

## ارتباط موثر و بازیخوانی در سیستم دفاع چهارنفره

### COMMUNICATION AND READING OF THE GAME WHEN DEFENDING WITH BACK – FOUR

از خصوصیت مثبت تیمهای موفق در زمان دفاع استفاده از ارتباط کلامی ( علائم تاکتیکی و بازیخوانی ) است

جاگیری مدافعین ، تله آفساید ، ایجاد برتری عددی در اطراف توپ ، یک طرفه نمودن مسیر بازی ، حریف گیری ، پوشش ، درگیریهای ۱\*۱ و حوصله مدافعین همگی از ارکان مهم تاکتیک دفاع یک تیم و نیازمند به تصمیم گیری در کمترین زمان است ، بدون برقراری ارتباط کلامی ( علائم تاکتیکی ) و بازیخوانی امکان موفقیت در موارد ذکر شده بسیار دشوار خواهد بود .

علائم تاکتیکی نظیر SLIDE – OUT – SQUEEZE – UP – HOLD THE LINE – DROP همگی در برقراری کاری دفاع تیمی و عملکرد یک تیم بصورت یک UNIT ( واحد ) تاثیر گذار بوده و در زمان تمرین تاکتیک دفاعی نیاز به تکرار و تاکید دارد .

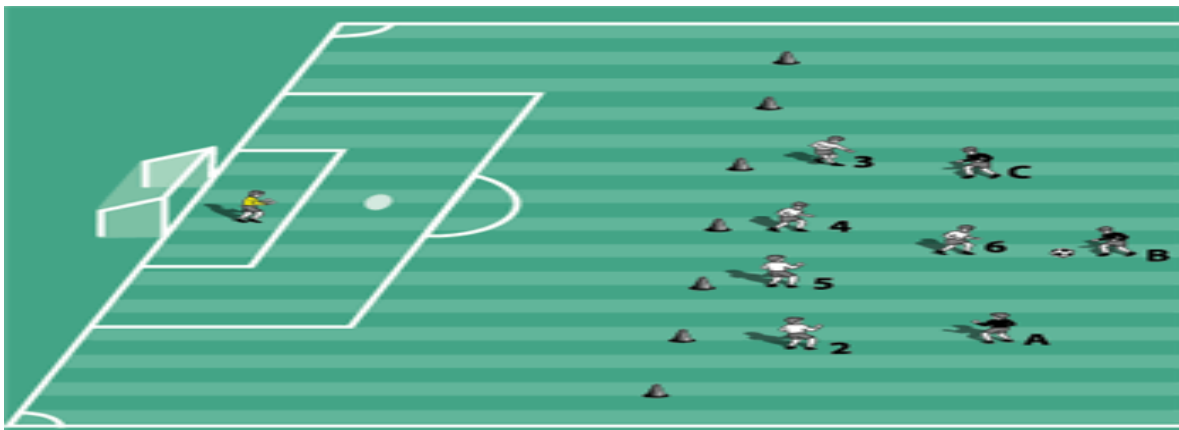
### استفاده از علائم تاکتیکی ( TACTICAL SIGNAL ) به منظور سازماندهی دفاع

۱. DROP ( برگشت خط دفاع و خط میانی روبه عقب ) .
۲. HOLD THE LINE ( در یک خط قرار گرفتن دفاع چهارنفره ) .
۳. OUT زمانیکه خط دفاع باید به سرعت رو به جلو حرکت کنند .
۴. SLIDE حرکت خط دفاع و خط میانی در عرض زمین / گرایش به سمت توپ .
۵. UP خط دفاع فقط به سرعت چند قدم به جلو حرکت میکند .
۶. SQUEEZE زمانیکه فاصله مدافعین ، بازیکنان خط میانی و حمله یک تیم در طول و عرض زمین به حداقل میرسد .
۷. PRESS UP حریف صاحب توپ تحت فشار قرار میگیرد و در اطراف توپی برتری عددی ایجاد میشود .

### دیگرام ۱- موقعیت ۳\*۵

#### سازماندهی تمرین :

چهار بازیکن تیم سفید ( ۲-۳-۴-۵ ) و یک هافبک دفاعی این تیم ( ۶ ) در مقابل سه مهاجم تیم سیاه قرار دارند . مدافعین تیم سفید تنها در جلو خط فرضی که با قیف پلاستیکی مشخص شده اجازه بازی دارند .



## شروع تمرین ۱ :

تیم سیاه بازی را شروع میکند که تیم سفید (دفاع چهارنفره) و هافبک دفاعی (۶) بعد از تصاحب توپ اقدام به ضد حمله نمود و به دو دروازه کوچک حمله میکند.

تیم سفید با استفاده از علائم تاکتیکی و ارتباط کلامی سعی در تصاحب توپ در کمترین زمان را دارد.

بلوک دفاعی تیم سفید متشکل از چهار مدافع و یک هافبک دفاعی با توجه به فاصله توپ از دروازه و مسیر حرکت توپ (کانال راست - کانال مرکزی - کانال چپ) با هماهنگی و ردبه جلو، عقب، و یا به جناحین حرکت میکند، معمولاً "فرمان حرکت" را دو مدافع مرکزی تیم صادر میکنند.

## علائم تاکتیکی تمرین ۱:

### علامت تاکتیکی : دراپ ( DROP ) عقب نشینی

زمانیکه حریف صاحب توپ بدون فشار دفاع رو به جلو حرکت میکند و فرمان کافی برای مشاهده فضای پشت دفاع را دارد، خط دفاعی رو به عقب حرکت میکند و فضای مابین محوطه جریمه و مدافعین را محدود میسازد.

### علامت تاکتیکی : ( HOLDING THE LINE ) در یک خط قرار گرفتن دفاع چهارنفره

در زمانیکه حریف صاحب توپ و تحت فشار قرار گرفته و از پیشروی او بوسیله نزدیکترین بازیکن سیاه جلوگیری شده، نگه داشتن خط دفاعی کمک بزرگی در استفاده از آفساید و قرار گرفتن مهاجمین و حریف در پشت آفساید خواهد نمود.



## علامت تاکتیکی ( PRESS UP )

( PRESS UP ) تحت فشار قرار دادن بلافاصله حریف صاحب توپ ( در این زمان دفاع تیم سفید میتواند رو به جلو حرکت کرده و فاصله نور را با محل توپ محدود نموده و فضا را برای بازی حریف کوچک میکند .

در این موقعیت دید بازیکن صاحب توپ اهمیت دارد و دو مدافع مرکز تیم سفید در این موقعین فرمان حرکت رد به جلو ( UP ) را صادر میکنند .

در زمانیکه تیم مدافع اطمینان کافی از موقعیت توپ و حریف صاحب توپ ندارد معمولاً " چند متری به عقب حرکت نموده و فاصله خط دفاعی و دروازه را محدود میکند .

### تمرین ۲- دفاع در مقابل حمله

#### سازماندهی تمرین :

این تمرین در ۳/۴ زمین برگزار میشود

وضعیت بازی در GK + ۵ \* ۶ دو دروازه کوچک در طرفین به عرض ۳ متر تیم سیاه با چهار مهاجم و دو هافبک بازی میکند . مربی بازی را از نزدیکی دایره مرکزی زمین شروع میکند .

حملات تیم سیاه با مقاومت تیم سفید روبرو میشود ، تیم سفید به منظور هماهنگی و انسجام دفاعی از علائم تاکتیکی استفاده میکند .



## نکات مربیگری :

استفاده از علائم تاکتیکی در هنگام دفاع

ارتباط کلامی دروازه بان و مدافعین

گرایش به توپ در زمانیکه توپ در جناحین قرار دارد ( SLIDE )

## پیشرفت در تمرین ۲ :

با اضافه نمودن تعدادی بازیکن موقعیت (8-6-6K) ایجاد میشود .

۸ بازیکن سیاه و ۱ بازیکن سفید و یک دروازه بان .

در این تمرین شرایط مسابقه عیناً " تمرین میشود باید از کمک داور به منظور اجراء آفساید استفاده نمود.

در زمان آموزش دفاع تیمی مربی باید پاسخ سوالات زیررا در ذهن خود داشته باشد .

۱- آیا حریف صاحب توپ تحت فشار است ؟

۲- آیا ارتباط کلامی برای حرکت تیمی جلو ، عقب و جناحین مشاهده میشود ؟

۳- آیا تیم بعد از تصاحب توپ با پاس های محدود به دروازه حریف حمله میکند ؟