taktičkog ponašanja ekipe, individualnih i grupnih taktičkih zadataka u sistemu 1:4:4:2 u fazi napada, karakteristika sistema, uigravanja delova tima i cijele ekipe, uloge trenera u pripremi fudbalera za sistem igre, kao i da se prikažu vježbe kroz treninažne jedinice za sve igračke pozicije u sistemu 1:4:4:2 kroz primjer formacije u rombu.

**Zadaci** seminarskog rada su:

- Objasniti šta je to, zapravo, sistem igre 1:4:4:2,
- Prikazati njegovu podjelu,
- Objasniti način igre u napadu,
- Pojasniti kriterij i komponente kod obučavanja sistema igre 1:4:4:2,
- Prikazati trenažne vježbe potrebne za obučavanje igrača neophodnim elementima taktike.

#### **4. METOD RADA**

Polazeći od problema, predmeta, cilja i zadataka rada u izradi je primenjena opisna metoda, dostupna postojeća stručna literatura, kao i lično igračko i trenersko iskustvo autora.

## 5. TAKTIKA FUDBALA

Paralelno sa razvojem sistema igre, razvijala se i usavršavala tehnika. Povlačenje sve većeg broja igrača u cilju konsolidovanja odbrane i obezbeđivanja gola, dovelo je do toga da tehnika sama po sebi nije bila dovoljna da bi se steklo neko preimućstvo nad protivnikom (Gabrijelić, 1964). Igrači su počeli da primenjuju razna lukavstva, razne manevre i tako stvarali saradnju dva ili više igrača. Počela se stvarati planska i smišljena saradnja između igrača jedne ekipe. Počela se radati **taktika**.

Taktika je oblast koja obuhvata niz mera i postupaka, smišljenih akcija, unapred pripremljen plan dejstvovanja u okviru jedne ili niza utakmica, sa ciljem stvaranja preimućstva nad protivnikom, odnosno niz akcija, koje će stvoriti dobre preduslove, kako bi kvaliteti ekipe i pojedinca došli do punog izražaja za vreme utakmice. Ona je tesno povezana sa intelektualnim sposobnostima, a naročito sa dovitljivošću, inicijativom, snalažljivošću, kao i sposobnošću predviđanja i brzog reagovanja, itd. (Aleksić, 1995).

Uopšteno, taktiku možemo definisati kao opšti pojam, koji predstavlja izbor sredstava i načina da se realizuje određeni plan u procesu takmičenja. Još jedna od definicija taktike kaže: „*Pod taktikom podrazumevamo smišljeno, plansko delovanje pojedinaca ili ekipe radi stvaranja dobrih (povoljnih) preduslova u toku takmičenja, kako bi se steklo neko preimućstvo koje dozvoljava da kvalitet pojedinaca ili ekipe dođe do punog izražaja, odnosno, koje sprečava da kvalitet protivnika dođe do punog izražaja*“.

**„Taktika u fudbalskoj igri je zajedničko i svrsishodno delovanje pojedinca u okviru ekipe sa ciljem formiranja napada i odbrane, kao i prelaska iz odbrane u napad i obrnuto“** (Gabrijelić, 1964).

Navedene definicije taktike nam ukazuju na određene odnose koji vladaju u igri, na određene odnose između igrača koji pomažu u rešavanju pojedinih delova u igri i cele igre radi postizanja pune saradnje. Na osnovu toga, možemo zaključiti da postoje određene zakonitosti, zahtevi i načela koji se zajedničkim imenom mogu nazvati **teorijskim taktičkim postavkama**. Dobro poznavanje ovih teorijskih postavki pomoći će treneru da što bolje sastavi taktički plan, ali i igračima i ekipi da taj plan što bolje sprovedu u delo.

Taktika fudbala se može proučavati kroz dve oblasti:

- Teorijsku taktiku (osnovi teorije taktike), koja obuhvata niz zakonitosti i načela putem kojih rešavamo osnovne odnose u igri;
- Primenjivu taktiku (taktika igre), koja daje odgovor na to, kako treba da se vlada, napada i brani pojedini igrač u očekivanim delovima i fazama igre, odnosno, kako treba da dejstvuje cela ekipa (Gabrijelić, 1964).



Pre nego što se nastavi sa daljim razmatranjem taktike i sistema koji u njoj funkcionišu, neophodno je pojasniti određene pojmove i definicije taktike fudbala, koji će biti prisutni u daljem izlaganju ovog rada.

## 5.1. Osnovni pojmovi i definicije iz taktike fudbala

**Taktika** predstavlja smišljeno plansko delovanje pojedinca ili tima, stvaranje dobrih preduslova u toku jedne ili više utakmica iz kojih bi proistekla prednost koja omogućuje da kvalitet pojedinca ili tima dođu do punog izražaja, odnosno koja sprečava da kvalitet protivnika dominira na utakmici (Gabrijelić, 1964).

Na osnovu toga, može se zaključiti da je taktika segment fudbala koji podrazumeva niz mera i postupaka, smišljenih (uvežbanih) akcija u okviru jedne ili više utakmica, koje imaju za cilj da njihovom primenom ekipa ostvari željeni rezultat.

### *Strategija*

Strategija podrazumeva sveobuhvatni pojam (najširi) fudbala kojom se planira delokrug poslova koji nisu isključivo vezani za teren i igrače sopstvenog tima. Strategija predstavlja niz mera i postupaka iz raznih oblasti koji imaju za cilj ostvarenje bližih i daljih zadataka u okviru rada u jednoj ekipi (Joksimović, 1997). To znači da strategija podrazumeva i obuhvata sistem, taktiku, fizičku pripremu, tehniku i još niz najrazličitijih faktora koji mogu biti od koristi za jednu ekipu. Sama strategija realizuje se preko taktike kao operativne delatnosti trenera i igrača u uslovima takmičenja.

### *Sistem*

Sistem igre utvrđuje osnovni raspored igrača koji se kod poseda lopte, odnosno gubitka lopte nastoji odgovarajuće menjati ponašanjem napada ili odbrane. Sistem igre kao osnovni raspored jedne ekipe određuje, individualne i grupno-taktičke zadatke igrača u odbrani, sredini terena i napadu (Joksimović, 1997).

“Sistem je dogovoreni način igre koji određuje svakom igraču mesto na terenu, opšte zadatke kao i linije kretanja, ili drugim rečima sistem je okvir u kome prema određenom rasporedu i opštim zadacima dejstvuju igrači” (Radosav i saradnici, 2003).

Odlike dobrog sistema:

- Da je jednostavan;
- Da je uravnotežen (sa podjednakim opterećenjem na svakog igrača);
- Da je fleksibilan, odnosno da je sa manjim izmenama prilagodljiv prema svakom protivniku;
- Da izvrši podelu rada, tako da dođe do izražaja odgovornost pojedinca prema kolektivu;
- Da vodi računa kako ne bi došlo do favorizovanja napada na račun odbrane ili obrnuto.

### ***Varijanta***

Varijanta, po jednom značenju, može ukazivati na promenu rasporeda igrača u određenom sistemu (u okviru sistema četiri beka, pored rasporeda 1-4-4-2, može biti i 1-4-3-3, kao i varijanta 1-4-2-3-1). Po drugom značenju, varijanta predstavlja određenu taktičku kombinaciju, koja se na određenom delu terena i u određenoj fazi igre više puta može ponoviti. Na kraju, definicija bi bila da je: „*Varijanta određeni način igre, koji po specifičnim zadacima jednog ili više igrača, odstupa od određenih opštih zadataka u okviru jednog sistema*“ (Joksimović, 1997).

### ***Stil (konceptija) igre***

Stil (konceptija) igre je specifičan i karakterističan način igranja u okviru nekog sistema, ili ukratko, to je specifičan način primene nekog sistema. U stil igre možemo svrstati i određena „umetnička“ obeležja igre, kao što su: kreativna igra, tehnička igra, šablonska igra, disciplinovana igra, itd. (Sekereš, 1984).

### ***Taktički plan***

Taktički plan je određena, specifična konceptija igre u određenim uslovima i u odnosu na određenog, manje ili više poznatog protivnika (Radosav i saradnici, 2003). Taktički plan predstavlja rešavanje jedne određene utakmice, toka same utakmice, kao i toka kretanja rezultata (Joksimović, 1997).

On može predstavljati i rešavanje pitanja određenih delova utakmice, kao što su početak utakmice, finiš utakmice, produžeci, itd.

## ***Taktička kombinacija***

Taktička kombinacija je akcija dva ili više igrača, koja se na određenom delu terena ili u određenoj fazi igre može izvesti i više puta ponoviti (Gabrijelić, 1964).

## ***Plitka formacija***

Plitka formacija je pojam koji podrazumeva plitki razmak između najisturenijeg i pretposlednjeg igrača (uzimajući u obzir i golmana), bez obzira da li se radi o fazi odbrane ili napada. Posmatra se kroz dubinu i širinu formacije (Radosav i saradnici, 2003).

## **5.2. Taktička priprema**

Taktička priprema je proces osposobljavanja igrača za sprovođenje određene koncepcije igre primenom tehničko-taktičkih radnji (Aleksić, 1995).

Faktori koji utiču na izbor taktike:

- Tehnički potencijal igrača;
- Tehnički potencijal protivničkih igrača;
- Fizički potencijal igrača;
- Fizički potencijal protivničkih igrača;
- Važnost utakmice;
- Plasman na tabeli;
- Propozicije takmičenja;
- Pravila fudbalske igre;
- Suđenje;
- Sredina i mentalitet publike pred kojom se igra;
- Atmosferski uslovi;
- Kvalitet podloge terena;
- Dimenzije terena.

U teoriji fudbala o taktici se govori kao o segmentu koji je direktno uslovljen inteligencijom trenera i igrača, zatim njihovom maštovitošću i brzom elaboracijom vremensko-prostornih parametara u igri, dobrom neverbalnom komuniciranju između igrača ali i u prepoznavanju namera protivničkih igrača. Kroz taktičke elemente najlakše je sagledati vrline i mane jedne ekipe, a još više njihovog trenera (Sekereš, 1984).

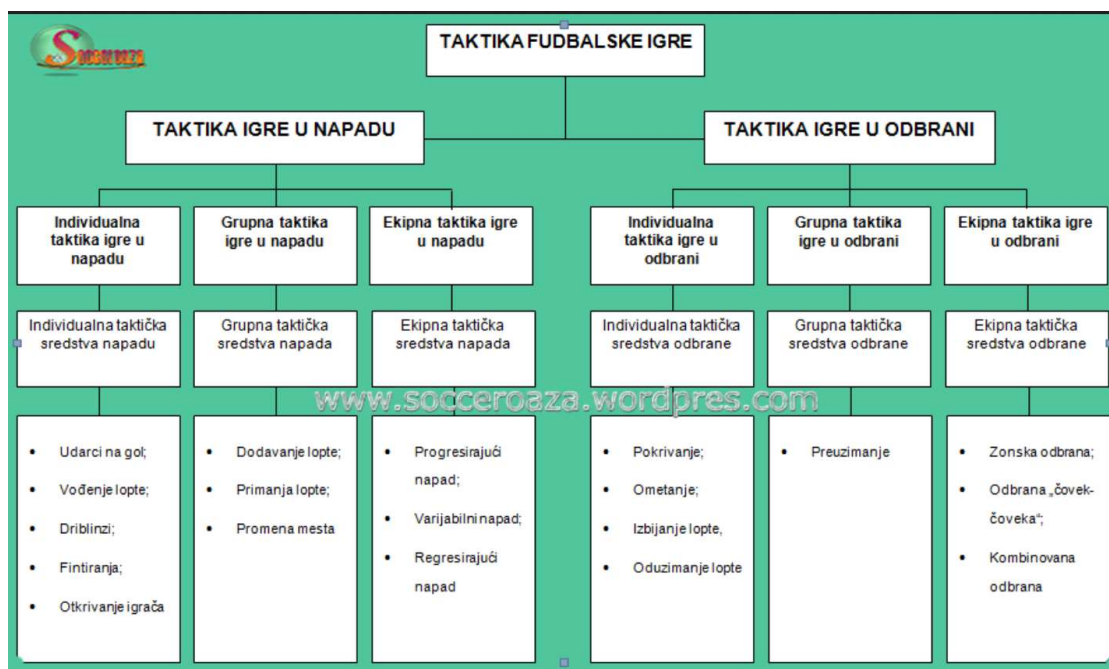
Svaka ekipa, u cilju postizanja određenog cilja, ulazi u utakmicu sa unapred određenim i dogovorenim planom. Taktički plan obuhvata niz mera i postupaka koji određuju zadatke i pojedincu i ekipi u celini, kako u pojedinim fazama igre, tako i na određenim delovima terena. Zajednički cilj se može postići jedino ako je postignuta potpuna saradnja između igrača, između pojedinih linija i ako se usklade individualne želje i težnja sa ciljevima celine (Radosav i saradnici, 2003).

Taktiku (Grafikon 1), u odnosu na zadatke pojedinaca ili zadatke cele ekipe, delimo na (Joksimović, 1997):

1. Pojedinačnu – individualnu taktiku;
2. Grupnu – kolektivnu taktiku;
3. Ekipnu taktiku.

Pošto fudbalska igra predstavlja stalnu borbu dve ekipe koje teže ka istim ciljevima – postići što više golova, a primiti što manje, opštu taktiku možemo podeliti i prema fazama igre i delovima terena gde se igra razvija, i to na (Joksimović, 1997):

1. Odbrambenu taktiku;
2. Napadačku taktiku.



**Grafikon 1.** Taktika fudbalske igre

### 5.2.1. Individualna taktika u napadu

Pod pojmom individualne taktike u napadu podrazumevamo situacije u kojima je odnos igrača 1:1.

Igrači ekipe koja je u posedu lopte mogu se nalaziti u dve osnovne situacije, da igraju sa loptom ili bez nje (Aleksić, 1995).

Igrač bez lopte mora utrčati u prazan prostor da bi došao u priliku da primi loptu od saigrača, ma koliko protivnički igrač pokušavao da ga omete. Ukoliko ga strikno pokriva protivnički igrač, to će mu poći za rukom ako posle lažnog kretanja, naglo promeni pravac trčanja.

Igrač sa loptom ima više mogućnosti. On može da uputi loptu prema protivničkom голу: pasom, centaršutem, udarcem na gol, pretrčavanjem protivnika ili prelaskom u dribling. Pri tom, igrač može da koristi lažno odigravanje saigraču, lažni udarac prema голу ili višestruke varke telom.

#### *Osnovna individualna sredstva napada*

*Otkrivanje i postavljanje*, koji se odnose na sledeće principe:

- Zauzimanje položaja u odnosu na igrača sa loptom: u dubinu, po širini, dijagonalno, od lopte, u susret lopti;
- Trenutak (tajming) kada se položaj menja (pravovremeno, rano, kasno).

*Primanje lopte:*

- U mestu, u kretanju, sa prenosom, sa fintiranjem;
- Tajming primanja (sporo, brzo, brza primopredaja).

*Individualne akcije:*

- Vođenje lopte;
- Driblinzi i fintiranja;
- Udarci na gol.

*Dodavanje lopte:*

- Pravac dodavanja (dubina, dijagonala, širina, unazad);
- Tajming dodavanja (kasno, prevremeno, pravovremeno);
- Brzina kretanja lopte (sporo, brzo, sa promenom ritma).

### 5.2.2. Grupna taktika u napadu

Pod grupnom taktikom u napadu podrazumevamo akcije u kojima je odnos igrača 2:2, 3:3,...10:10. Ovladavanjem elementima ovakve igre predstavlja osnov za ekipnu taktiku i taktiku igre (Aleksić, 1995).

Igrači koji napadaju u igri 2:2, mogu se naći u sledećim situacijama:

- Igrači bez lopte oslobađaju se protivničkih igrača da bi primili pas ili centriranu loptu, oslobodili prostor saigraču sa loptom, izveli dupli pas ili lažni dupli pas, pritrčali saigraču sa loptom radi preuzimanja, lažnog preuzimanja ili propuštanja (preskakanja) lopte.
- Igrač sa loptom može da je odmah preda saigraču ili da je povede. Kada povede prema protivničkom igraču težiće da ga prevari (dribla), kako bi mogao posle toga da odigra dupli pas. Ukoliko povede prema saigraču, namera mu može biti predaja lopte, odigravanje duplog pasa ili lažnog duplog pasa ili lažna predaja lopte. Ukoliko povede loptu u slobodan prostor, to će učiniti najčešće da bi osvojio prostor ili da bi dobio u vremenu.

Kada u napadu učestvuju tri igrača, mogućnosti navedene ranije se proširuju. Igrač koji poseduje loptu može da je odigra na obe strane, zavisno od situacije, može da bira proigravanje dugim ili kratkim pasom jednom od saigrača koji su promenili mesta, da odigra kombinaciju pomoću trećeg čoveka i slično. Takve kombinacije mogu biti uspešne samo ako su savršeno sinhronizovane u prostoru i vremenu. Naravno, što je veći broj igrača uključen u akciju moguć je izbor više rešenja ali su samim tim i zahtevi veći.

### 5.2.3 Ekipna taktika

Pod ekipnom ili kolektivnom taktikom podrazumevamo povezanost individualne i grupne taktike u jednu celinu, radi rešavanja zajedničkog zadatka (Toplak, 1972). Akcije pojedinaca i grupe moraju biti smišljeno povezane, prilagođene sposobnostima igrača i dobro uvežbane.

Ekipna taktika se deli na taktiku napada i taktiku odbrane.

#### *Ekipna taktika napada*

Taktiku napada primenjuje ekipa koja je u posedu lopte (Joksimović, 1997). Pri tome je važno da igrači bez lopte sinhronizuju svoje radnje sa akcijom igrača koji je u posedu lopte, vodeći strogo računa o kretanju i postavljanju igrača. Prelazak u napad, posle osvajanja lopte, mora da bude brz, kako bi se protivniku dalo što manje vremena da organizuje odbranu. Da li će

se ovo pravilo primeniti, zavisi od trenutne situacije u igri, rezultata, jačine protivnika, stanja ekipe koja je u situaciji da napada, itd.

Svrshodan napad može da počne od golmana. Čim golman uhvati loptu, vezni igrači istrčavaju prema bočnim linijama da bi što sigurnije primili loptu. Istovremeno i ostali igrači se oslobađaju protivnika, utrčavaju u prazan prostor, kako bi golmanu pružili veći izbor mogućnosti da započne napad na najpogodnijem mestu.

Po pravilu, napad započinje na mestu gde je koncentracija protivničkih igrača najmanja. To je obično suprotna strana od mesta gde se završio prethodni napad protivnika.

Napad se gradi na taj način što se igrači postavljaju po dubini i širini tako da mogu lako međusobno da prenose loptu (Elsner, 1985). Oni su često potpomognuti igračima odbrane, čije mesto posle uključivanja moraju da pokriju ostali igrači odbrane ili neki od veznih igrača. Igraču sa loptom, ostali igrači moraju obezbediti više mogućnosti za odigravanje.

Kada se vezni ili odbrambeni igrač ubacuje u napad po krilnoj poziciji, spoljni napadač treba da mu otvara prostor krećući se u punom trku ka sredini terena, odnosno prema opasnoj zoni pred protivničkim golom. Odbrambeni igrači koji su se uključili u napad moraju da završe svoju akciju pasom, centaršutem ili upućivanjem lopte na gol, posle čega se najbržim i najkraćim putem vraćaju na svoje mesto u odbrani.

Vrlo često se događa da odbrambeni igrači prelaze u napad iz dubine kroz sredinu terena, pri čemu napadač (špic) treba da svojim kretanjem, u jednu ili drugu stranu, oslobodi prostor svom saigraču za udarac na gol, odigravanje duplog pasa ili proigravanje. Ukoliko igrač sa loptom prodire kroz sredinu, on svojim kretanjem treba da izazove protivničkog igrača da ga preuzme, što dovodi do lančanog preuzimanja, a to je prilika za proigravanje slobodnog napadača u najboljoj poziciji za upućivanje udarca na gol.

Kada se govori o kolektivnoj taktici napada, bitno je napomenuti da cela ekipa kreće u napad zajedno, da bi pružila podršku najisturenijim igračima, odnosno, u slučaju gubljenja lopte, da bi organizovala odbranu što dalje od svog gola, tj. oduzela loptu i ponovo prešla u napad (Joksimović, 1997). U ovom slučaju glavnu ulogu imaju vezni igrači, koji predstavljaju vezu između napada i odbrane. Od njihovih sposobnosti zavisi tempo i ritam, odnosno, nivo igre.

Posebne situacije u ekipnoj taktici napada predstavljaju: ubacivanje lopte u igru sa ugla (kornjer), izvođenje direktnih i indirektnih udaraca, kaznenih udaraca, ubacivanje lopte u igru (aut), sudijska lopta, itd. (Toplak, 1972).

Gotovo sve navedene situacije zahtevaju od igrača i ekipe u celini:

- 1) Dobru tehniku izvođenja;
- 2) Preciznost izvođenja;
- 3) Brzinu izvođenja;

- 4) Pregled i raspored igrača;
- 5) Saradnju i međusobno razumevanje;
- 6) Poznavanje više varijanti izvođenja i sposobnost izbora najboljeg;
- 7) Vremensku usklađenost;
- 8) Dobru uvežbanost i uigranost;
- 9) Poznavanje dobrih i slabih strana saigrača;
- 10) Poznavanje dobrih i slabih strana protivničkih igrača.

#### 5.2.4. Principi taktike u fazi napada

Napad se zasniva na inicijativi, prednosti posedovanja lopte i pretpostavci da se postigne pogodak.

##### *Principi napada*

Osnovni zahtev, odnosno zadatak napada je usredsređivanje svih akcija ka protivničkom голу (Radosav, 1979). Da bi se uspešno realizovao osnovni zadatak napada primenjuju se sledeći principi:

##### *Prilagođavanje napada protivničkoj odbrani*

Uspeh napada, ne zavisi samo od sposobnosti vlastite ekipe, njene koncepcije igre, već i od načina organizovanja i ponašanja suprotne ekipe u svim fazama igre. Svaka ekipa u napadu mora da računa da i odbrana nastoji da primeni najefikasnija sredstva u realizaciji svojih zadataka (Dukić, 1998).

U ovakvim okolnostima, napad mora da koristi inicijativu i da je obogaćuje sa novim rešenjima, kako bi odbranu doveo u otežane uslove i narušio njenu organizaciju i ravnotežu.

Princip prilagođavanja napada odbrani sastoji se u pravovremenom otkrivanju načina dejstva odbrane a zatim usmeravanje težišta napada na slabije obezbeđenim delovima terena, kao i oslanjanje na individualne sposobnosti, bogatstva, raznovrsnosti i kreativnosti igrača napada.

##### *Organizacija rasporeda igrača u napadu*

U sadašnjim uslovima fudbalske igre organizaciju rasporeda igrača u napadu karakteriše mali broj igrača i izražena promenljivost i prostorna pokretljivost.



Osnovni zahtev je da raspored igrača optimalno odgovara bližim i daljim taktičkim rešenjima napada. Zahtev malog broja igrača proizilazi iz činjenice da se gotovo sve ekipe uglavnom opredeljuju za defanzivan način igre.

Zahtev promenljivosti proizilazi iz činjenice da napad mora da bude raznovrstan, sa stalnom tendencijom premeštanja prostornog delovanja, što uslovljava formiranje novog rasporeda. Ovo proizilazi iz činjenice da su gotovo svi delovi terena, a naročito manevarski red i odbrambeni red dobro pokriveni.

Zahtev pokretljivosti proizilazi iz dinamičnosti igre, kao i dobre pokrivenosti i tehničko-taktičke obučenosti igrača odbrane. Organizacija rasporeda igrača u napadu uslovljava način igranja ekipe i govori o njihovim individualnim i kolektivnim sposobnostima.

### ***Dovođenje protivnika do greške***

U sadašnjim uslovima fudbalske igre odbrana ima prednost u odnosu na napad, jer se u napadu nalazi mali broj igrača, tako da je veoma teško da napad uspe ukoliko čitava odbrana, njeni delovi ili pak igrači pojedinačno ne naprave grešku.

Često puta nevidljiva greška u odbrani u mnogome može da pomogne, odnosno da omogući uspešan napad i postizanje pogotka. Zadatak igrača u napadu je da novim taktičkim rešenjima i varijantama pokušaju iznenaditi protivničku odbranu. Pri tome, koriste se snagom sopstvene inicijative, raznovrsnosti i kreativnosti što često puta igrača odbrane dovodi u nepredviđene taktičke situacije, iz kojih lakše proizilaze greške.

Za napad su najpovoljnije greške u odbrani, koje se javljaju u prvoj fazi (posle prekida napada), donekle u drugoj (transformacija igrača iz napada i manevra u odbranu), a najpovoljnije u trećoj fazi (optimalno zatvaranje pristupa prema голу).

Prema tome, od pravovremenog i racionalnog izbora taktičkih rešenja u pojedinim fazama igre, zavisi efikasnost napada i dovođenje protivnika do greške.

### ***Kretanje igrača***

U savremenom fudbalu kretanje igrača napada predstavlja jedno od najopasnijih sredstava modernog napada. Od brzine kretanja igrača zavisi dinamika napada, izbor taktičkih rešenja i koncepcija igre (Radosav i saradnici, 2003). Kretanje igrača još više dobija na značaju ako se zna da je fudbaler za vreme utakmice u kontaktu sa loptom prosečno 4-5 minuta.

### ***Brojčana nadmoćnost napada***

U savremenom fudbalu kada se većina ekipa opredeljuje za zatvoreniji, odnosno defanzivan način igre, brojčanu nadmoćnost napada jedino je moguće ostvariti brzom transformacijom igrača manevarskog reda, a ponekad kada to uslovi dozvoljavaju i ulaskom igrača iz trećeg plana. Stvaranjem brojčane nadmoćnosti, omogućuju se uslovi za lakšu realizaciju taktičkih kombinacija. Brojčana nadmoćnost napada naročito dolazi do izražaja neposredno nakon prekida protivničkog napada. Da bi se obezbedila brojčana nadmoćnost, ekipa koja napada mora da igra brzo, da svojim načinom kretanja narušava organizaciju odbrane i koristi nova taktička rešenja koja protivniku nisu poznata.

### ***Iznenadenje u igri***

Iznenadenje u igri se ostvaruje promenom ritma, neočekivanim elementima tehnike, pravovremenim izborom taktičkih kombinacija, za vreme ili u prekidu igre. Primena iznenadenja u igri karakteristika je ekipa koje poseduju visoke kolektivne i individualne sposobnosti.

### ***Međusobna saradnja***

Kolektivni karakter igre i međusobna saradnja igrača u izvršavanju zadataka u napadu osnovni je preduslov za uspeh ekipe. Što su individualni kvaliteti igrača na većem nivou, to je i lakše uspostaviti saradnju među njima. To se mnogo puta pokazalo na revijalnim utakmicama, kada po prvi put zajedno igraju najbolji fudbaleri Evrope ili sveta, gde je međusobna saradnja navalnih i odbrambenih igrača na visokom nivou.

### ***Principi faze završnice napada***

U završnici napada, pred upućivanje centaršuta sa boka, igrači napadajuće ekipe treba da popune prostor ispred prve i druge stative, zatim prostor u kojem se očekuje povratni pas ili odbijena lopta, kao i prostor u centralnom delu kaznenog prostora (Toplak, 1972).

Moguće situacije u završnici napada (Radosav, 1979):

- Ukoliko nabačena lopta pred gol preleti napadača, on treba brzo da se okrene prema prostoru u koji je lopta otišla;
- Posle centaršuta sa boka, u završnici napada akcija treba da se okonča udarcem glavom iz blizine u pravcu linije gola;

- Pre izvođenja završnog udarca neophodna je orijentacija u odnosu na gol i položaj golmana;
- U završnici, pri izvođenju udarca iskosa, šutira se u suprotan ugao gola;
- Pre izvođenja udarca treba videti položaj protivničkih igrača u odnosu na sopstvene;
- Završnica napada u kaznenom prostoru treba da bude brza, precizna i iznenada izvedena;
- Posle udarca na gol, igrač treba da nastavi kretanje ka голу (uvek postoji mogućnost da se lopta odbije prema prostoru u koji utrčava);
- U završnici igrač treba da sakrije nameru, treba da je lucidan i uvek da razmišlja kako da izvede neočekivani potez.

### 5.3. Karakteristike taktike

Kada je reč o taktici moraju se naglasiti opšte karakteristike kojima je obeležena svaka taktička radnja. One će omogućiti i obezbediti primenu i sprovođenje određenih zamisli u toku igre (Dukić, 1998).

#### *Opšte karakteristike taktike:*

- Svaka unapred smišljena planska akcija mora odgovarati mogućnostima pojedinca i ekipe;
- Stvaranje mogućnosti igračima da prema novonastalim uslovima primenjuju odgovarajuću taktiku i taktičku kombinaciju, korisnu u specifičnim uslovima. Dakle, mogućnost neposredne rekonstrukcije ili nove konstrukcije plana dejstva. To podrazumeva da se igračima pruža mogućnost taktičkog mišljenja bez komande, po sopstvenoj inicijativi;
- Bogastvo i raznovrsnost elemenata i sredstava. Taktička pripremljenost pojedinaca ili ekipe je utoliko bolja ukoliko je veći repertoar naučenih elemenata i ukoliko je veća sposobnost da se primene odgovarajuće sveže taktičke kombinacije;
- Sposobnost iznenađenja, odnosno primena neočekivanog postupka u neočekivanom momentu.

#### *Karakteristike taktike u savremenom fudbalu:*

- Kreiranje prostora za aktivno sprovođenje napadačkih akcija, kao vid jedne od tendencija organizovane igre u fazi napada;

- Preuzimanje individualnog i timsko taktičkog rizika, koji će doneti prevagu u igri dva tima približno istih ili sličnih kvaliteta;
- Situacioni momenat promene poseda lopte, kao faktor uspešnosti u fazama napada i odbrane;
- „Defanzivno“ razmišljanje igrača dok je njihova ekipa u posedu lopte i „ofanzivno“ razmišljanje dok je protivnik u posedu lopte.

Na osnovu opštih karakteristika taktike može se uvideti da svaka taktička radnja predstavlja određeni okvir, koji reguliše odnose između dva ili više igrača, ali i okvir koji daje široku slobodu u interpretiranju igre (Dukić, 1998). Unapred određen i pripremljen plan predstavlja samo naznačen put pomoću koga će sposobnost pojedinaca i cele ekipe doći više do izražaja. Neophodno je da igrači imaju slobodu u pogledu samostalnog rešavanja delova igre.

O ovim faktorima koji su navedeni u karakteristikama taktike, treba obavezno voditi računa, kao i o nizu činjenica od kojih zavisi i ispunjavanje postavljenih zadataka. Treba uskladiti želje sa mogućnostima, kao i teorijske postavke sa mogućnostima njihove praktične primene.

#### 5.4. Pravila taktičke obuke

Pravila obučavanja taktičkih veština:

- Uvežbavanje sportskih veština u uslovima takmičenja kada se stvore uslovi za to (nivo obučenosti sportista);
- U obučavanju novih elemenata delovi treninga treba da su kratki i učestali;
- Maksimalno korišćenje sredstava, opreme i pomagala u procesu treninga;
- Sportisti treba da osele uspešnost izvođenja vežbi u svakom treningu;
- Stvoriti atmosferu u kojoj sportisti nemaju strah od grešaka u procesu treninga;
- Često naglašavati da je smisao treninga poboljšavanje i usavršavanje elemenata koji se vežbaju;
- Odvojiti vreme za uvežbavanje elemenata koji nisu dovoljno usavršeni;
- Učiniti trening zanimljivim.

### ***Proces učenja sportskih veština***

Svaki sportista u procesu treninga prolazi kroz tri faze učenja:

- Početni nivo;
- Srednji nivo;
- Viši nivo.

Najznačajnija faza učenja odnosi se na srednji nivo. Dok je na početnom nivou najvažniji razvoj motornog programa, a na višem nivou motivacija, srednji nivo je najkompleksniji i zahteva najstručniju analizu i sprovođenje procesa usavršavanja. Već na ovom nivou učenja sportista mora biti izuzetno motivisan da bi nastavio proces usavršavanja, treba brižljivo izabrati smernice i strategiju, potrebno mu je korigovanje u toku vežbanja od strane trenera kao i stimulans.

Na srednjem nivou uočavamo:

- Poboljšanje tačnosti;
- Povećavanje skladnosti pokreta;
- Smanjenje potrošnje energije;
- Poboljšanje brzine i tajminga;
- Bolje predviđanje kao i automatizaciju;
- Veće samopouzdanje;
- Poboljšanje motornog programa;
- Bolja upotreba potrebnih motoričkih sposobnosti.

Takođe treba poznavati razloge za pojavu pojedinih grešaka prilikom rada na obuci:

- Nedovoljni nivo motivacije, pažnje i koncentracije;
- Nedovoljno razumevanje pravila i principa preuzimanja;
- Fizički nedostaci;
- Pogrešan metod rada i prebrzo povećavanje zahteva;
- Strah od neuspeha ili povrede;
- Nedovoljno razvijen "osećaj kretanja".

Postupci za korigovanje grešaka sastoje se od ponavljanja pravilnog izvođenja, uprošćavanja vežbi i metoda, određivanja specifičnih zadataka za poboljšanje izvođena elemenata, ukazivanja na greške u izvođenju elemenata, itd. (Elsner, 1985).

### 5.4.1. Obučavanje elemenata taktike po kategorijama

Stvarna edukacija mladih igrača podrazumeva njihovo aktivno uključivanje u kontinuirani proces planiranja, izvođenja i prosuđivanja. Igrači moraju znati smisao onog što rade, mogućnosti kako se to izvodi i biti u stanju proceniti vežbu (Dukić, 1998).

Vodič za razvoj taktičkog mišljenja:

- Razumevanje igre: znanje o principima napada i odbrane, kao i principu prostor-vreme;
- Načini i principi objašnjavaju logiku delovanja igrača zavisno od analize položaja na terenu (prostorno–vremenski odnosi);

Temeljna pitanja u razumevanju igre:

- Prepoznati ključni trenutak u igri: prema principima igre;
- Analizirati pojedine položaje i uloge: prema načinu i principu prostor-vreme;
- Utvrditi potencijalne mogućnosti za delovanje

### *Početna kategorija*

Igrači treba da dobiju minimum znanja iz oblasti taktike kroz elementarne i pomoćne igre. Treba dozvoliti da se dečija mašta i stvaralačka moć razvijaju bez sputavanja i usmeravanja ka određenim šablonima.

Uz upoznavanje pojedinih elemenata tehnike, igrači treba da se upoznaju sa sledećim elementima taktike:

- Upoznavanje igrača sa ulogom i mestom koje igra;
- Individualna igra;
- Pokrivanje igrača;
- Otkrivanje igrača;
- Pokrivanje igrača i prostora kada protivnika napada;
- Posle izgubljene lopte odmah napadati protivnika;
- Vođenje lopte samo u slučajevima kada igrač nema bolje rešenje;
- Taktika golmana (postavljanje golmana u stranu odakle dolazi akcija protivnika i kretanje u susret lopti).

### ***Pionirska kategorija***

U pionirskoj kategoriji treba postepeno uvoditi igrača u rešavanje individualnih i grupnih taktičkih zadataka (Radosav i saradnici, 2003). Postojeća tehnička znanja treba koristiti pri izvršavanju taktičkih zadataka i treba usavršavati saradnju sa najbližim igračima na terenu. Pored toga sa igračima ove kategorije treba uvežbavati sledeće:

- Dupli pas – bočni i u dubinu;
- Prilazak igrača za saradnju;
- Fintiranje prilikom predaje i primanja lopte;
- Građenje lopte;
- Povratne lopte golmanu i otvaranje posle toga;
- Postavljanje igrača u „živom zidu“;
- Grupna igra;
- Stvaranje navike da igrač prati igru i učestvuje u njoj;
- Bacanje auta i kretanje saigrača pri ubacivanju lopte u igru rukom;
- Prilikom oduzimanja lopte gledati loptu, a ne u protivnika;
- Pokrivanje protivnika i napadanje sa strane bliže голу.

### ***Kadetska i omladinska kategorija***

Igrači kadetske i omladinske kategorije treba da se usavršavaju u individualnoj i grupnoj taktici, a u isto vreme da ovladaju osnovama kolektivne taktike (Radosav i saradnici, 2003). Pri završetku staža u kadetskoj i omladinskoj kategoriji igrači treba da poznaju sve zadatke odbrane i napada, saradnju pojedinih linija tima i da samostalno rešavaju nepredviđene situacije u igri.

Pored ponavljanja taktičkih radnji za pripremnu grupu i pionirsku kategoriju, sa igračima kadetske i omladinske kategorije treba uvežbavati i sledeće:

- „Lažni“ dupli pas;
- Povratna lopta i kretanje u prazan prostor;
- Oslobođanje prostora saigraču (odvlačenje protivnika);
- Varanja koja imaju za cilj da lažnim kretanjem privuku pažnju protivnika i time sakriju pravu nameru. To su uglavnom pritrčavanja igrača, a zatim naglim okretom i sprintom igrač traži mogućnost da dobije loptu u dubinu, iza leđa protivnika;
- Varanje pogledom;
- Preskakanje i propuštanje lopte saigraču;

- Pokrivanje leđa igraču koji napada protivnika (obezbeđenje);
- Finta lažnog udarca sa proigravanjem ili udarcem na gol;
- Promena mesta u završnici napada;
- Pomeranje odbrambenih igrača za jedno mesto kada saigrač ispadne iz igre;
- Igra dva centralna beka;
- Odlaganje akcije povratnom loptom saigraču;
- Kombinacije pri izvođenju slobodnih i indirektnih udaraca u zoni udaraca na gol;
- Kombinacije i kretanja igrača pri izvođenju udarca iz ugla (kornera);
- Postavljanje i kretanje igrača pri izvođenju udarca iz ugla (kornera), slobodnog i indirektnog udarca protivnika;
- Izvođenje kontra napada;
- Sakrivanje namere (iznenađenje u igri);
- Upoznavanje igrača sa ulogom i mestima ostalih igrača iz ekipe;
- Tehničko – taktičke kombinacije sa 2, 3 i više igrača;
- Organizacija napada – od golmana pa sve do završnice;
- Igra „čovek – čoveka“ i napad protiv takve odbrane;
- „Zonska odbrana“ i napad protiv takve igre;
- „Kombinovana odbrana“ i napad protiv takve odbrane;
- Odvajanje igrača od protivnika u momentu očekivanja lopte;
- Ubacivanje odbrambenih igrača iz pozadine u napad.

### ***Mladi i seniorski tim***

Igrači mladog i seniorskog tima treba mnogo više da rade na obogaćivanju individualne taktike i na disciplini izvršavanja individualnih i grupnih zadataka, a kolektivna taktika se prilagođava igri protivnika (Radosav, 1979). Pored toga, igrači usavršavaju teoretska znanja iz taktike, primaju informacije o protekloj i budućoj utakmici i osposobljavaju se da individualno, grupno i kolektivno rešavaju nepredviđene situacije, koje se mogu dogoditi na utakmici.

Poseban akcenat se stavlja na primenu taktičkih kombinacija i igračima se pojedinačno ukazuje na racionalno raspoređivanje snage u toku utakmice (zavisno od dispozicija igrača i potreba ekipe) (Radosav i saradnici, 2003).

Igrači mladog i seniorskog tima pored navedenih taktičkih radnji treba da uvežbavaju i sledeće:

- Preuzimanje lopte od saigrača;
- Izlazak odbrane i stvaranje ofsajd zamke;



- Kretanje navalnih igrača u špicu napada da bi se izbegla ofsajd zamka;
- Individualni prodori prilikom postavljanja ofsajd zamke;
- Kretanje odbrambenih igrača kada ne uspe ofsajd zamka;
- Početak akcije na jednoj, a završetak na suprotnoj strani terena;
- Manevarsko kretanje igrača da bi se stvorio prazan prostor;
- Pravovremeno ubacivanje lopte i utrčavanje saigrača u prazan prostor;
- Promena načina igranja u pojedinim fazama igre;
- Promena ritma i tempa u igri;
- Brzo izvođenje kombinacija;
- Disciplinovanost izvršavanja zadataka u igri;
- Način igranja u različitim vremenskim uslovima;
- Način igranja po različitim terenima (po kvalitetu i dimenzijama);
- Način igranja protiv objektivno jačeg ili slabijeg protivnika;
- Uigravanje linija po širini;
- Uigravanje linija po dubini;
- Uigravanje linija po dijagonali;
- Kolektivna igra.

#### 5.4.2. Generalni metodički postupci za taktičke vježbe i igre

*Taktička vežba predstavlja* određeni taktički zadatak, iz faze odbrane ili napada, individualni ili u saradnji 2 ili više igrača, koji se ponavlja, u skladu sa principom prostor-vreme (Elsner, 1985).

*Tok odvijanja metodičkog postupka:*

- Objašnjenje smisla i svrhe vežbe (potenciranje prostorno-vremenskih principa);
- Objašnjenje zadatka: određivanje prostora, faze igre, broja igrača, početnih položaja, te toka odvijanja zadatka (princip prostor i vreme: – položaj u prostoru i trenutak promene položaja);
- Demonstracija vežbe (zadataka): ko, gde, kada, kako;
- Izvođenje vežbe u laganom kretanju: kontrola razumevanja zadatka: ko, gde, kada, kako;
- Povećanje intenziteta izvođenja: kontrola pravovremenosti položaja (uslov: upravljanje tempom i ritmom, kontrola položaja kretanja i vladanja loptom);
- Izvođenje vežbe uz poluaktivnog protivnika: (kontrola brzine uočavanja prostorno vremenskih mogućnosti).

**Taktička igra predstavlja** suočavanje različitih brojčanih odnosa igrača, koje se odvija po principima napada i odbrane (Elsner, 1985).

*Tok odvijanja metodičkog postupka:*

- Objašnjenje smisla i svrhe igre (potenciranje principa napada i odbrane);
- Određivanje veličine terena za igru, broja igrača, protivnika i eventualno ostalih učesnika;
- Određivanje zadataka za fazu napada i odbrane;
- Zaustavljanje i ispravljanje (greške u odvijanju igre prema principima faze napada i odbrane);
- Olakšavanje faze napada (usvajanje znanja o principima): povećanje prostora, poluaktivan odbrambeni, jedan ili više igrača, džokeri, više golova, itd.;
- Otežavanje faze napada (razvoj kreativnosti igrača): igrač manje, manji broj dodira, manji ili veći prostor, uslovljeni broj dodavanja, posebni uslovi za tok igre, posebni zadaci u igri, itd.

***Napomena:***

Osnovna praktična nit u radu je praćenje taktičkih sposobnosti igrača na utakmicama, korekcija taktičkim vežbanjem, korekcija taktičkim pomoćnim igrama, korekcija na prijateljskim utakmicama dogovorenim u tu svrhu, kao i korekcija u samim prvenstvenim i kup utakmicama.

Ta interakcija je stalno prisutna u taktičnoj pripremi. Na osnovu povratnih informacija program taktičke pripreme se potvrđuje ili koriguje.

## 5.5. Stil igre u fudbalu

Reč ***stil*** potiče od grčke reči ***stilos*** (latinski ***stilus***) koja je označavala zašiljenu metalnu picaljku. Potom je označavala veštinu pisanja, a u novije vreme način izražavanja u mnogim ljudskim delatnostima (ne samo u umetnosti). Kada se za nekog kaže da ima stila onda to znači da je poseban (osoben) u ponašanju, govoru, odevanju, navikama. Postoji stil odevanja, šminkanja, življenja, ponašanja, pa tako postoji i ***stil igre*** u fudbalu. Svakom stilu izrazit karakter daje ličnost koja ga prezentuje, stvarajući sopstveni, originalni stil.

Timski stil igre je način na koji tim igra na terenu (Toplak, 1985). U nekim slučajevima to je vidljivo kao zaštitni znak tima. Možemo (pouzdana) reći da je to nametnuto stanje razmišljanja od strane trenera u čijoj su osnovi njegovo lično iskustvo ili njegova lična fudbalska

kultura, njegova filozofija fudbalske igre (Hidink, Wenger, Saki, Krojf, Murinjo) i njegova procena kvaliteta igrača koji su mu na raspolaganju.

Stil igre može biti i rezultat kontinuiteta politike kluba, koju klub traži da se sledi (Ajaks, Okser, Barselona – govorilo se da u izboru trenera imaju dilemu između onih koji će nastaviti kontinuitet njihovog dosadašnjeg stila igre i onih koji bi ga u značajnoj meri izmenili – Klop) ili rezultat snage fudbalske kulture jedne zemlje (Brazil, Nemačka). Na osnovu ovoga danas u praksi imamo nekoliko situacija u kojima se nalaze treneri. Prvi je da vode klub koji insistira na svom stilu igre (Ajaks) i u takvoj situaciji imate malo mesta za vaše ideje – morate većinu stvari prihvatiti i sprovesti ih u okviru zadate politike kluba. U drugom slučaju mogu voditi klub koji im daje slobodu u izboru i ogroman budžet da sprovedu svoj stil igre (Totenham – Murinjo – uvek njegov stil igre od kog ne odstupa – kupuje igrače koji to mogu, ili stil igre prema postojećem kadru koji se dopunjuje kupovinom igrača na deficitarnim pozicijama). Treći slučaj je da vode klub koji im daje slobodu u izboru stila igre, ali su ograničeni u kupovini i prave stil igre samo prema postojećem igračkom kadru.

### *Šta čini stil igre? Šta je najvažnije za izbor stila?*

To su bez ikakve sumnje – **igrači**. Izbor i ostvarivanje **stila igre** najviše zavisi od kvaliteta igrača, nivoa njihove fudbalske inteligencije, nivoa njihove tehničke obučenosti i njihove sposobnosti za usvajanje (učenje) određenih zadataka. Igrači stalno moraju da se taktički usavršavaju i napreduju. Za to su ključni: trenerovo znanje i sposobnost uveravanja (moraju mu igrači bezrezervno verovati), motivacija igrača za učenjem i napredovanjem i naravno njihova marljivost i upornost iskazana na samom terenu u toku treninga i utakmice (Radosav, 1979).

### *Izbor stila igre*

Neophodno je krenuti od najvažnijeg činioca svakog sistema igre, a to su igrači. Poznato je da **kvalitet naših igrača** određuje sve i da nam je on baza na osnovu koje donosimo sve naše kasnije odluke u vezi pravljenja našeg stila igre. Kvalitet koji poseduju naši igrači nam određuje za koji sistem igre ćemo se opredeliti, koju strategiju igre ćemo izabrati, kakva će nam biti organizacija tima i kakav ćemo imati plan igre za konkretnu utakmicu i kada sve to objedinimo dolazimo do našeg stila igre.

**Važno:** Možete igrače učiti i trenirati kako bi oni i usvojen stil igre napredovali i rasli ili kupovati bolje i kvalitetnije igrače što zavisi od snage i jačine kluba (ili i jedno i drugo).

Kako bi krenuli u stvaranje stila igre važne su nam dve stvari: **prva da dobro upoznamo fizičke, tehničke, taktičke i mentalne kvalitete igrača i drugo da dobro poznamo sisteme igre i kakve kvalitete igrača na određenim pozicijama u timu oni podrazumevaju** (Toplak, 1985).

## 5.6. Trener i sistem igre

Sistem predstavlja početni, trenutni raspored igrača na terenu, koji svakom igraču određuje mesto na terenu i opšte zadatke, odnosno sistem je okvir u kojem, prema određenom rasporedu i zadacima, dejstvuju igrači (Ćiritović, 2004). Uvidevši značaj kontrole sredine terena, gde se nekako istovremeno započinju i odbrambene i napadačke akcije modernog fudbala, treneri su iz sistema 1-4-3-3 povukli jednog napadača u liniju manevra i tako došli do novog sistema igre „1-4-4-2“.

Sistem 1-4-4-2 sa odgovarajućim igračima pruža veoma velike mogućnosti za dobru defanzivnu i ofanzivnu igru sa brzom transformacijom, kvalitetnim posedom lopte i brzim napadima sa više igrača. Ukoliko procenimo da imamo uslova da ekipu pripremimo za ovaj sistem i na tome istrajemo, budemo uporni i dosledni, dobar rezultat i dobra igra su ono na šta možemo računati.

Karakteristike sistema igre:

- Sistem mora biti jednostavan, razumljiv, praktički lako primenljiv i za uvežbavanje lako dostupan;
- Sistem mora u odgovarajućoj meri biti uravnotežen, mora biti od pomoći i napadu i odbrani;
- Sistem mora biti elastičan i upotrebljiv protiv svakog protivnika čak i kada se moraju izvršiti manje promjene, a da igrači ne promjene određene i uvežbane navike;
- Mora izvršiti pravilnu raspodelu snaga na terenu - ravnomernu podelu zadataka na sve igrače;
- Mora omogućiti stvaranje težišta na onim delovima terena gde se u pojedinim fazama igre zato ukaže najveća potreba;
- Mora izvršiti podelu zadataka tako da dođe do izražaja odgovornost prema ekipi što je osnov pravilne podele rada koja služi zajedničkom interesu.

### 5.6.1. Razvoj i prvi tragovi sistema

U samom početku fudbalska igra nije poznavala ni najmanji osnovni plan. Pravila su bila jednostavna. Cilj je bio da se lopta prenese iz jednog dela grada u jednu kapiju važnije zgrade susednog dela grada. Igra se sastojala iz trčanja i udaraca, a centralna tačka gomilanja bila je uvek lopta. Ukoliko je neko bio snažniji, ako je imao snažniji udarac i bio brži, taj je i odnosio pobedu. Ovo doba fudbala se može okarakterisati kao sistem bez sistema. Svi su napadali i svi su se branili, jer su tehnički kvaliteti i fizičke sposobnosti diktirale takvo stanje.

Za razvoj sistema 1863. godina je značila revolucionarni pokret. U ovoj godini došlo je do odvajanja RAGBIJA od FUDBALA. Istovremeno, bila su propisana i prva pravila igre, koja su konačno odredila oblik i dimenzije igrališta (dužina – do 182 metra, širina – 91 metar, gol – 2 stuba udaljena jedan od drugog 7,28 metara i bez prečke, koja je stavljena tek 1872. godine), dok broj igrača nije bio određen i moglo ih je biti u proseku 15. Lopta se mogla zaustavljati rukom sve do perioda između 1866. – 1870. godine, a golmanu je bilo dozvoljeno igranje rukom tek 1871. godine.

Po donošenju ovih pravila počeli su se formirati i prvi tragovi sistema. Iako je prvi potpuni sistem nastao tek 1883. godine – „sistem 5 u jednoj liniji“, u periodu između 1863. – 1883. godine nazirali su se prvi tragovi sistema.

Među faktorima, koji su uticali na promenu sistema, u prvom redu treba napomenuti *pravila igre* (Toplak, 1972). Promena pravila, pre svega modifikovanje ofsajd pravila, korenito su menjala osnovne zadatke igrača u okviru sistema. Nova pravila su povećavala opasnost od napadača i otežavala igru u odbrani, koja se do tada suprostavljala navalnim igračima.

Drugi faktor, koji je imao uticaja na promenu sistema je *tehnika*, koja se sve više usavršavala. Od neorganizovane igre, usavršavanjem tehničkih elemenata (udarci, vođenje, dribling), kao i pojavom prvih oblika grupne igre (primopredaja lopte), igra je dobila sve organizovaniji smisao, što je imalo za posledicu i značajne promene u pogledu usavršavanja i stvaranja novih sistema.

Treći faktor, koji je imao uticaja na promenu sistema je *taktika*. Uporedo sa usavršavanjem tehnike, razvijala se i usavršavala taktika. Sama tehnika nije više bila dovoljna da bi se steklo neko preimućstvo nad protivnikom. Igrači su počeli pribegavati raznim lukavstvima, kao što su manevri napadača, odvođenja odbrambenog igrača u pasivan položaj, pronalaženje novih taktičkih oružja i protivoružja (promena mesta – preuzimanje), itd. Sve nabrojano imalo je velikog uticaja na stvaranje novih ili bar modifikiranje već poznatih sistema igre.

Faktori koji utiču na izbor sistema igre:

- Karakteristike sopstvenih igrača;
- Karakteristike protivničkih igrača;
- Sistem igre, odnosno raspored igrača protivničke ekipe;
- Odigravanje utakmice na domaćem terenu;
- Odigravanje utakmice na gostujućem terenu;
- Unapred određen konačan cilj;
- Namera protivnika;
- Period igre i kretanje rezultata;
- Promjena situacije na terenu tokom igre;
- Spoljašnji faktori.

### 5.6.2. Savremeni fudbal i sistemi

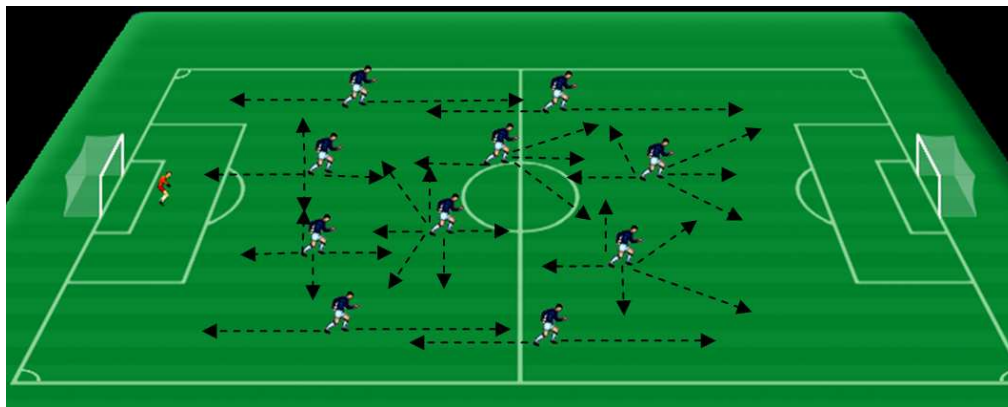
U toku razvoja fudbalske igre, u njenoj evoluciji, menjala se njena organizacija, raspored igrača, kao i njihova međusobna povezanost (Joksimović, 1997). Kada bi preveli na jezik kibernetike, mlade nauke, čiji predmet izučavanja su opšte zakonitosti organizacije i upravljanja sistemima različite fizičke prirode: mašinama, aparatima, živim organizmima (ljudima) itd., tada bi mogli konstatovati da je jedan od polaznih pojmova sistem, koji se sreće u teoriji fudbala, kao i u kibernetici. Fudbalski tim možemo posmatrati kao biološki sistem, a igrači bi bili elementi tog sistema. Mada i svakog fudbalera u timu možemo posmatrati kao zaseban sistem. Zbog toga, oni predstavljaju jedan složen sistem gde se ponašanje teško predviđa sa sigurnošću.

Iz istorije fudbala, poznato je da se u prvim počecima nije moglo govoriti o nekom organizovanom rasporedu igrača, niti određenim zadacima pojedinaca. Fudbal se igrao jureći za loptom bez ikakvog reda, pa se nije moglo govoriti o bilo kakvom sistemu igre. Prvi početci organizovane, planske igre smatraju se početci shvatanja pojedinih fudbalera da svi ne moraju juriti za loptom. Tako počinju da se formiraju grupe igrača sa posebnim zadacima, što predstavlja najgrublje elemente sistema.

Danas, vrhunske ekipe u najvećem broju slučajeva igraju formacije 1-4-4-2, 1-4-3-3 i 1-4-5-1 ili neke njihove modifikacije. Formacija jedne ekipe nam govori o opredeljenju i načinu na koji ta ekipa ima nameru da igra i o profilima igrača od kojih je ta ekipa sastavljena.

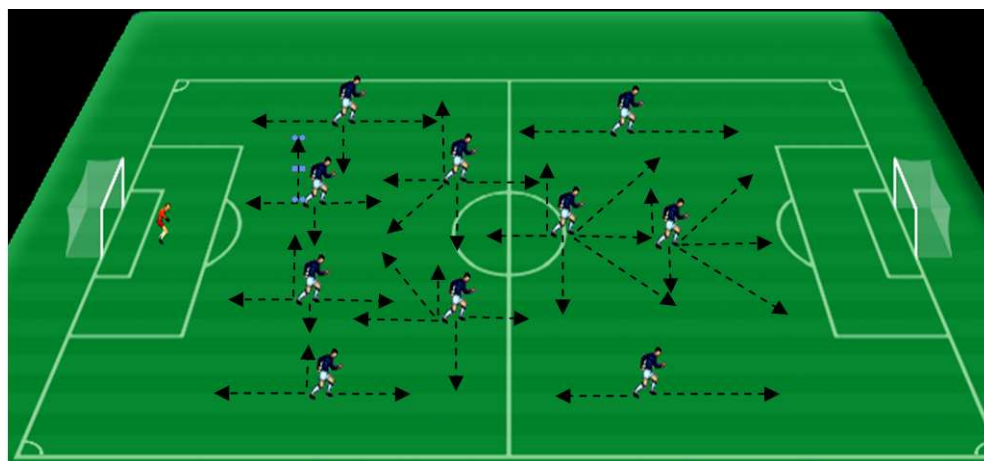
Sistem 1-4-4-2 (Dijagram 1) se smatra kao jednim od najdominantnijih i najeksploatisanijih u savremenoj fudbalskoj igri (Ćiritović, 2004). To je dosta ofanzivna

formacija koja teži probojima po boku a u samom špicu su dva napadača koji imaju obavezu da konstantno otvaraju, ukrštaju i završavaju akcije. Iza njih su četiri vezna igrača koji mogu biti postavljeni na dva načina: u liniji sa dva centralna vezna, jedan sa ofanzivnim a drugi sa više defanzivnim zadacima, i dva bočna vezna igrača čija je prvenstveno uloga proboji po boku i u obliku romba, odnosno sa prednjim, zadnjim i levim i desnim veznim igračem (polutkama). Odbrana je takođe postavljena u liniji i to sa dva centralna beka i bekovi koji pored svega imaju obavezu da se povremeno ubacuju po boku.



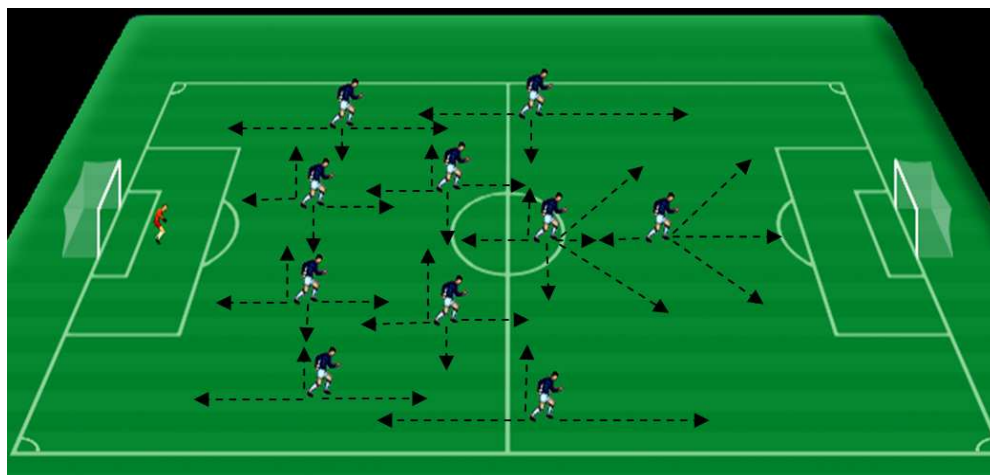
Dijagram 1. Smerovi kretanja igrača u sistemu 1-4-4-2

Sistem 1-4-3-3 (Dijagram 2) je najofanzivnija formacija, sa tri klasična napadača, levo i desno krilo i centralni špic (Joksimović, 1997). U ovoj formaciji se teži probojima po bokovima i konstantni presing na protivničku odbranu. U ovom sistemu proboje po boku za razliku od sistema 1-4-4-2 vrše bočni špic igrači dok iza njih deluju tri klasična centralna vezna igrača. Ovaj sistem samom svojom postavkom omugačava ekipi da u završnici napada uvek ima tri do četiri igrača tj. centralnog špica, drugog bočnog igrača i minimum jednog veznog.



Dijagram 2. Smerovi kretanja igrača u sistemu 1-4-3-3

Kada se želi sačuvati rezultat ili igrati na kontranapad, onda se treneri uglavnom opredeljuju na sistem 1-4-5-1 (Dijagram 3). Tu je pojačan vezni red sa tri klasična centralna vezna i dva bočna igrača koji su vrlo bitni jer se preko njih izvode brzi kontranapadi. U takvoj postavci, špic igrač mora imati veliki radijus kretanja čime omogućava prednjim i bočnim veznim igračima da utrčavaju u prazan prostor i time ugroze protivnički gol.



Dijagram 3. Smerovi kretanja igrača u sistemu 1-4-5-1

### 5.6.3. Sistem igre 1-4-4-2

Dominaciju sistema 1-3-5-2 prekida italijanski „Milan“ na čelu sa trenerom **Arigo Sakijem**, igrajući u modernom sistemu 1-4-4-2 sa većim zahtevima i obavezama u igri. Osnovna karakteristika je mali broj napadača neposredno pred sam početak napada – samo dva igrača zauzimaju isturene pozicije. Međutim, u završnici napada uvek je bilo znatno više igrača u ulozi napadača pred golom protivnika. Igra je pretrpela suštinske promene: pored većeg broja igrača na sredini terena, taktiku savremene igre karakterišu stalna prelivanja linija i po širini i po dubini, odnosno taktiku odlikuje stalna transformacija igrača iz jedne u drugu liniju, u serijama i u ritmu koji nameću zahtevi igre (Ćiritović, 2004). Ovaj sistem ubrzo prihvataju i ostale italijanske, a zatim i mnoge inostrane ekipe i postaje dominantan u savremenom fudbalu (Dijagram 4).



Dijagram 4. Početna formacija sistema 1-4-4-2 crveni tim



Sistem kao sistem ne znači ništa ako se njegovi osnovni zahtevi ne mogu u igri do kraja ispoštovati.

Da bi neki sistem funkcionisao moramo da imamo kvalitet, kako pojedinačni tako i kolektivni, i spremnost da se osnovni principi sistema maksimalno ispoštuju.

Igrači moraju biti savesni u izvršavanju svojih individualnih, grupnih i kolektivnih zadataka, maksimalno odani zacrtanim principima i ciljevima datog sistema kako bi se mogle ispoljiti osnovne vrednosti istog, opravdanost njegove primene, a samim tim i ostvariti rezultat.

Uvidevši značaj kontrole sredine terena, gde se nekako istovremeno započinju i odbrambene i napadačke akcije modernog fudbala, stratezi su iz **sistema 1-4-3-3** povukli jednog napadača u liniju manevra i tako došli do novog **sistema igre 1-4-4-2**. (Ćiritović,2004).

Pored većeg broja igrača na sredini terena, taktiku savremene igre i u ovom sistemu karakterišu stalna prelivanja linija i po širini i po dubini, odnosno taktiku odlikuje stalna transformacija igrača iz jedne u drugu liniju, u serijama i u ritmu koji nameću zahtevi igre.

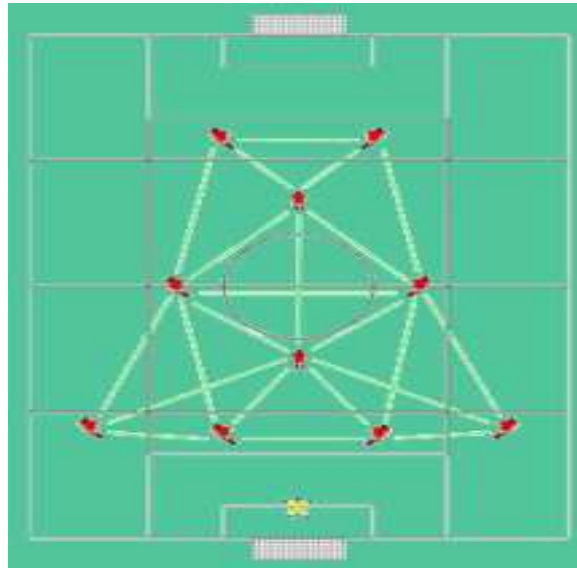
Kao sistem koji je veoma mnogo uticao na tokove savremenog fudbala, sistem 1-4-4-2 je vremenom trpeo mnoge promene i varijacije. U cilju postizanja prevlasti nad protivnikom nastajale su razne modifikacije sistema igre (Radosav i saradnici, 2003).

### ***Raspored manevarskih igrača u sistemu 1 - 4 - 4 - 2 sa pretežno ofanzivnim karakterom***

Jedan od sistema sa ofanzivnim karakterom je sistem 1-4-4-2 sa postavkom veznih igrača u obliku romba (Dijagram 5). Ovaj ofanzivni sistem se primenjuje kada ekipa ima kvalitetniji sastav od protivnika ili kada se juri rezultat. Sam sistem po osnovnom rasporedu na terenu pokazuje nam da imamo dobru popunjenost u centralnom delu terena, a po opredeljenju trenera koji igraju u ovom sistemu, upravo je to prostor na terenu gde se želi prevlast u igri (Dijagram 6). Ovaj sistem se bira na osnovu kvaliteta igrača i njihovih mogućnosti u samoj ekipi. Igra u ovom sistemu mora da bude jednostavna, brza, ekipa mora da poseduje gipkost i elastičnost u linijama tima. U tim slučajevima reakcije na terenu zavise od spremnosti i same inteligencije pojedinih igrača i njihovih mogućnosti da adekvatno reaguju na najbolji mogući način koji im omogućava ovaj sistem.



Dijagram 5. Romb formacija veznih igrača u sistemu igre 1-4-4-2



Dijagram 6. Komunikaciona (poziciona) mreža u sistemu 1-4-4-2

*Varijantu sistema 1-4-4-2 u obliku slova T dosta stručnjaka naziva i sistemom 1-4-1-3-2*



Dijagram 7. Formacija igrača sredine terena u obliku „Slovo T“ sistema 1-4-4-2

***Raspored manevarskih igrača u sistemu 1-4-4-2 sa pretežno defanzivnim karakterom***

Dijagram 8. Defanzivna varijanta igrača sredine terena u sistemu 1-4-4-2

***Prednosti sistema 1-4-4-2:***

- Mogućnost formiranja 5 linija tima;
- Brojčana nadmoć na sredini terena, i u odbrani i u napadu;
- U centralnom delu terena imamo višak igrača;
- Dinamičan raspored igrača sredine terena omogućava dobru kontrolu utakmice;
- Veliki broj trouglova;
- Veći broj opcija u napadu;
- Laka transformacija iz faze odbrane u fazu napada;
- Dobar sistem za presing igru;
- Odličan sistem za zonsku odbranu uz korekciju;
- Dobra korekcija veznog reda.

***Nedostaci sistema 1-4-4-2:***

- Manji broj igrača po bočnim pozicijama;
- Protiv sistema koji imaju tipične bočne vezne igrače možemo imati ozbiljne probleme u defanzivi po boku;
- Potrebni su nam univerzalni bočni vezni igrači koji znaju da igraju u oba pravca;
- Mnogi igrači na poziciji centralnog veznog igrača ("romb" formacija) su defanzivno neodgovorni.

## ***Definisanje stila igre u sistemu 1-4-4-2***

Sam sistem igre nam omogućava primenu kontinuiranog napada, koji ćemo pretežno izvoditi preko krilnih pozicija sa povremenim polukontra, ukoliko su u ekipi odgovarajući igrači za takav stil igre (Aleksić, 1995).

U obrađivanju grupne igre u fazi napada, prvo treba odrediti osnovno delovanje pojedinih linija, kao i grupno delovanje tima u odnosu na poziciju lopte. Kada desni centralni bek ima loptu u svom posedu, onda osnovna kretanja ostalih igrača moraju biti takva da se formacija delovanja proširuje i produbljuje (Dijagram 9).

Igrači će se slično kretati i kad drugi centralni bek ili zadnji vezni igrači imaju loptu u svom posedu.

Uz plansko kretanje lopte (igrača sa loptom) treba insistirati i na planskom kretanju (otkrivanju) igrača bez lopte. Ta planska kretanja igrača sa i bez lopte moraju omogućiti brz i nesmetan protok lopte, promenu mesta igrača, otvaranje slobodnog prostora za uključivanje veznih i odbrambenih igrača u napad, kao i brzu i efikasnu završnicu napada. U završnici uvek moraju biti minimum dva igrača.

U fazi odbrane primenjuje se aktivna zonska igra, uz povremenu primenu zonskog presinga. Svi igrači su uključeni u fazu odbrane. Pomoću aktivne zonske odbrane smanjuje se prostor protivniku za delovanje. Pritisak će biti usmeren prema lopti, sa striktnim pokrivanjem u samoj blizini lopte, a sa nestriktnim ili zonskim delovanjem na udaljenosti od lopte.

Kada protivnički bek ima loptu, tada će kretanje svih igrača u fazi odbrane biti usmereno prema lopti (Dijagram 9), a formacija delovanja igrača postaje plića i uža.



Dijagram 9. Postavka fudbalera sa akcentom na dva defanzivna vezna igrača u sredini terena

Aktivna zonska odbrana primenjuje se pretežno na svojoj polovini terena, a u cilju što bržeg dolaska u posed lopte na protivničkoj polovini terena primenjuje se i zonski presing (Joksimović, 1997). Prilikom pritiska na loptu i prostor treba zahtevati od igrača da zgusnu prostor, tj. da nastoje da budu bliže jedan drugom i da deluju na što manjem prostoru. Svi igrači moraju da se nalaze iza lopte uz još više naglašenu plitku formaciju sa disciplinovanim delovanjem u svojim formacijskim prostorima. Da bi usavršili presing odbrane insistira se na velikom broju ponavljanja ovog elementa igre na treninzima, ali i utakmicama.

Ono što se u praksi pokazalo kao najosetljiviji deo u ovom sistemu igre je saradnja četiri odbrambena igrača i dva zadnja vezna igrača, koji čine osnovu defanzivnog bloka u fazi odbrane, ali i pokretače kontinuiranog napada iz zadnje linije. Uzimajući u obzir da je prostor ispred dva centralna beka najosetljiviji deo odbrane, radi se na tome da se taj prostor zajedno kontroliše uz pomoć centralnih veznih igrača. Veoma je bitno da centralni vezni igrači na vreme osiguraju taj prostor, kao i da osujete svaki pokušaj napada protivnika kroz taj deo terena. Upravo tu se mora izvršiti pravovremena korekcija kretanja centralnih veznih igrača, kako bi na vreme preuzeli igrače koji utrčavaju u našu zadnju liniju iz „drugog plana“. Takođe, jako je bitno kretanje centralnih veznih i njihov prilazak igračima sa loptom iz zadnje linije tima u fazi organizacije napada. Zbog toga se velika pažnja u radu na treninzima upravo posvećuje na usavršavanju ove saradnje, kako u fazi odbrane, tako i u fazi organizacije, tj. iznošenja lopte sa naše polovine terena.

#### 5.6.3.1. Sistem 1-4-4-2 u rombu

Osnovno obeležje sistema igre 1-4-4-2 u rombu, koje se pokazuje na osnovu simetričnog rasporeda, jeste prostorno pokrivanje orijentisano na loptu (Ćiritović, 2004). Sistem igre 1-4-4-2 sastoji se od (Dijagram 10):

- Četvorice odbrambenih igrača;
- Četvorice igrača sredine terena;
- Dva špic igrača.

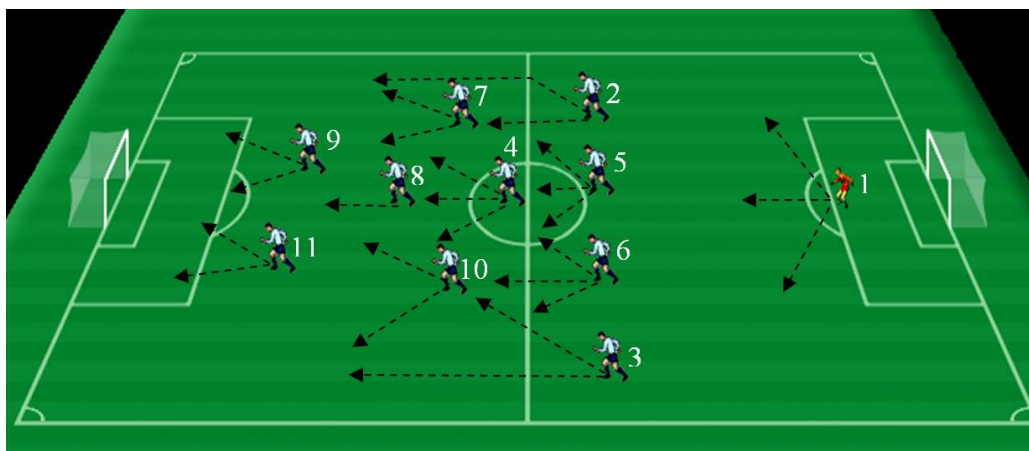


Dijagram 10. Postavka ekipe u sistemu 1-4-4-2 u rombu

Četvorica odbrambenih igrača igra u jednoj liniji, odnosno odbrambeni igrač u blizini lopte napada protivničkog igrača u posedu lopte, sa jednim ili više saigrača. Celokupna odbrana se pomera u pravcu lopte.

Taktička postavljanja igrača sredine terena u sistemu 1-4-4-2 mogu biti različita i menjaju se s vremena na vreme, od ekipe do ekipe, pa i od utakmice do utakmice i mogu odražavati taktičke zamisli svakog trenera. U ovom radu igrači sredine terena raspoređeni su tako da zaposednu prostor u formi **romba**.

Oba špic igrača u pokrivanju prostora dele međusobno širinu terena (Dijagram 11).



Dijagram 11. Putevi kretanja u napadu kroz system igre 1-4-4-2 u romb formaciji

#### 5.6.3.2. Neophodne karakteristike igrača za igru u sistemu 1-4-4-2 (Romb)

Veoma je bitno poznavati karakteristike igrača, njihove osobine i sposobnosti koje treba da poseduju za svaku pojedinačnu poziciju na terenu u **sistemu 1-4-4-2** u „ROMB“ formaciji. Te osobine i sposobnosti ugrađuju se u model, a trenerima se ostavlja mogućnost da procenjuju njihov kvalitet i nivo za svakog fudbalera pojedinačno.

**Za uspešnu igru u ovom sistemu potrebni su igrači sa sledećim karakteristikama:**

**Golman**, sastavni deo odbrambenog zonskog bloka. Korektor zadnje linije tima, sa kojom treba da ima besprekornu komunikaciju (Dijagram 12). Od motoričkih sposobnosti, mora da poseduje: eksplozivnu snagu nogu, brzinu reakcije, koordinaciju, spretnost, okretnost i dobru fleksibilnost. Mora da vlada svim elementima tehnike, prijem lopte i predaja moraju biti na zavidnom nivou sa obe noge, posebno ako se uzme u obzir njegova uloga u savremenom

fudbalu. Moraju se odlikovati visokim nivoom sportske inteligencije, hrabrošću, odlučnošću i dobrom koncentracijom.



Dijagram 12. Početna pozicija golmana i ostalih igrača u sistemu 1-4-4-2

**Centralni igrači zadnje linije ili centralni bekovi** (popularno „štoperi“) se nalaze na istim pozicijama pri bilo kom rasporedu manevarskih igrača u sistemu **1-4-4-2** (Dijagram 13). Osnovni zadatak im je da kvalitetno obezbede svoj gol.

To su igrači koji dobrom komunikacijom drže sve linije tima na dobrim razmacima i pomažu im oko preuzimanja protivničkih igrača. U začetku napada oni su ti koji brzim i tačnim pasovima menjaju težište igre i upošljavaju svoje vezne igrače.

Od fizičkih sposobnosti za ovu poziciju u timu su neophodne dobre brzinske sposobnosti, odlična skok igra i snažna duel igra i to su i glavne fizičke odlike ovih igrača.

U fazi odbrane moraju posedovati visok nivo taktičke odgovornosti, pri korekciji svog prostora i prostora najbližih saigrača. Njihova uloga u anticipiranju (čitanju) igre i namera protivničkog tima je od velikog značaja.



Dijagram 13. Početna pozicija centralnih igrača odbrane i ostalih igrača u sistemu 1-4-4-2



**Spoljni igrači zadnje linije**, glavni zadaci ovih igrača su prevashodno defanzivne prirode, dok u fazi napada kroz transformaciju iz zadnje linije moraju da se ubacuju u zonu napada i sa bočnih pozicija ugrožavaju protivnika (Dijagram 14). Kad se jedan bek uključuje u igru, drugi mora da ostane u korekciji u zadnjoj liniji tima. Ovi igrači moraju da, pored odličnih anaerobnih i brzinskih sposobnosti, imaju razvijene i aerobne sposobnosti i da su tehnički odlično obučeni: dobra pas igra, naročito dobar centaršut. U fazi odbrane treba da su disciplinovani, obučeni i odgovorni na taktičkom planu.



Dijagram 14. Početna pozicija spoljnih igrača zadnje linije i ostalih igrača u sistemu 1-4-4-2

**Zadnji igrač manevarskog reda** je jedan od najbitnijih igrača u ovom sistemu koga krasi dobra igra u defanzivi kao i dobra organizacija igre u fazi napada (Dijagram 15). Mora da zna da igra i kao centralni bek i kao ofanzivni vezni igrač, da se odlikuje dobrom duel igrom, odličnim skokom, agresijom, da poseduje smisao za igru kao i da ima sve funkcionalne i motoričke sposobnosti na visokom nivou. Zbog svega ovoga, ove igrače nazivamo polivalentnim igračima, jer mogu da odgovore na više uloga u timu.



Dijagram 15. Početna pozicija zadnjeg igrača manevarskog reda i ostalih igrača u sistemu 1-4-4-2

**Bočni igrači veznog reda** su univerzalni igrači koji podjednako dobro igraju i fazu odbrane i fazu napada (Dijagram 16). Igrači koji su fizički besprekorno spremni, odlikuje ih dobra i aerobna i anaerobna sposobnost. Igrači sa visokom kreacijom u organizaciji igre, kao i dobrom transformacijom u samoj završnici napada, u kojoj mora uvek da učestvuje najmanje jedan a često i oba igrača. Moraju da poseduju kvalitet za igru u samoj završnici koja



podrazumeva probojnost kroz dribling ili saradnju, dobar šut, igru glavom, itd. Pored zadnjeg igrača manevarskog reda, ovi igrači su okosnica ovog sistema. Ukoliko u ekipi nemamo igrače sa ovakvim karakteristikama, teško možemo odgovoriti uspešno zahtevima ovog sistema.



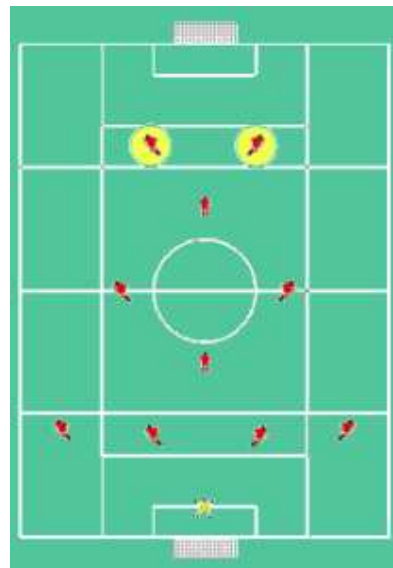
Dijagram 16. Početna pozicija bočnih igrača veznog reda i ostalih igrača u sistemu 1-4-4-2

**Centralni ofanzivni vezni igrač** je ključ igre u napadu (Dijagram 17). Tehnički besprekorno obučen, kreativnost u napadu treba da mu je glavna odlika, igra 1:1 snažno izražena, mora biti jak na lopti i isto tako veoma dobar u realizaciji. On mora da ispunjava zadatke i igrača sredine terena i napadača (brz, snažan, individualno sposoban, maštovit, lucidan, itd.) što baš i nije uvek lako, i realno je teško pronaći igrače koji u potpunosti mogu da odgovore zahtevima ove pozicije.



Dijagram 17. Početna pozicija centralnog ofanzivnog veznog igrača i ostalih igrača u sistemu 1-4-

**Centralni napadači**, osim fizičkih kvaliteta i svega onog što krase klasične špic igrače (brzina, snaga, dobar udarac, dribling, dobar skok, itd.) moraju da imaju dobar smisao za saradnju, da u fazi napada drže što dublje zadnju liniju protivničke ekipe, kako bi omogućili što veći prostor za igru svojim saigračima (Dijagram 18). Često je potrebno da imaju sposobnost da znaju da sačuvaju loptu u svom posedu kada su okrenuti leđima protivničkom голу i da pravovremeno odigraju kvalitetan pas svojim saigračima. Nakon toga se moraju uključiti u samu završnicu napada, pri čemu dolaze do izražaja drugi napadački kvaliteti, među kojima je veoma bitan pravovremeni ulazak u određeni napadački prostor (dobar tajming).



Dijagram 18. Početna pozicija centralnih napadača i ostalih igrača u sistemu 1-4-4-2

## 5.7. Uigravanje dijelova tima i cijele ekipe

Da bi igrači bili sposobni da sprovedu sve zamisli trenera i odgovore na postavljene zadatke moraju da ovladaju svim elementima tehnike fudbala, normalno, vremenom treba da ovladaju taktikom, što je složeniji proces (Joksimović, 1997). Takođe, uporedo moraju raditi i na fizičkoj pripremi svog organizma. Da bi sprovodili ono što im trener predoči i zada, igrači moraju da budu snažni, okretni, izdržljivi, brzi, a pošto je fudbal kolektivna igra, moraju biti borbeni, uporni, nesebični, maštoviti, snalažljivi, disciplinovani, odgovorni, itd. Sve se to postiže sistemskim vežbanjem na treninzima. Krajnji produkt svih komponenti je igra. Usavršavanjem igre iz godine u godinu, prelazilo se iz jednog u drugi sistem, u zavisnosti od sposobnosti trenera da vidi, uoči, i promjeni dosadašnji sistem i tako odgovori, a i zada zadatke drugima da odgovore na nešto novo u sistemu igre. Naravno ovo se sve radi da bi se došlo do cilja, tj. pobjede.

Svaka pozicija igrača u sistemu 1-4-4-2 u rombu ima svoje specifičnosti, kako u fazi odbrane tako i u fazi napada.

### 5.7.1. Sistemi karakteristični za napad po bočnim pozicijama i modelne karakteristike bočnih igrača

Veliki broj ekipa u današnjem fudbalu igra sa četvoricom odbrambenih igrača u liniji, odnosno u sistemu sa četiri beka, gde se osnovna razlika u organizaciji napada odnosi na raspored igrača u sredini terena i napadača (Sekereš, 1984). Najupečatljiviji sistemi u kojima se dešava najveći broj napada po bočnim pozicijama su 1-4-4-2, 1-4-2-3-1, 1-4-3-3.

#### *Modelne karakteristike bočnih igrača*

Kada se govori o modelnim karakteristikama igrača ne misli se samo na jedan jedinstveni model igrača već se to odnosi na skup osobina i sposobnosti koje se ugrađuju u model, a trenerima se ostavlja mogućnost da procenjuju njihov kvalitet i nivo za svakog fudbalera pojedinačno.

Pored osnovnih organizatorskih funkcija, igrači koji deluju po bočnim pozicijama obavljaju više defanzivne ili više ofanzivne zadatke, pa se na osnovu toga razlikuju defanzivni i ofanzivni igrači po bočnim pozicijama (Sekereš, 1984).

Igrači koji deluju po bočnim pozicijama treba da poseduju sledeće modelne karakteristike:

#### *Defanzivni bočni igrač*

- Funkcionalne sposobnosti: aerobna i anaerobna izdržljivost. Naročito izražena brzinska izdržljivost, odnosno sposobnost ponavljanja produženih sprinteva nesmanjenim intezitetom u prilično kratkim intervalima;
- Motoričke sposobnosti: brz, snažan, agresivan, pokretljiv, izdržljiv.

#### *Motoričke informacije:*

- Tehnika: visoke tehničke sposobnosti, dobra pas igra, dobra kontrola lopte i dobar centaršut;
- Taktika: u taktičkom pogledu treba da se snalazi u svim fazama igre i na svakom delu terena, da zadovolji zahteve igre u oba pravca, da poseduje sposobnost destrukcije i rekonstrukcije igre, da se izvanredno postavlja i da ometa i sprečava protivničke akcije. U fazi odbrane, kada je napad protivnika na suprotnoj strani terena, bočni igrač mora da popunjava prostor centralnih bekova i da koriguje drugog centralnog beka. U fazi napada da poseduje smisao za saradnju i izgradnju napada, da se u datom trenutku transformiše

iz faze odbrane u fazu napada i da nakon individualnog proboja ili nakon saradnje sa saigračem stvori priliku da uposli napadače ili da ugrozi protivnički gol;

- Konativne karakteristike: upornost, psihološka stabilnost.

### ***Ofanzivni bočni igrač***

- Funkcionalne sposobnosti: aerobna i anaerobna izdržljivost;
- Motoričke sposobnosti: brzina, pokretljivost, izdržljivost, agresivnost;

#### *Motoričke informacije:*

- Tehnika: izuzetna kontrola lopte u punom trku, dobar dribler, sa preciznim i snažnim centrašutom i šutom;
- Taktika: u fazi odbrane sposobnosti snalaženja u veznom redu, poštovanje principa zonske odbrane, korekcija zadnjih i prednjih igrača manevra, visok nivo agresivnosti u periodima presing igre. U fazi napada sposobnosti konstrukcije igre, saradnja sa manevarskim igračima, individualni proboj po bočnim pozicijama i sposobnost transformacije u klasičnog napadača kada se napad odvija po suprotnoj strani terena;
- Kongitivne sposobnosti: kreativnost, lucidnost, izvanredan pregled igre;
- Konativne karakteristike: preduzumljivost, psihološka stabilnost.

### ***Napad po bočnim pozicijama***

Fudbalska igra, od svog nastanka, pa do danas, težila je da se nadograđuje, usavršava i modifikuje, dostižući vrednosti značajne društvene pojave.

Od propisivanja prvih pravila, počevši od dimenzija terena i gola, do uvođenja prvih sistema, igra se menjala i oblikovala prema sve većim zahtevima iskazanim kroz poboljšanja dinamičkih, tehničkih i fizioloških performansi, u cilju zadovoljenja onih vrednosti koje su prioritetne za omasovljenje i zadovoljenje publike.

Fudbal, kao igra, u osnovi je nadmetanje dve suprotstavljene ekipe od po 11 igrača, gde su, jedna naspram druge, sučeljeni fizički, fiziološki, psihološki i individualno-kreativni kvaliteti pojedinaca (Sekereš, 1984).

Tehnička edukacija igrača se sprovodi kontinuirano, počev od perioda ranog detinjstva, koje se deklariše kao početni period u kome je moguće prihvatanje i primena odgovarajućih osnovnih elemenata tehnike fudbalske igre i usavršava se kroz celu igračku karijeru. U određenoj (pogodnoj i svrsishodnoj) fazi edukacije igrača, sprovodi se taktička obuka iz komponovanja elementa fudbalske igre u celinu, kao veoma bitan segment usavršavanja igrača i ekipe, u celosti,

gde do izražaja dolazi sposobnost i kreativnost trenera, zavisno od psiho-fizičkih osobina pojedinaca.

Savremeni fudbal postavlja pred igrače odgovarajuće zahteve, koji su promenljiva veličina, u smislu pomeranja granica i podizanja nivoa, izraženo kroz brzinu i efikasnost izvođenja svih elemenata fudbalske igre, što iziskuje maksimalnu koncentraciju i voljni momenat, kako igrača, tako i trenera (Boženko, 1997).

Da bi se fudbal razvijao, trenirao i usavršavao, potrebno je ući detaljnije u njegovu suštinu i zahteve, sagledano kroz prizmu jednog i jedinog cilja, postizanja pogotka i pobeđe.

Uvidevši mogućnosti da fudbal može biti brži, atraktivniji i neizvesniji, stručnjaci, slobodno rečeno vizionari, na početku 20. veka uvode početne sisteme i određene taktičke zamisli u igru. Ova pojava je u mnogome promenila tok razvoja fudbalske igre i pomogla joj da se razvije na današnji nivo. Uvođenjem određenih sistema (formacija) i taktike, došlo je do stvaranja velikog broja mogućnosti za organizaciju same igre jednog tima. Stratezi danas imaju veći izbor sredstava kojima će se služiti i koja će im pomoći u ostvarivanju cilja, tj. pobeđe. Napadačke akcije su raznovrsnije jer se oslanjaju na kolektivno delovanje svih pojedinaca u timu. Taktičke zamisli i zadaci se sprovode bez rezerve i kao takvi predstavljaju nezamenljiv deo fudbalske igre.

Podelom zadataka i izborom načina napadanja došlo je do potrebe za usavršavanjem kako individualnih tako i grupnih i kolektivnih sredstava taktike, kao i poboljšanja na planu tehnike i psihofizičkih sposobnosti igrača.

Principi napada po bočnim zonama:

- Adekvatan raspored igrača po dubini i širini;
- Tendencija da se u fazi pripreme napada raširi u pravcu uzdužnih linija da bi se završio u sredini ispred protivničkog gola;
- Napad mora biti planski, što zahteva pravovremeno postavljanje igrača bez lopte u odnosu na igrača sa loptom;
- Napad mora da bude jednostavan i brz, što zahteva tečnu i tačnu pas igru;
- Svaki organizovani napad mora da bude iznenađujuć za protivnika sa brzim prenosima težišta igre;
- Stvaranje viška igrača, praznog prostora i ubacivanje igrača iz drugog plana.

Kolektivni napad po bočnim pozicijama se može ostvariti ukoliko se uspostavi pravovremena saradnja bočnih igrača sa njihovom najbližom karikom iz centralnog dela terena (manevarski igrač ili špic). Stvaranjem osnovne baze (forme trougla) bočni igrači (ofanzivni ili defanzivni) dobijaju mogućnost proboja uz pomoć duplog pasa, pasa u prazan prostor ili driblinga, a sve to će omogućiti izvođenje centaršuta i na kraju završnice. Nevezano za poziciju

igrača i njegovu osnovnu ulogu u koliko se nađe u situaciji za proboj i centaršut on to mora izvesti brzo i što preciznije što dovodi napadače u povoljan položaj za udarac na gol, a otežava intervenciju protivničke odbrane koja je okrenuta licem prema голу. Pravac i jačina upućene lopte bi trebalo da budu u skladu sa kretnjom i položajem napadača. Lopta bi trebalo da bude upućena u prostor između golmanske zone i penala.

Sve navedene principe i neophodne karakteristike igrača treba pravilno metodološki trenirati. Obuka za napad po bočnim pozicijama treba da počne od najosnovnijih individualnih akcija 1:1 i tandemskih grupnih situacija 2:1, 2:2, 3:2, itd. Bočni igrači, napadači i odbrambeni, pojednako moraju poznavati kako odbrambene tako i napadačke aspekte igre i da u izbalansiranoj saradnji stvore neophodan prostor za proboj po lateralnim zonama terena. Akcije i radnje koje izvode trebalo bi da se ponavljaju konstatno, namećući ritam i intenzitet igre.

## 5.8. Fudbalski trening

Fudbalski trening je višegodišnji proces sistematskog fizičkog vežbanja i učenja, pri kojem specifična metoda, sredstava i opterećenja dovodi do morfoloških promena na organizam i organskim sistemima fudbalera i do razvijanja onih sposobnosti koje su od značaja kako za uspešnu fudbalsku aktivnost tako i za razvoj celokupne ličnosti (Boženko, 1997).

Zakovitosti sportskog treninga dele se na opšte i specifične. Opšte zakovitosti čine osnovu trenažnog procesa i među njima dominantnu ulogu imaju pedagoški principi učenja, ali značajno mesto pripada i fiziološkim i psihološkim principima (Sekereš, 1984).

Specifične zakovitosti promovišu sledeće principe:

- Cikličnost trenažnog procesa;
- Usmerenost, specijalizacija i individualizacija;
- Jedinstvo opšte i specifične pripreme;
- Kontinuiranost trenažnog opterećenja;
- Postepeno povećavanje dinamike opterećenja i valovitost dinamike opterećenja.

Čas treninga se održava po unapred određenom planu i programu koji se po sadržaju uklapa u nedeljne, mesečne i godišnje planove rada. Treninzi u fudbalu traju obično između 60 i 100 minuta, sa izuzetkom jutarnjih, individualnih i treninga teoretske pripreme koji obično traju do 60 minuta.

U odnosu na vrstu treninga razlikujemo:

- Kombinovani trening;
- Trening specijalne pripreme;

- Individualni trening;
- Jutarnji trening.

### *Trening teorijske pripreme*

Najčešće se primenjuje kombinovani vid treninga koji obično traje 90 – 100 minuta. On u odnosu na osnovne zadatke može biti različitog sadržaja, tako da akcentat u glavnom delu može biti na poboljšanju motoričkih sposobnosti, ali i na usavršavanju raznih tehničko – taktičkih elemenata. Čas jednog treninga se sastoji iz tri dela, koji su međusobno povezani, a to su:

- Uvodno – pripremni deo;
- Osnovni ili glavni deo;
- Završni deo treninga.

Osnovni zadaci uvodno – pripremnog dela treninga su kompletna priprema igrača za glavni deo treninga. Tu se pre svega misli na potrebnu mobilizaciju pažnje i pripremu pre svega motornog aparata i kardio vaskularnog sistema za povišene napore koji ih očekuju u glavnom delu treninga. U ovom delu su prisutne vežbe trčanja (lagana, ubrzanja), vežbe oblikovanja (za razne mišićne grupe), vežbe istezanja, labavljenja i jačanja, vežbe koordinacije, itd. Važno je napomenuti da je neophodno posle svakog kompleksa vežbi različitog sadržaja primeniti vežbe istrčavanja kako bi funkcije kardio – vaskularnog sistema postepeno dizali na viši nivo. Ovaj deo obično traje od 10 - 20% od opšteg vremena trajanja i on zavisi od nekoliko faktora među kojima su najvažniji:

- Zadaci u glavnom delu treninga;
- Nivoa znanja i mogućnosti igrača;
- Spoljna temperatura;
- Uzrastna kategorija.

Da bi se obezbedila veća efikasnost u ovom delu treninga moramo se pridržavati sledećih upustava:

- Vežbe ne smeju da budu komplikovane i treba ih izvoditi bez većih pauza i dodatnih objašnjenja;
- Vežbe treba da obuhvate sve važnije mišićne grupe;
- Vežbe treba izvoditi maksimalnim amplitudama, posebno vežbe istezanja;

U odnosu na sadržaj glavnog dela treninga najviše pažnje treba posvetiti mišićnim grupama koje će biti maksimalno opterećenje.

Osnovni ili glavni deo treninga ima za cilj realizaciju postavljenih zadataka i sve vežbe koje se izvode i uvežbavaju primerene su tim zahtevima. To su najčešće sledeći zadaci:

- Rad na poboljšanju nivoa fizičke pripreme igrača putem poboljšanja njihovih osnovnih motoričkih sposobnosti – snage, izdržljivosti, brzine, koordinacije, itd.;
- Usvajanje i ovladavanje elementima tehnike i taktike, kako pojedinačno, tako grupno i ekipno;

Razvojem psiholoških, voljnih i moralnih kvaliteta uticati na poboljšanje nivoa tih osobina kod pojedinaca i ekipe u celini.

Trajanje glavnog dela treninga traje 70 - 80% od ukupnog vremena trajanja treninga, a redosled realizacije zavisi od postavljenih zadataka. U ovom delu treninga preporučuje se usvajanje jednog osnovnog zadatka, a ne realizacija nekoliko zadataka, jer postavljanje više zadataka po pravilu dovodi do manjih efekata rada na treningu.

Završni deo treninga ima za cilj postepeno smirenje organizma i njegovo dovođenje u stanje blisko onome pre treninga. To se postiže putem laganog trčanja, vežbi disanja, hodanja. Ovaj deo traje obično 5 – 10% od ukupnog vremena trajanja treninga.

### ***Individualni trening***

Sprovodi se uglavnom sa pojedincima ili manjom grupom igrača, uglavnom po linijama tima. Trajanje treninga je najviše 60 minuta, a za cilj ima otklanjanje određenih uočenih slabosti u izvođenju tehničkih elemenata kod pojedinaca. Često se sprovodi i sa mlađim igračima pri prelasku u seniorsku kategoriju u toku prelaznog perioda, a sve u cilju njihovog što bržeg i boljeg adaptiranja na nove uslove treninga.

### ***Trening specijalne pripreme***

Sprovodi se uoči nekih važnih utakmica i na takvim treninzima intezitet nije na visokom nivou a trajanje je obično 70 – 80 minuta, bez strogo postavljene strukture (Boženko, 1997). Uglavnom se uvežbavaju određene taktičke kombinacije, kao i igra na pojedinim delovima terena, prekidi igre i uklapanje delova igre u celini. Trening zahteva dosta objašnjenja i korekcija, pa zbog toga i intezitet ne može biti velik.



## 6. PRIKAZ METODIKE OBUČAVANJA ELEMENATA TAKTIKE KROZ TRENAŽNE JEDINICE

### Trening broj: 1.

**Datum:** 02.12.2019. (Ponedjeljak)

**Vreme održavanja treninga:** 17:00h

**Mesto održavanja treninga:** Teren

**Trajanje treninga:** 65'

**Tema treninga:** Slobodna tema

**Cilj treninga:** TE – TA igre na malom prostoru

**Broj igrača:** 22+3 golmana

**Rekviziti:** Markeri, čunjevi, lopte, mali golovi

### Uvodni deo 21'

#### 1. Zagrevanje u ograničenom prostoru

**Cilj:** Razvoj elementarne tehnike

**Trajanje:** 15'(3x4,5')promena na 30"

**Broj igrača:** 7

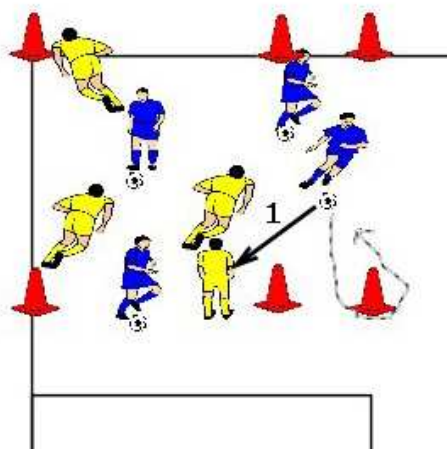
**Prostor:** 15 x 10m

**Opis:** Igrači su u parovima sa jednom loptom raspoređeni u ograničenom prostoru. Igrač sa loptom izvršava tehnički zadatak kontrole lopte, a drugi igrač radi vežbe koordinacije bez lopte.

**Zahtevi:** Kontrola lopte: sredinom hrpta stopala, spoljnim, unutrašnjim, rolanja, povlačenje donom, pas, povratna, dribling...

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Meko stopalo
- ✓ Podignuta glava(periferni pogled)
- ✓ Zategnuto stopalo(kod pasa)
- ✓ Kontrola driblinga
- ✓ Korekcija tehnike trčanja



#### 2. Kontrola lopte u vazduhu

**Cilj:** Razvoj elementarne tehnike

**Trajanje:** 6'(promena na 1')

**Broj igrača:** 7

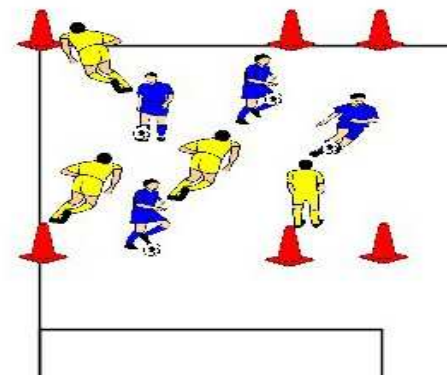
**Prostor:** 10 x 15m

**Opis:** U ograničenom prostoru igrači su u parovima sa jednom loptom, dok jedan igrač žonglira sa loptom drugi radi vežbe istezanja.

**Zahtevi:** kontrolisati loptu u vazduhu što duže na zadati način: puna leva-desna, unutrašnja leva-desna, spoljna leva-desna.

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Zategnuto i ispruženo stopalo
- ✓ Mekoća pokreta
- ✓ Doziranje udarca do visine glave
- ✓ Kontrola položaja tela



**Osnovni deo 39'****3. Igra sredine 5:2**

**Cilj:** Stvaranje osećaja za igru i prostor

**Trajanje:** 15'(3x4,5')

**Broj igrača:** 7 (tri para + džoker)

**Prostor:** 10 x 10m

**Opis:** Dva para(dve boje) zajedno sa jednim džokerom drže loptu u svom posedu, a dva igrača treće boje pokušavaju da je oduzmu. Posle greške par koji je pogrešio ulazi u sredinu i oduzima loptu.

**Zahtevi:** I – igrači slobodno džoker dva dodira

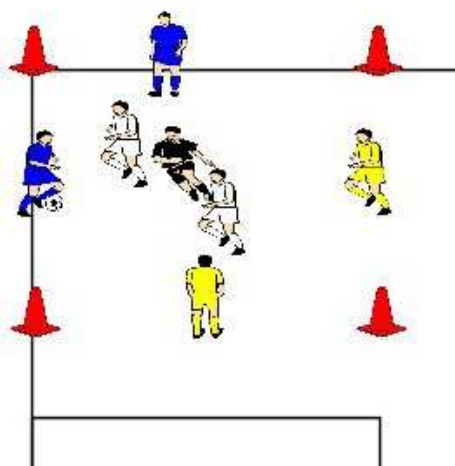
II – svi dva dodira

III – igrači dva džoker jedan dodir

Igrači u krugu izlaze kada dodirnu loptu ili kada se dodaju između sebe po oduzimanju lopte

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Demarkacija
- ✓ Pas na dalju nogu saigrača
- ✓ Udarac iz potkolenice ne iz kuka
- ✓ Odbrambeni daleko sačekati ih da pridu
- ✓ Odbrambeni igrači blizu pas iz prve

**4. Vežbe istezanja 4'****5. Igra na skraćenom prostoru u odnosu 5:5**

**Cilj:** Stvaranje osećaja za igru i završnice

**Trajanje:** 20' (2x10')

**Broj igrača:** 10

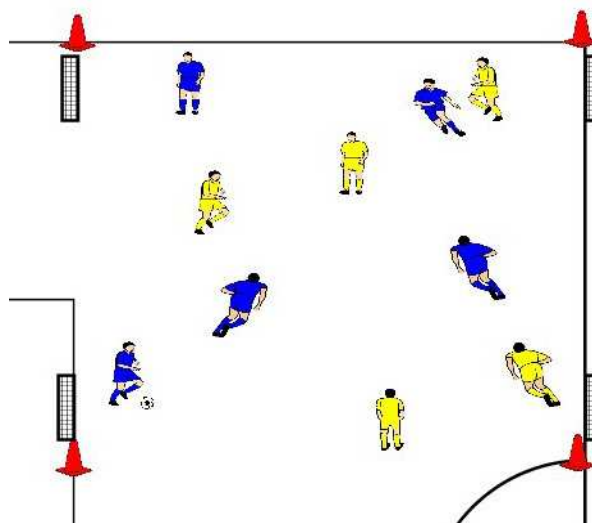
**Prostor:** 40 x 30m

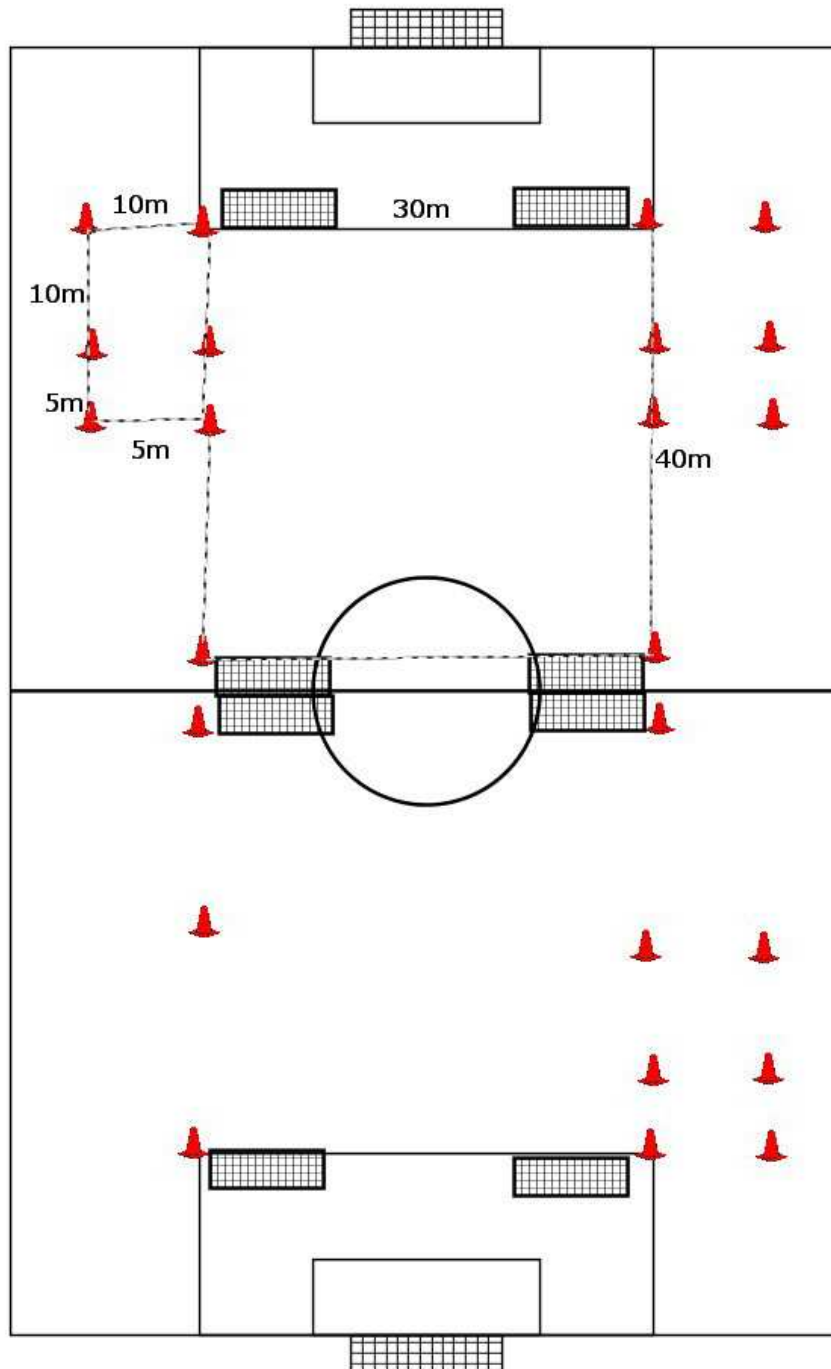
**Opis:** Igrači su raspoređeni u formaciji 2-1-2 i pokušavaju da kroz pas igru postignu pogodak.

**Zahtevi:** Slobodan broj dodira

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Tačan pas
- ✓ Kretanje sa i bez lopte
- ✓ Držanje formacije
- ✓ Prenosne lopte
- ✓ Povratne lopte
- ✓ Dupli pas
- ✓ Igra u oba pravca



**Završni deo 5'****6. Vežbe istezanja i labavljenja 5'****Organizacija treninga**

## Trening broj: 2.

**Datum:** 03.12.2019. (Utorak)

**Vreme održavanja treninga:** 17:00h

**Mesto održavanja treninga:** Teren

**Trajanje treninga:** 75'

**Tema treninga:** Tema I (odnos 1:1)

**Cilj treninga:** Uvežbavanje rešavanja situacija u odnosu 1:1, kontrola lopte i razvoj koordinacije

**Broj igrača:** 22+3 golmana

**Rekviziti:** Markeri, čunjevi, lopte, merdevine i pomoćni golovi

### Uvodni deo 35'

#### 1. Igra sredine 5:2

**Cilj:** Stvaranje osećaja za igru i prostor

**Trajanje:** 15'(3x5')

**Broj igrača:** 7 (tri para + džoker)

**Prostor:** 10 x 10m

**Opis:** Dva para (dve boje) zajedno sa jednim džokerom drže loptu u svom posedu, a dva igrača treće boje pokušavaju da je oduzmu. Posle greške par koji je pogrešio ulazi u sredinu i oduzima loptu.

**Zahtevi:** I – igrači slobodno džoker dva dodira

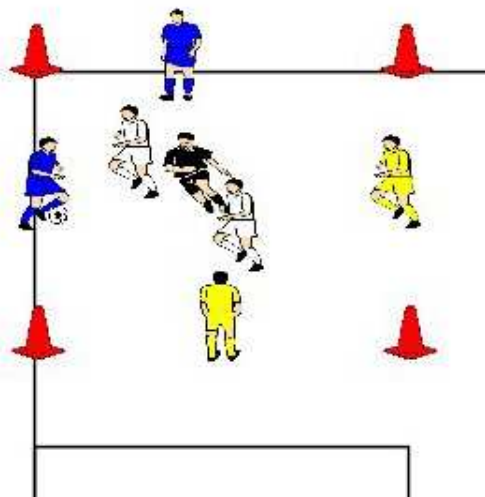
II – svi dva dodira

III – igrači dva džoker jedan dodir

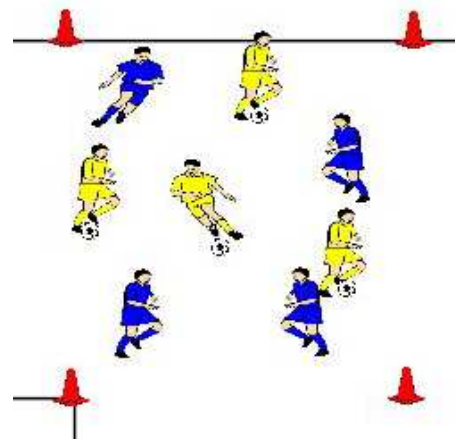
Igrači u krugu izlaze kada dodirnu loptu ili kada se dodaju između sebe po oduzimanju lopte

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Demarkacija
- ✓ Pas na dalju nogu saigrača
- ✓ Udarac iz potkolenice ne iz kuka
- ✓ Odbrambeni daleko sačekati ih da priđu
- ✓ Odbrambeni igrači blizu pas iz prve



#### 2. Vežbe istezanja 2'



#### 3. Zabavna igra "Lovci"

**Cilj:** Razvoj brzine reakcije i kontrole lopte

**Trajanje:** 6' (2 x 3')

**Broj igrača:** 7

**Prostor:** 15 x 15m

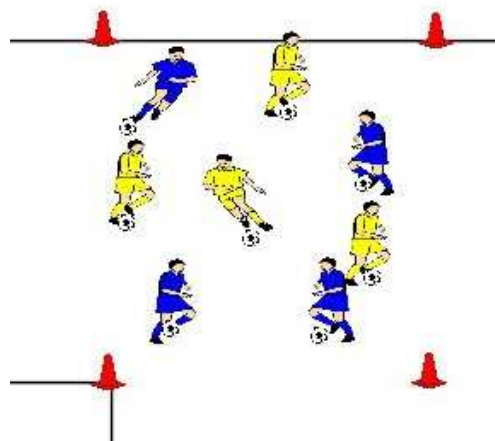
**Opis:** U ograničenom prostoru igrači su podeljeni u dve ekipe. I - Jedna ekipa ima zadatak da kontrolišući loptu dodirne igrače druge ekipe koji trče bez lopti. Pobjednik je igrač koji je najviše puta dodirnuo igrače bez lopti. II - Kod izbijanja lopte igrači kontrolišući svoju loptu pokušavaju da izbace van ograničenog prostora lopte drugih igrača. Pobjednik je igrač koji poslednji ostane u ograničenom prostoru sa loptom.

**Zahtevi:** I - U zadatom vremenu dodirnuti što više igrača druge ekipe

II - Zadržati loptu u svom posedu i izbiti što više lopti sa igrača.

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Periferni pogled
- ✓ Kontrolisati loptu na što manjem rastojanju od stopala
- ✓ Postaviti telo uvek između lopte i protivnika



II varijanta – Zadržati loptu u svom posedu i izbiti što više lopti

#### 4. Razvoj koordinacije u merdevinama

**Cilj:** Razvoj koordinacije, usavršavanje driblinga i bekovskog plesa

**Trajanje:** 10' (2 x 5')

**Broj igrača:** 7

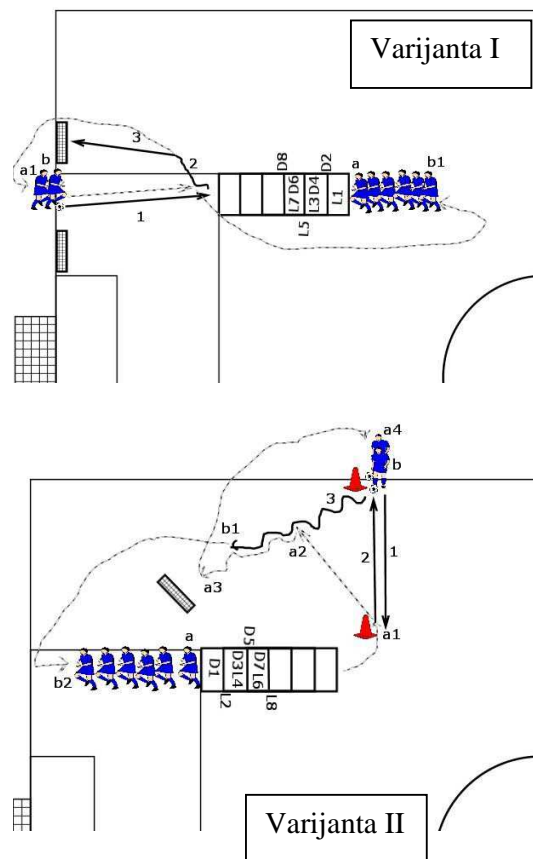
**Prostor:** Merdevine + 10m

**Opis:** U merdevinama imitacija driblinga, po izlasku igrač dobija loptu, dribla polu aktivnog protivnika i postiže gol u jedan od dva mala gola. U drugoj varijanti igrač imitira bekovsko kretanje u nazad i nakon izlaska iz merdevina dobija loptu, odigrava povratnu i izlazi za njom u bekovski stav. Nakon toga vrši bekovski ples.

**Zahtevi:** Pravilno i brzo izvoženje pokreta

**Zahtevi trenera:**

1. Mekani pokreti i poskoci
2. Spušteno težište
3. Oslonac na prednjem delu stopala
4. Pravilno izvođenje driblinga (rastojanje, promena ritma, lopta dalje od protivnika, promena ritma)



#### Osnovni deo 35'

#### 5. 1:1 frontalni odnos, odbrambeni igrač polu aktivan

**Cilj:** Pas, prijem, dribling, bekovski ples

**Trajanje:** 5'

**Broj igrača:** 8

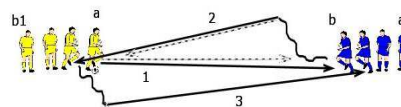
**Prostor:** 25m

**Opis:** Četiri igrača se nalaze u kolonama koje su postavljene jedna naspram druge. Prvi igrač u koloni daje pas igraču u drugoj koloni i napada ga. Igrač koji je primio loptu dribla igrača od koga je dobio i daje loptu prvom igraču u suprotnoj koloni i napada ga.

**Zahtevi:** Razne vrste driblinga (krilni, bicikl, dupli bicikl...)

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Čvrsto i otvoreno stopalo pri pasu
- ✓ Tajming driblinga



## 6. 1:1 frontalni odnos, odbrambeni igrač aktivan

**Cilj:** Pas, prijem, dribling, oduzimanje lopte

**Trajanje:** 5'

**Broj igrača:** 8 (2 x 4)

**Prostor:** 10 x 15m

**Opis:** Četiri igrača se nalaze u kolonama koje su postavljene jedna naspram druge. Prvi igrač u koloni daje pas igraču u drugoj koloni i napada ga. Igrač koji je primio loptu dribla igrača od koga je dobio i pokušava da sa loptom prođe kroz jedan od malih golova.

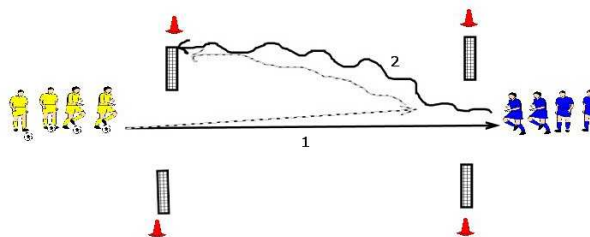
**Zahtevi:** Proći sa loptom kroz jedan od dva mala gola

**Zahtevi trenera:** Ofanzivni aspekt

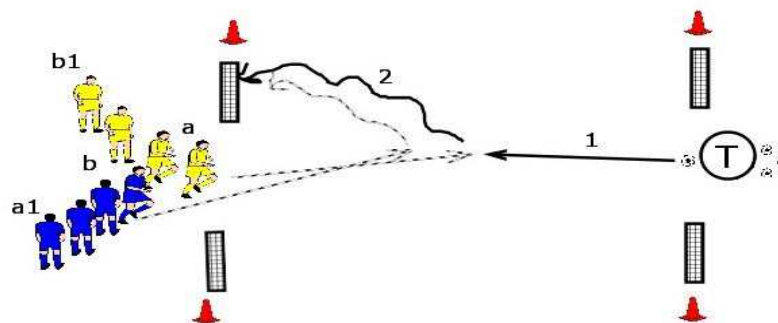
- ✓ Brz prijem lopte
- ✓ Tajming driblinga
- ✓ Promena ritma
- ✓ Loptu gurnuti dovoljno daleko od protivnika

Defanzivan aspekt

- ✓ Brz izlazak u blok
- ✓ Pravilan bek. stav i bek. kretanje
- ✓ Spušteno težište
- ✓ Oslonac na prednjem delu stopala



## 7. 1:1 napadač leđima okrenut ka голу protivnika



**Cilj:** Prijem, dribling, oduzimanje lopte

**Trajanje:** 5'

**Broj igrača:** 8 (2 x 4)

**Prostor:** 10 x 15m

**Opis:** Napadač prima loptu okrenut leđima ka голу protivnika. Odbrambeni igrač mu prilazi i ne dozvoljava mu da se okrene, pokušava da mu oduzme loptu. U slučaju da se napadač okrene licem prema голу, dribla i pokušava da prenese loptu kroz gol.

**Zahtevi:** Proći sa loptom kroz jedan od dva mala gola

## 8. 1:1 napadač bokom okrenut ka голу protivnika

**Cilj:** Prijem, dribling, oduzimanje lopte

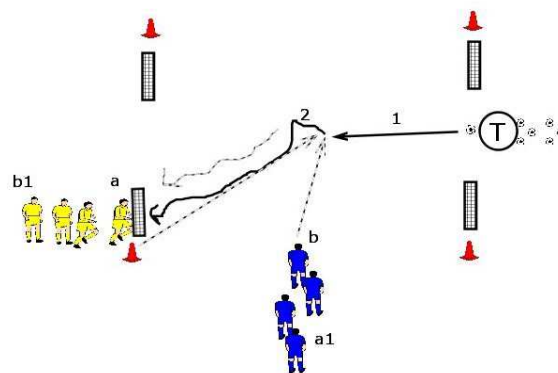
**Trajanje:** 5'

**Broj igrača:** 8 (2 x 4)

**Prostor:** 10 x 15m

**Opis:** Napadač prima loptu okrenut bokom ka голу protivnika. Odbrambeni igrač mu prilazi i ne dozvoljava mu da se okrene, pokušava da mu oduzme loptu. U slučaju da se napadač okrene licem prema голу, dribla i pokušava da prenese loptu kroz gol.

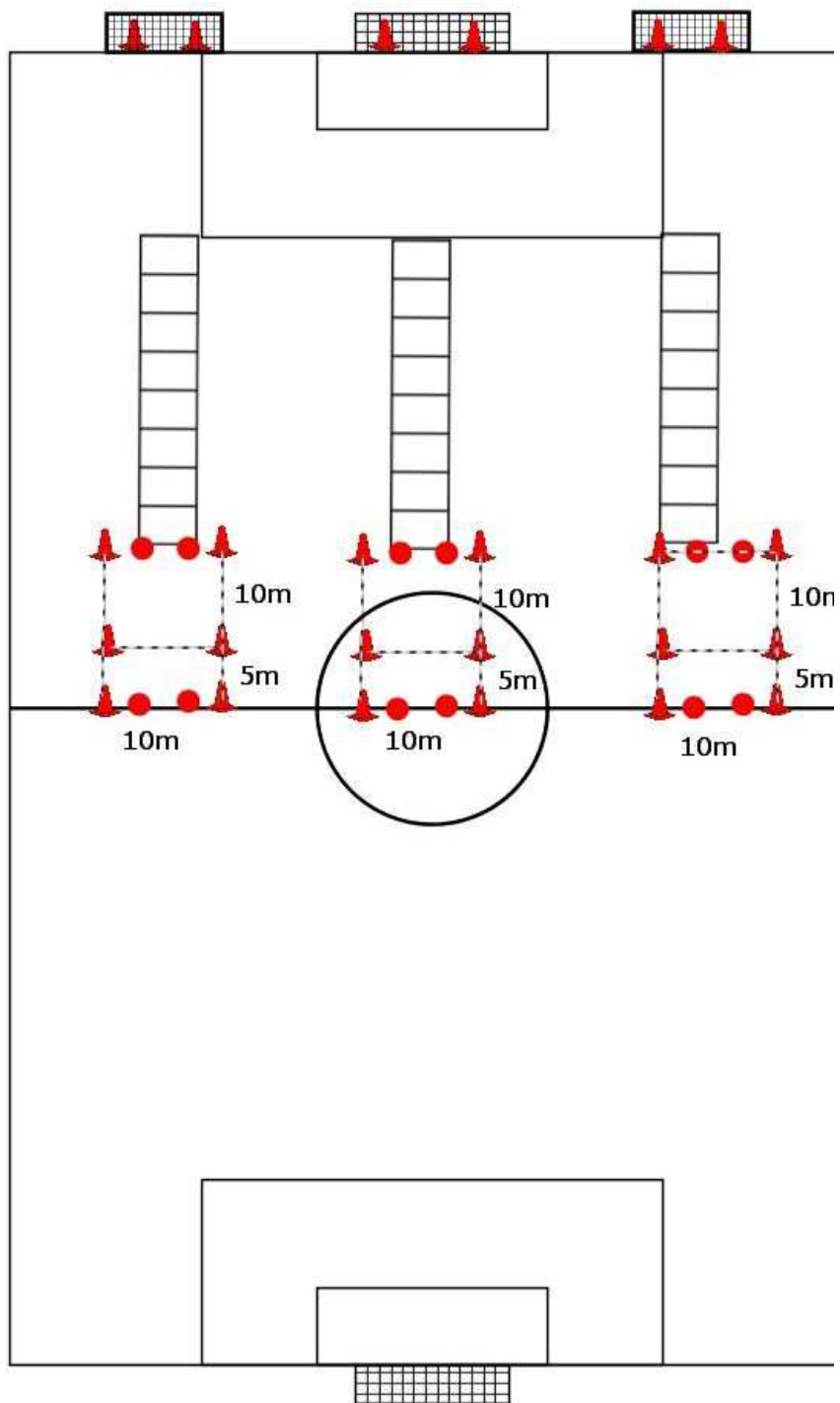
**Zahtevi trenera:** Proći sa loptom kroz jedan od dva mala gola



### Završni deo 5'

## 9. Vežbe istezanja i labavljenja 5'



**Organizacija treninga**

## Trening broj: 3.

**Datum:** 04.12.2019. (Srijeda)

**Vreme održavanja treninga:** 17:00h

**Mesto održavanja treninga:** Teren

**Tema treninga:** Tema I ( Odnos 1:1 )

**Cilj treninga:** Uvežbavanje rešavanja situacija u odnosu 1:1 - ofanzivni i defanzivni aspekt

**Broj igrača:** 22+3 golmana

**Rekviziti:** Markeri, čunjevi, lopte, pomoćni golovi

### Uvodni deo 25'

#### 1. Tehnika u krugu

**Cilj:** Obuka elementarne tehnike

**Trajanje:** 15' promena na 1'

**Broj igrača:** 14 (2 x 7)

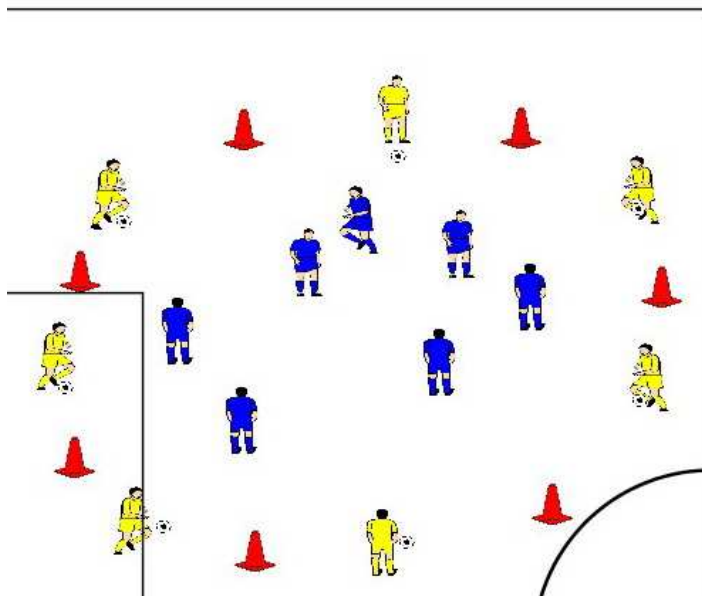
**Prostor:** Krug prečnika 25m

**Opis:** Igrače unutar kruga izvode tehničke elemente sa loptom dok igrači na spoljnim obodima kruga rade vežbe koordinacije bez lopte i sarađuju kroz pas sa igračima unutar kruga.

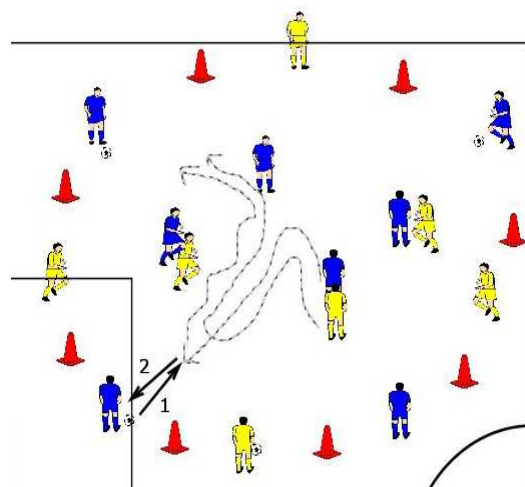
**Zahtevi:** I – igrači unutar kruga kreću se bez lopte nude se spoljnim igračima, dobijaju loptu i vrše primopredaju na razne načine(unutrašnja, spoljna, don...) II – igrači unutar kruga vrše kontrolu lopte i odigravaju povratni pas sa spoljnim igračima III – igrači sa spoljnih pozicija rukom odigravaju pas na igrače unutar kruga koji primaju i predaju loptu raznim delovima tela IV – udarac glavom sa zemlje i iz vazduha

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Tačno odigravanje pasa
- ✓ Kosa kretanja u krugu
- ✓ Okret oko stajne noge



## 2. Tehnika u krugu u parovima



**Cilj:** Obuka elementarne tehnike sa polu aktivnim protivnikom

**Trajanje:** 15' promena na 1'

**Broj igrača:** 24 (3 x 8)

**Prostor:** krug prečnika 25m

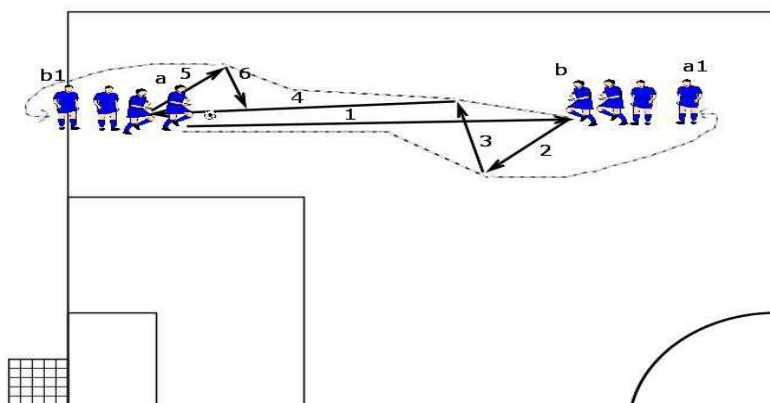
**Opis:** igrači su u parovima (dve boje) unutar kruga dok su spolja proizvoljno. Par dobija razne tehničko taktičke zadatke koje izvršava uz saradnju sa igračima sa oboda kruga

**Zahtevi:** I – razna lažna kretanja i odigravanje pasa na spoljnoj na načine (unutrašnja, spoljna, puna) II – isto kao prva varijanta samo iz vazduha III – jedan od parova prilazi prima loptu okreće se licem ka protivniku, dribla ga i predaje na slobodnog spoljnog igrača IV – odbrambeni igrači istrčavaju ispred napadača i presecaju loptu (do zemlji i iz vazduha)

## 3. Vežbe oblikovanja i istežanja 5'

### Osnovni deo 40'

## 4. Dupli pas u kolonama



**Cilj:** Obuka duplog pasa

**Trajanje:** 10' (2 x 5')

**Broj igrača:** 24 (3 x 8)

**Prostor:** Distanca 25m

**Opis:** Igrači su postavljeni u dve kolone na udaljenosti od 25m. Igrač sa loptom odigrava pas na igrača u suprotnoj koloni i otvara u desno, igrač iz suprotne kolone odigrava desnom nogom pas u levu stranu dobija je i prosleđuje igraču iz suprotne kolone i otvara u desno.

**Zahtevi:** Desna i leva strana

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Tačan pas
- ✓ Dobar ugao za dupli pas
- ✓ Oštra prva lopta, druga umirujuća
- ✓ Promena ritma

## 5. Rešavanje situacija 1:1 i 2:1

**Cilj:** Uvežbavanje driblinga, duplog pasa i završnice

**Trajanje:** 15' (2 x 7,5')

**Broj igrača:** 24 (2 x 12)

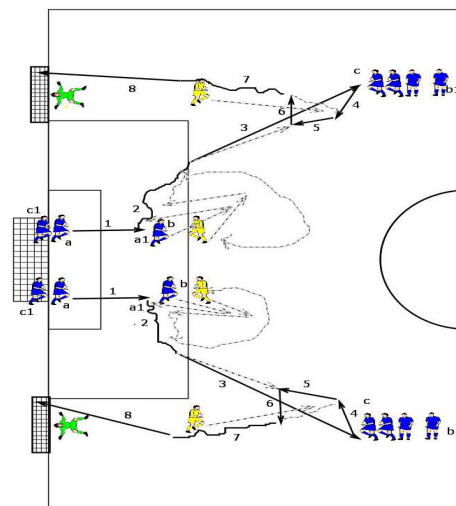
**Prostor:** Četvrtina terena

**Opis:** Igrači su raspoređeni kao na slici. Igrač sa loptom odigrava pas na saigrača koji mu prilazi, prima loptu okreće se licem ka protivniku, dribla ga i odigrava pas na saigrača na polovini terena i prilazi mu. Igrač koji je primio loptu vodi je ka sredini terena i odigrava dupli pas na spolja i završava akciju.

**Zahtevi:** Rešiti pomoću driblinga 1:1 i pomoću duplog pasa odnos 2:1 i postići pogodak

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Demarkacija
- ✓ Brz okret sa loptom
- ✓ Pravovremeni driblinga



## 6. Igra u odnosu 1:1 sa 4 pomoćna igrača u ograničenom prostoru

**Cilj:** Uvežbavanje rešavanja situacija 1:1

**Trajanje:** 10' promena na 1'

**Broj igrača:** 24 (2 x 12)

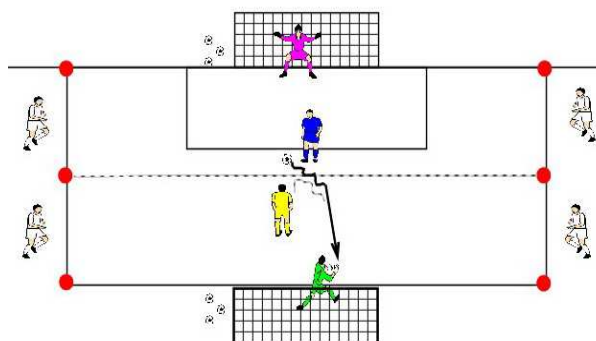
**Prostor:** Šesnesterac

**Opis:** U šesnesteru igrač dobija loptu od svog golmana i pokušava da postigne gol rešavajući situaciju driblingom ili saradnjom sa džokerima.

**Zahtevi:** Postići što više i primiti što manje golova

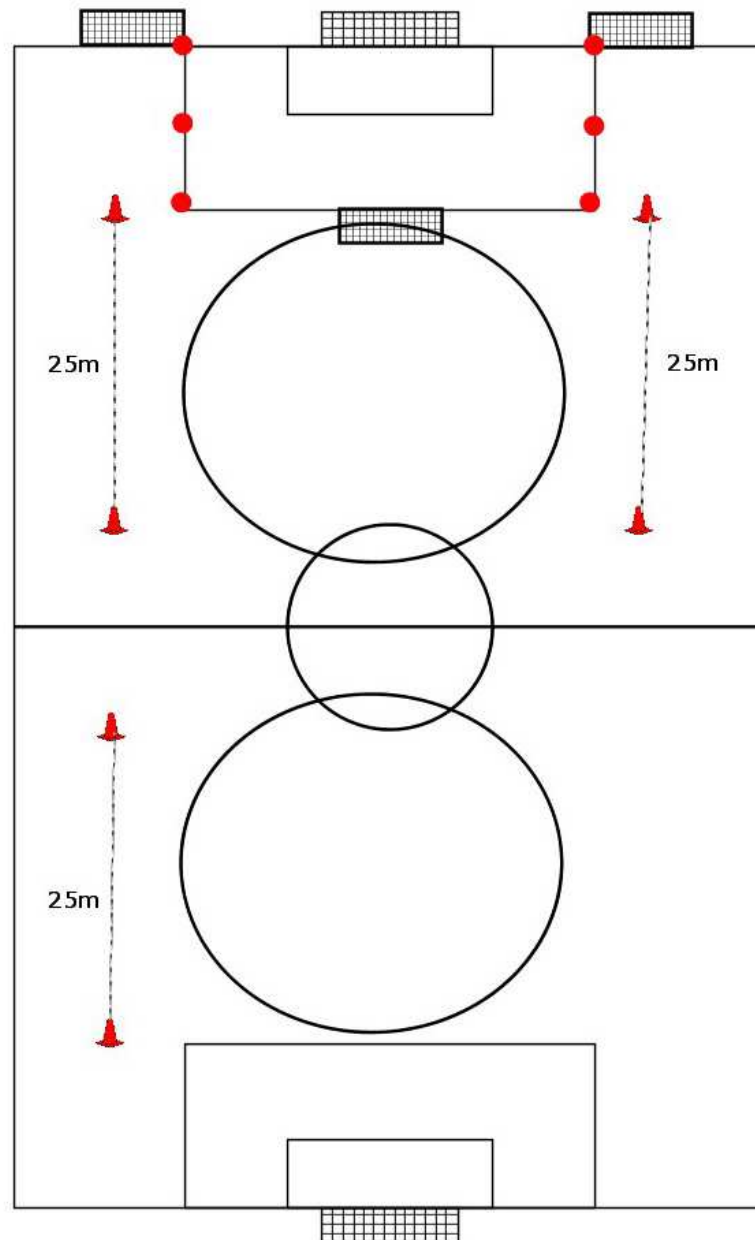
**Zahtevi trenera:**

- ✓ Demarkacija kroz lažna kretanja
- ✓ Odbrambeni striktna markacija



## Završni deo 5'

## 7. Vežbe labavljenja i istezanja 5'

**Organizacija treninga**

## Trening broj: 4.

**Datum:** 05.12.2019. (Četvrtak)

**Vreme održavanja treninga:** 17:00h

**Mesto održavanja treninga:** Teren

**Trajanje treninga:** 80'

**Tema treninga:** Tema II (odnos 2:2)

**Cilj treninga:** Obuka rešavanja situacija izvedenog odnosa 2:1 kroz dupli pas

**Broj igrača:** 22+3 golmana

**Rekviziti:** Markeri, čunjevi i lopte

### Uvodni deo 30'

#### 1. Pas u trouglu

**Cilj:** Uvežbavanje srednjeg pasa

**Trajanje:** 10' (4 x 2,5')

**Broj igrača:** 6

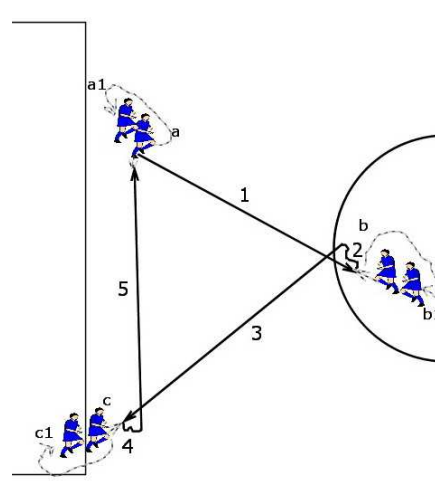
**Prostor:** Trougao 20m

**Opis:** Igrači su raspoređeni po dvojica na svakom temenu trougla, odigravaju pas i kreću se u zavisnosti od zahteva trenera.

**Zahtevi:** I – prijem desna, predaja desna u desno ,trk na začelje svoje kolone II – isto samo u levo III – prijem desna, predaja leva u desno i trk u levo(suprotno od lopte) IV – suprotno od prethodnog

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Otvoreno i zategnuto stopalo
- ✓ Zamah potkolenice
- ✓ Prilazak u susret lopti
- ✓ Prijem lopte u stranu



#### 2. Predvežba za dupli pas u krugu

**Cilj:** Uvežbavanje duplog pasa

**Trajanje:** 15' (3 x 5')

**Broj igrača:** 8 (2 x 4)

**Prostor:** Krug prečnika 20m

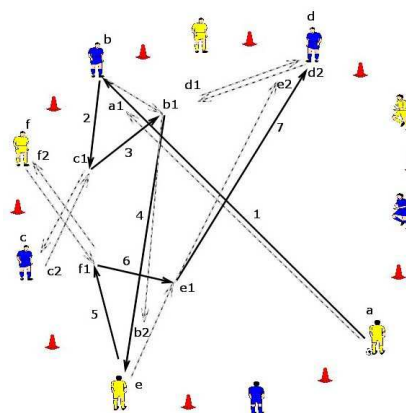
**Opis:** Igrači su raspoređeni u dve boje po obodu kruga. Igrač sa loptom odigrava pas na najudaljenijeg igrača suprotne boje i napada ga. Najbliži saigrač igrača kome je lopta upućena prilaze mu pod dobrim uglom za dupli pas i on sa jednim od njih odigrava dupli pas i predaje loptu na najudaljenijeg igrača suprotne boje.

**Zahtevi:** I – odigravanje pasa na najudaljenijeg igrača

II – odigravanje na bilo kog igrača suprotne boje

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Odigravanje duplog pasa desnom nogom u levo i obrnuto
- ✓ Brz povratak igrača koji su prišli na početnu poziciju
- ✓ Promena ritma posle odigranog duplog pasa



### 3. Vežbe istezanja 5'

#### Osnovni deo 45'

#### 4. 2:1 kroz dupli pas na spolja

**Cilj:** Uvežbavanje duplog pasa na spolja

**Trajanje:** 10'

**Broj igrača:** 8

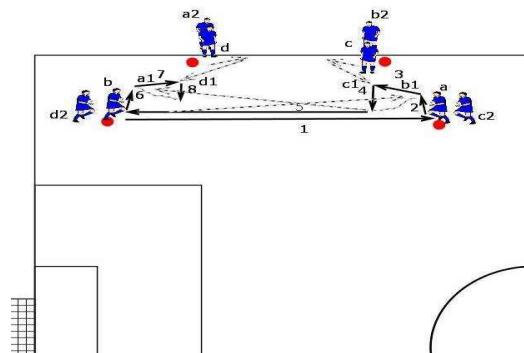
**Prostor:** 25m

**Opis:** Igrači se nalaze po dvojica na svakom čunju. Prvi igrač **A** odigrava pas igraču **B** i napada ga. Igrač **B** prima loptu u stranu ka svom saigraču **D** koji radi lažno kretanje i namešta se za dupli. Posle odigravanja duplog pasa igrač **B** odigrava loptu na sledećeg igrača iz kolone **A** i napada ga.

**Zahtevi:** odigravanje duplog pasa na spolja

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Prijem lopte u stranu
- ✓ Dobar ugao za dupli pas
- ✓ Oštra i umirujuća lopta
- ✓ Promena ritma
- ✓ Izlazak za predatom loptom



#### 5. 2:1 kroz dupli pas na unutra

**Cilj:** Uvežbavanje duplog pasa na unutra

**Trajanje:** 10'

**Broj igrača:** 8

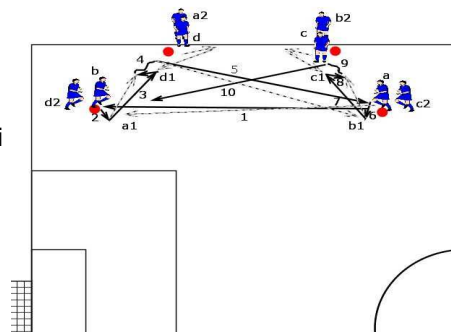
**Prostor:** 25m

**Opis:** igrači se nalaze po dvojica na svakom čunju. Prvi igrač **A** odigrava pas igraču **B** i napada ga. Igrač **B** prima loptu u stranu suprotno od svog saigrača **D** koji radi lažno kretanje i namešta se za dupli pas. Posle odigravanja pasa igrač **B** ide za loptom ka igraču **D** koji mu odigrava povratni pas. Igrač **B** preuzima loptu, odigrava loptu na sledećeg igrača iz kolone **A** i napada ga..

**Zahtevi:** Odigravanje duplog pasa na unutra

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Prijem lopte u stranu
- ✓ Dobar ugao za dupli pas
- ✓ Imitacija lažnog šuta kod prvog pasa za dupli
- ✓ Promena ritma
- ✓ Povratna lopta dalje od odbrambenog
- ✓ Izlazak za predatom loptom



## 6. 2:1 kroz aktivnu promenu mesta (odlazak iza leđa)

**Cilj:** Uvežbavanje aktivne promene mesta (odlazak iza leđa)

**Trajanje:** 10'

**Broj igrača:** 8

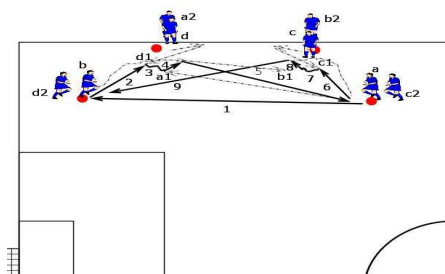
**Prostor:** 25m

**Opis:** Igrači se nalaze po dvojica na svakom čunju. Prvi igrač **A** odigrava pas igraču **B** i napada ga. Igrač **B** odigrava igraču **D** i ide mu iza leđa. Igrač **D** prima loptu ka sredini i u momentu prolaska igrača **B** pored njega predaje mu loptu. Igrač **B** predaje loptu igraču iz kolone **A** i napada ga.

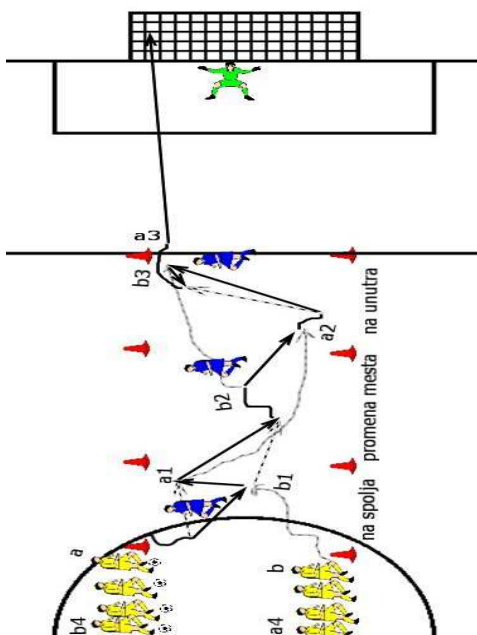
**Zahtevi:** Odigravanje duplog pasa na unutra

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Prijem lopte u stranu
- ✓ Dobar ugao za dupli pas
- ✓ Imitacija lažnog šuta kod prvog pasa za dupli
- ✓ Promena ritma
- ✓ Povratna lopta dalje od odbrambenog
- ✓ Izlazak za predatom loptom



## 7. Rešavanje odnosa 2:1 u tri polja



**Cilj:** Uvežbavanje rešavanja situacija 2:1 na razne načine

**Trajanje:** 15'

**Broj igrača:** 11(8+3)+1 golman

**Prostor:** Polovina terena x 15m

**Opis:** U svakom polju se nalazi po jedan odbrambeni igrač i golman na голу. Ostali igrači su u parovima i prolaskom kroz sva tri polja pokušavaju da reše uspešno situacije 2:1 na razne načine i postignu pogodak.

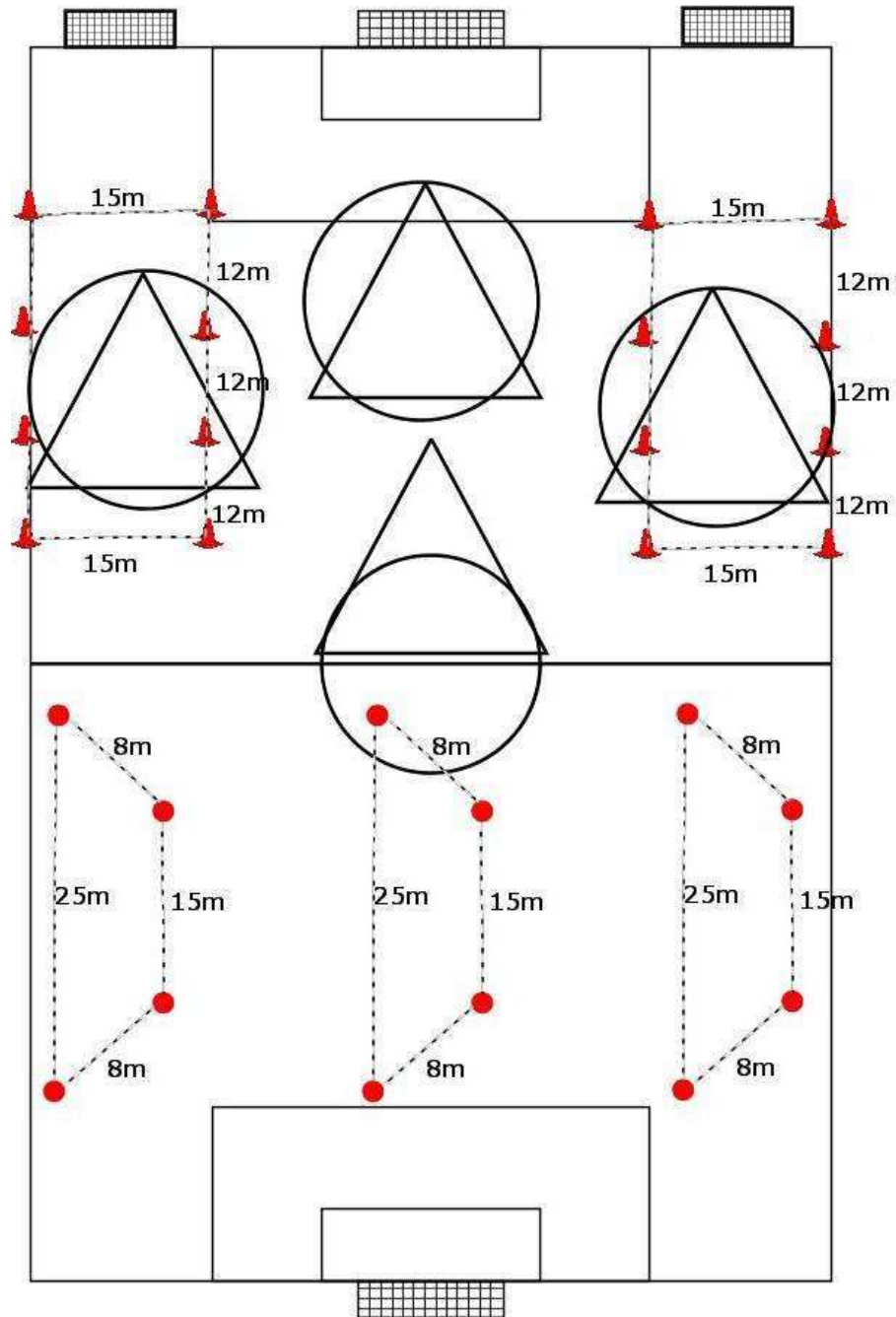
**Zahtevi trenera:**

- ✓ Proceniti situaciju i izabrati pravi način (dupli pas)

## Završni deo 5'

## 8. Vežbe istezanja i labavljenja 5'



**Organizacija treninga**

## Trening broj: 5.

**Datum:** 09.12.2019. (Ponedjeljak)

**Vreme održavanja treninga:** 17:00h

**Mesto održavanja treninga:** Teren

**Trajanje treninga:** 65'

**Tema treninga:** Tema II (odnos 2:2)

**Cilj treninga:** Obuka defanzivnog aspekta u odnosu 2:2

**Broj igrača:** 22+3 golmana

**Rekviziti:** Markeri, čunjevi i lopte

### Uvodni deo 20'

#### 1. Igra sredine 5:2

**Cilj:** Stvaranje osećaja za igru i prostor

**Trajanje:** 15' (3 x 4,5')

**Broj igrača:** 7 (tri para + džoker)

**Prostor:** 10 x 10m

**Opis:** Dva para(dve boje) zajedno sa jednim džokerom drže loptu u svom posedu, a dva igrača treće boje pokušavaju da je oduzmu. Posle greške par koji je pogrešio ulazi u sredinu i oduzima loptu.

**Zahtevi:** I – igrači slobodno džoker dva dodira

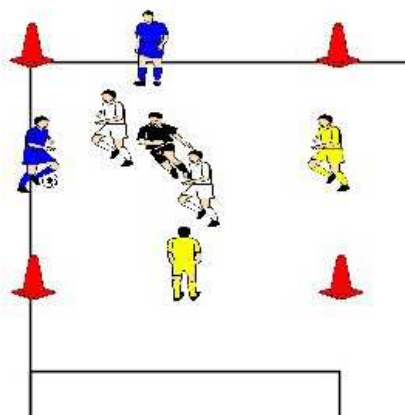
II – svi dva dodira

III – igrači dva džoker jedan dodir

Igrači u krugu izlaze kada dodirnu loptu ili kada se dodaju između sebe po oduzimanju lopte

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Demarkacija
- ✓ Pas na dalju nogu saigrača
- ✓ Udarac iz potkolenice ne iz kuka
- ✓ Odbrambeni daleko sačekati ih da priđu
- ✓ Odbrambeni igrači blizu pas iz prve



#### 2. Vežbe istezanja 5'

**Osnovni deo** 40'**3. 1:2 sa zonskom odbranom**

**Cilj:** Uvežbavanje zonskog pokrivanja prostora u situaciji 1:2

**Trajanje:** 10'

**Broj igrača:** 24(4 x 6)

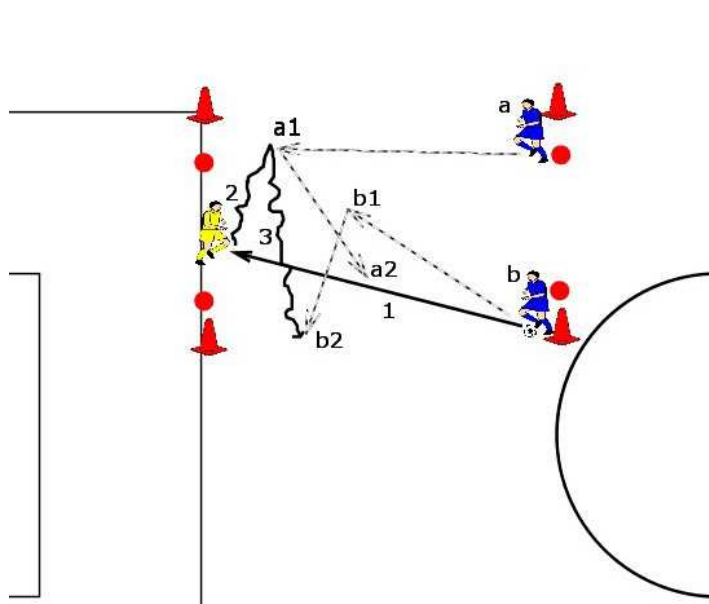
**Prostor:** 10m x 10m

**Opis:** Jedan od dva igrača odbrane odigrava pas na napadača koji je vodi levo desno u ograničenom prostoru, dok igrači odbrane izlaze naizmenično u blok u svojoj zoni ili u podršku(korekciju) saigraču u susjednoj zoni.

**Zahtevi:** Zonsko pokrivanje prostora dva igrača

**Zahtevi trenera:**

- ✓ Brz izlazak u blok
- ✓ Pravilan bekovski stav
- ✓ Prekoračno kretanje i pogled na lopti
- ✓ Korekcija pod dobrim uglom i rastojanjem



#### 4. Rešavanje situacija u odnosu 2:2

**Cilj:** Uvežbavanje zonskog pokrivanja prostora u odnosu 2:2

**Trajanje:** 10'

**Broj igrača:** 24 (3 x 8 igrača)

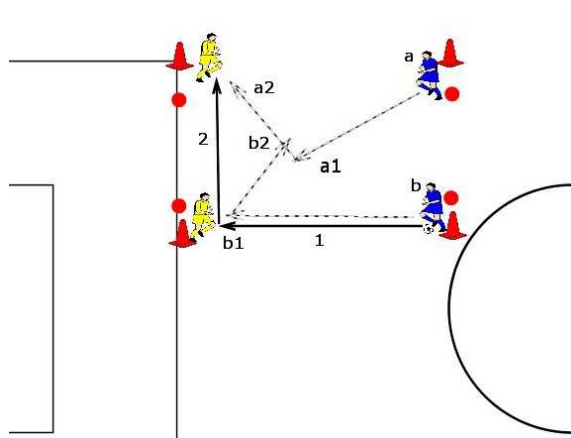
**Prostor:** 10 x 10m

**Opis:** Jedan od odbrambenih igrača odigrava pas na napadača i izlazi u blok. Napadači se dodaju međusobno sa dva – tri dodira dok igrači odbrane pokrivaju prostor koristeći principe zonske odbrane.

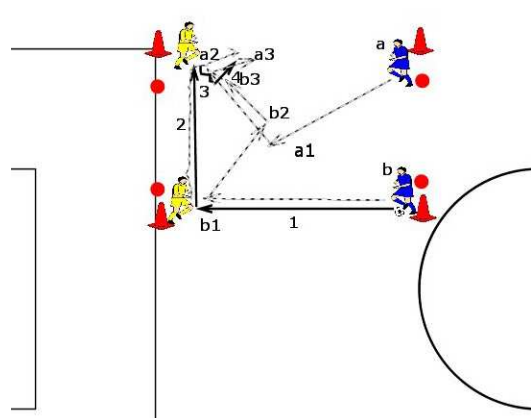
**Zahtevi:** pokrivanje prostora koristeći zonske principe odbrane. Napadači polu aktivno, a kasnije aktivno, II – varijanta preuzimanje kod odlaska iza leđa napadača.

**Zahtevi trenera:**

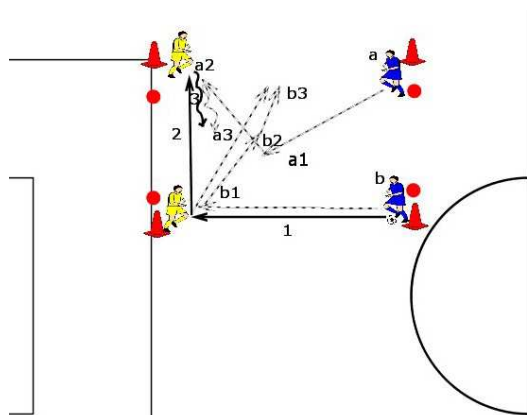
- ✓ Svaki igrač je zadužen za vršenje pritiska na igrača i loptu kada se nađu u njegovoj zoni



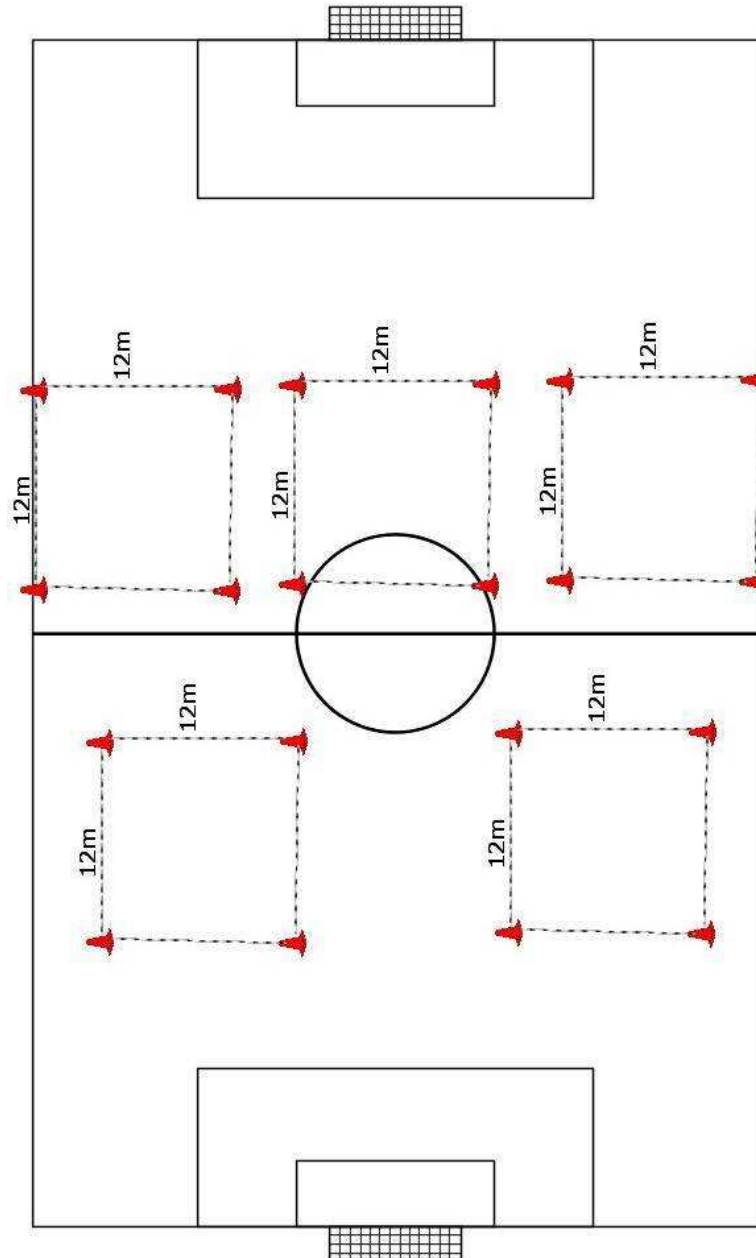
**I Varijanta**



**II Varijanta**



**III Varijanta** - pas odlazak u dubinu između dva odbrambena striktna markacija.

**Završni deo 5'****6. Vežbe istezanja i labavljenja 5'****Organizacija treninga**

## 7. ZAKLJUČAK

Ukoliko rezimiramo sve navedene postavke o igri u sistemu 1-4-4-2, vidimo da o nekim unapred određenim kombinacijama i putevima, ne možemo sa sigurnošću govoriti. To je prostor gde, snalažljivost igrača, njihova taktička obučenosť, brz i lak pregled igre, osećaj za pravljenje kombinacija, dolazi do punog izražaja.

Akcent u radu je dat na sistem igre 1-4-4-2, koji se trenutno najviše koristi i primenjuje u praksi, gde pored toga što je navedeno, on ima još dosta svojih tajni, do kojih je teško doći, jer je vrlo aktuelan.

Igra, tečnost sprovođenja akcija, korišćenje najboljih pravaca iz zone romba, već smo napomenuli od čega sve zavise, ali da bi smo mogli bolje da rešavamo pojedine faze igre, moramo igrače da uputimo na bolje i pravilnije dejstvovanje, kako bi vremenom uspeli da izgrade određen, ustaljen način sprovođenja akcija i kombinacija, koje će se provlačiti kroz igru, bez obzira na protivnika i njegovu taktiku.

U realizaciji zahteva savremenog fudbala i trenažne aktivnosti usmerene ka razvoju fudbalera i fudbalske igre jednog tima, neophodno je ostvariti:

- potpunu **taktičku pripremu**, sposobnost da se sve taktičke ideje i zamisli trenera sprovedu na terenu;
- stvoriti što više **polivalentnih igrača**, koji će se snalaziti podjednako uspešno u **raznim fazama igre** i na **svim delovima terena**;
- primenjivati **sistem igre** prema **modelnim karakteristikama** i fudbalskim sposobnostima **igrača sa kojima raspolažemo**;
- primenjivati **sistem igre** kojim se ostvaruje **prevlast na sredini terena** ili, bar, **ravnopravnost** sa protivnikom.

Da bi se određena taktička misao sprovela u delo potrebno je da i druge dve komponente fudbalske igre budu na visokom nivou.

Pored taktičke pripreme podjednako mesto u samoj realizaciji taktičke zamisli zauzimaju **tehnička i fizička priprema fudbalera**.

Ni jedna taktička zamisao se ne može na najbolji način sprovesti ukoliko igrači koji učestvuju u tim akcijama nisu dovoljno **tehnički obučeni**. Što je ekipa na višem tehničkom nivou i stepen sprovođenja taktičke ideje biće viši. Akcije su tečnije, brže i opasnije po protivničku ekipu.

Još jedan od preduslova za dobro sprovođenje taktičkih zamisli je dobra **fizička pripremljenost**. Ukoliko je ekipa dobro fizički pripremljena, moći će u toku cele utakmice da sprovodi sve svoje taktičke akcije sa nesmanjenim efektom.

Kao zaključak se nameće da je za sprovođenje svih taktičkih zamisli na visokom nivou potreban ujednačen odnos između taktičke, tehničke i fizičke pripremljenosti.

Za raspored četiri igrača sredine terena (na terenu) treneru stoji na raspolaganju nekoliko varijanti.

Na odluku trenera koju će od varijanti rasporeda igrača sredine terena primeniti na utakmici, kao i to da li će je zadržati tokom cele utakmice ili će je menjati u toku igre, jednom ili više puta, utiče nekoliko faktora. To su:

1. Modelne karakteristike sopstvenih igrača (dobre osobine i mane);
2. Modelne karakteristike protivničkih igrača (dobre osobine i mane);
3. Sistem igre, odnosno raspored igrača protivničke ekipe;
4. Odigravanje utakmice na domaćem terenu:
  - sa jakim protivnikom
  - sa slabijim protivnikom;
5. Odigravanje utakmice na gostujućem terenu:
  - sa jakim protivnikom,
  - sa slabijim protivnikom;
6. Unapred određen konačan cilj (igra na pobedu, igra na rezultat);
7. Namera protivnika (igra na pobedu, igra na rezultat);
8. Period igre i kretanje rezultata (promena rasporeda manevarskih igrača tokom igre);
9. Promena situacije na terenu tokom igre (zamene igrača, povrede, isključenja, itd.);
10. Spoljašnji faktori (atmosferske prilike, stanje terena, ponašanje publike).

Kada se treneri odluče za ofanzivniji raspored manevarskih igrača, najčešće primenjuju formaciju u vidu **romba**, a kada se odluče za defanzivniju varijantu - najčešće primenjuju raspored igrača u vidu **lučne linije**.

**Brzina, jednostavnost, agresija, upornost i efikasnost** postali su dominantni elementi savremene igre u sistemu 1-4-4-2. Pored toga, savremeni fudbal traži i potpuno jasnu organizaciju igre. **Pregrupisavanje snaga** sa jednog dela terena na drugi traži od svakog pojedinca i kolektivnu taktičku obučenost.

Na kraju, dolazi se do zaključka da je novi trend savremene igre u sistemu 1-4-4-2 na **taktičkom planu** istakao tri najvažnija faktora:

- **gipkost linija;**
- **presing igru;**
- **prilagodavanje situaciji.**

Posle svega navedenog, postavka igrača u sistemu 1-4-4-2 pokriva prostor gde se pri razvijanju napada, uključuju svi igrači ekipe, gde kvalitetna igra fudbalera u ovom prostoru, omogućava jednoj ekipi, da lakše dođe u poziciju da ugrozi protivnički gol i tako postigne ono što je u stvari i cilj igre, a to je postizanje pogotka, bar jednog više od protivnika i ostvarenje konačne pobede.

Može se zaključiti, da sprovođenje kombinacije, ofanzivnije dejstvovanje ekipe, zavisi od mogućnosti ekipe, tj. od taktičko-tehničke obučenosti, kondicije, sposobnosti svakog pojedinca, kao i od trenera, odnosno njegovog gledanja na razvoj igre, uloge i zadataka fudbalera u sistemu 1-4-4-2.



## 8. LITERATURA

1. Aleksić, V. (1995). *Fudbal I,II,III*. Beograd: Fakultet fizičkog vaspitanja.
2. Boženko, A. (1997). *Osnove teorije i metodike treninga fudbalera*. Beograd: Samostalno izdanje autora.
3. Ćiritović, M. (2004). *Sistem 4:4:2*. Novi Sad: Samostalno izdanje autora.
4. Dukić, B. (1998). *Taktička priprema fudbalera*. Beograd: Samostalno izdanje autora.
5. Elsner, B. (1985). *Metodika rada sa fudbalerima*. Beograd: Sportska knjiga.
6. Gabrijelić, M. (1964). *Nogomet*. Zagreb: Sportska štampa.
7. Joksimović, S. (1997). *Teorija taktike i treninga u fudbalu*. Niš: Prosveta.
8. Radosav, R. (1979). *Planiranje i programiranje stručnog rada u fudbalskom klubu*. Novi Sad: Zavod za fizičku kulturu Vojvodine.
9. Radosav, R., Molnar, S., Smajić, M. (2003). *Teorija i metodika fudbala*. Novi Sad: Fakultet fizičke kulture.
10. Sekereš, S. (1984). *Taktika fudbala*. Novi Sad: Zavod za fizičku kulturu Vojvodine.
11. Toplak, I. (1972). *Taktika sa metodikom uvežbavanja*. Beograd: Fudbalski savez Jugoslavije.
12. Toplak, I. (1985). *Savremeni fudbal i njegove tajne*. Beograd: Fudbalski savez Jugoslavije.