



## Alþjóðleg þjálfararáðstefna þýska knattspyrnuþjálfarafélagsins í Leipzig 25. - 28. júní 1995

### Sunnudagur, 25.6.

Skráning og afhending gagna.

### Mánudagur, 26.6.

Setning: Klaus Röllgen, forseti þýska þjálfarafélagsins (BDFL)

Ræddi um sameiningu austurs og vesturs, ný og gömul fylki Þýskalands og var hrærður.

Mínnti á góða samvinnu á milli BDFL, þýska knattspyrnusambandsins (DFB) og tilgang þeirra.

Bauð alla velkomna, s.s. Herbert Widmayer og sagði m.a.:

Þú talaðir einstakt mál sem enginn má eða getur leikið eftir. Þú náðir til allra þjálfara í öllum heimshlutum og þú hefur gert meira og náð lengra með BDFL en nokkur annar getur gert.

Fyrir Widmayer var meira klappað en nokkrum öðrum.

Sendi Heiner Überle kveðju en hann er mjög veikur.

Ræddi um skipulags- og lagabreytingar hjá BDFL og mikilvægi þess að atvinnuþjálfarar komi inn í og vinni með BDFL.

Sagði nokkur orð um Berti Vogts (missti snemma foreldra sína).

Ávarp: Fulltrúi Háskólans í Leipzig

Ræddi m.a. um sögu skólans og þátt nasista og kommúnista í íþróttanámi skólans. Þeir losna ekki við söguna Þjóðverjarnir.

### **Kl. 10.30**

Gero Bisanz: "Varnarskipulag; lærdómur úr alþjóðlegum leikjum og mótum."

- sigursæl lið hafa alltaf góða vörn og eru snögg að hefja sókn
- telur að mörg mörk á HM '94 séu afleiðing þess að mörg lið léku án fríverja og þar með án tryggingar fyrir aftan
- sýndi kafla úr leikjum þýska kvennalandsliðsins á HM '95 í Svíþjóð (pressuvörn)
- fór yfir þróun leikkerfa (WM-kerfi til fríverja) - velja kerfi eftir getu og hæfileikum leikmanna
- fríverji er fyrst og fremst til að styrkja vörnina, í öðru lagi til að taka þátt í sókn (tók dæmi um Beckenbauer/Schwarzenbeck og Buchwald/Berthold/Dubajic)
- pressa á boltamann þarf að vera bæði aftan- og framan frá, þ.e. bæði frá eigin marki og hinu markinu



X

O.

X                      X  
O                              O

- möguleikar gegn 4- manna vörn: skásendingar inn fyrir vörnina
- mikilvægt taktískt atriði í vörn: vera liðfleiri þar sem boltinn er; það þýðir að vörnin verður alltaf að færa sig í átt að boltanum (króa sóknarmanninn af)
- manna vörn er háð hjálp frá miðjumönnum
- nefndi tvo leiki þar sem 4- manna vörn og rangstöðugildra var notuð til að loka svæðum og þ.a.l. varð leikurinn ekki skemmtilegur (Ítalía-Sviss á móti í Sviss '95 og Marseille-AC Milan í úrslitum Evrópubikarsins)
- mikilvægt að leikmenn ráði við stöðuna 1:1!

#### **Kl. 11.45**

##### Karl-Heinz Feldkamp: Alþjóðlegur samanburður á þjálfun og keppni

Eftirfarandi sögðu ráðgjafar Andy Möller við hann (Möller) þegar Feldkamp var þjálfari Eintracht Frankfurt:

"Það má ekki eyðileggja styrkleika ungra leikmanna með því að einblína á veikleikana."

Möller hefur enn þessa veikleika og styrkleikarnir hafa ekki aukist.

Þjálfarar þurfa að hafa kjark til að vinna á veikleikum.

Þjálfarar verða að vera til taks í 10-12 klst. eftir leik fyrir fjölmiðla, annars móðgast þeir.

Ræddi almennt um starf þjálfara erlendis og innanlands.

Þjálfarar verða alltaf að vera reiðubúnir að bregðast við nýjum kröfum og gera nýja hluti.

Trapattoni lagði mikla áherslu á aga og skipulag enda æfa Ítalir mun meira en Þjóðverjar.

#### **Kl. 11.45**

##### Andy Roxburgh: Alþjóðakvattspyrna

### **Árangur í toppkvattspyrnu**

#### **1. Tveir leiðtogar**



Þjálfari og leikmaður (ekki endilega fyrirliði). Mikilvægt að báðir séu sammála um leiðir að markmiði (Parreira og Dunga). Þjálfarinn þarf að vera í toppformi (stökkið hjá van Gaal, þjálfara Ajax í leiknum gegn AC Milan). Spurning til þjálfara: Bíðum við eftir því að leiðtogar komi til okkar eða búum við þá til? Leikmenn eru alltaf að líta í átt að hliðarlínunni í stað þess að líta á leiðtogann á vellinum. Þjálfarar eiga að kenna leiðtoganum æfingarnar og láta hann svo stjórna.

## 2. Jafnvægi í liðinu

- leiðtogi                      Baresi
- markaskorari              Savicevic
- vinnuhestur                      Desally, Maldini
- skapari                      Albertini
- tengiliður                      Boban
- kjölfesta                      Costacurta
- verndari                      markvörður

Ajax er eins og örninn; liðið notar vængina til að ráðast á bráðina og verst bara þegar það þarf.

Í sigurmarki Ajax kom leiðtogi Rijkard þrisvar sinnum við sögu í sókninni. Í sigurmarkinu var Albertini of seinn út úr teignum en AC reynir alltaf að rýma teiginn.

Vandamál AC gegn Ajax var það að markaskorarannt vantaði (Savicevic).

## 3. Góðir vinir

Brasilía - hópefli - ef einn var langt niðri náðu hinir honum upp. Sérfræðingur í hópefli var með liðinu í 2 daga.

náðu í það sem er best get the best  
æfðu rest                      coach the rest  
hentu því sem er pest      throw the pest

## 4. Markmið

Brasilía hafði það markmið að endurvekja goðsögnina um brasilíska búninginn  
Skotar vilja sýna að þeir eru ekki enskir  
Ný lönd vilja sanna tilveru sýna (identity)  
Ajax vildi gera hið ómögulega

## 5. Stöðugleiki

Þjálfari, lið, fjármagn

## 6. Stíll



Jack Charlton hefur ákveðinn stíl en ekki aðlaðandi. Aðalatriðið er að hafa stíl en ekki að hlaupa á eftir öllum tískustraumum

Hollendingar sækja bæði með og án bolta. Þeir æfa eins og þeir spila (þ.e. skipta í 2 lið á 2 mörk á stórum velli). Þeim líður illa án bolta.

1/3 allra marka á HM '94 kom eftir fyrirgjafir og finishing

Brasilía lék 4- manna vörn en með tilfæringum, þ.e. Mauro Silva fór í vörnina eða aftur fyrir hana.

#### ***Pressa:***

- á boltann
- á andstæðinginn
- á svæðið

#### ***Hvers vegna?***

- sálfræðileg pressa
- trufla leik mótherjanna
- ráða hraða leiksins
- þvinga til að gera vitleysur

Englendingar bjóða alltaf hliðina inn á völlinn.

#### ***Hvar?***

- hátt uppi
- á miðjunni
- aftarlega

#### ***Hvenær?***

Jack Charlton segir: landsliðsmenn vilja ekki senda langar sendingar svo hann sendir langar sendingar upp í hornin svo varnarmenn verða að snúa við. Ef þeir senda stutt eru Írarnir mættir

#### ***Hvað?***

- stjórn
- þrek
- einbeiting
- andlegur styrkur
- auðmýkt

#### ***Hvernig á að yfirvinna pressu?***

- yfirvinna rangstöðugildruna

#### **7. Eflast við mótlæti (rebound mentality)**

- á fætur ef illa gengur

#### **8. A set of standards**

- (eins og biluð plata)



## 9. Two armies

- áhorfendur (margir)
- félagið (fáir)

## 10. Nokkur töfrabrögð

- það þarf að hvetja hugmyndaþrifa leikmenn (George Weah)

More creative ways of coaching

Umfram allt: vera framsýnn (forward looking)

### Daniel Jeandupeux: Hugmyndin á bak við 4-manna vörn

x	x	x	x
x	x	x	x
			o.
	x	x	

Sóknarmaður á að fara í mótherjann aftan frá og liðið getur beitt ragnstöðu ef vill.

Tilgangur: beina mótherja á vængina

Ef mótherji er á miðlínu, vrea þá mitt á milli og beina honum inn á völinn. Vera liðfleiri nálægt boltanum.

Leikmenn vilja spila rangstöðu því þeir vilja frekar hlaupa 1-2 m. áfram heldur en 30 m. aftur á bak.

Mjög mikilvægt: leikmenn mega aldrei krossa (nema á hættusvæði).

Algegnar villur:

leikmenn horfa bara á boltann en þeir verða að horfa á mótherjana líka, rétt eins og bílstjóri sem þarf að horfa í baksýnispegilinn

Forsendur: agi og skipulag.

### Verklegt: Daniel Jeandupeux: 4-manna vörn

Æfing 1:

a: 1:1 á línur í reit

b: 2:2 á línur í reit, þ.e. lið A sendir boltann á lið B og helypur á eftir sendingunni til að verjast framarlega

c: 2:2 á 2 mörk með markmönnum (mörkin á vítateig og miðju). Rangstaða eingöngu í fremsta þriðjungi. Æfingin byrjar með útkasti frá markmanni á mótherja.

Æfing 2:

a: 4:10 (vörn liðfærri) á eitt mark með markmanni

b: 7:7 á eitt mark með markmanni

### Erich Rutenmüller: Verklegar æfingar



Varnarleikur:

Markmið: æfa varnarleik í vítateig

Æfing 1:

a: Þrír leikmenn eru á hverju vítateigshorni og markmaður í marki. Einn leikmaður úr öðrum hópnum við endamörkin, sendir boltann á ská yfir í vítateigshornið fjær. Þar tekur fremsti maður við boltanum og leikur í átt að marki. Um leið fer einn leikmaður úr hinum endamarkahópnum af stað og verður varnarmaður þannig að leikið er 1:1 á markið. Leikmenn skipta um hóp eftir hverja sókn. Varnarmaður og markmaður vinna saman þannig að markmaðurinn tekur nærhornið en varnarmaðurinn fjærhornið.

b: sjá a nema nú er leikið 2:2, þ.e. sá sem sendi boltann hleypur á eftir sendingunni og verður varnarmaður og einn leikmaður úr hinum ytri hópnum verður sóknarmaður ásamt þeim sem fékk sendinguna.

Æfing 2:

Leikið er 4:5 (4 varnarmenn gegn 5 sóknarmönnum) í vítateignum. Tveir hlutlausir leikmenn fyrir utan teiginn senda bolta héðan og þaðan inn í teiginn þar sem sóknarmenn eiga að skora.

Æfing 3:

3:3+3 hlutlausir leikmenn utan við teiginn. Leikið er á 2 mörk. Aðeins má skora eftir að þeir hlutlausu hafa komið við boltann.

Æfing 4:

Leikið er 5:5 í vítateignum á eitt stórt mark öðrum megin með markmanni og tvö lítil mörk hinum megin.

Æfing 5:

Leikið er 8:8 (9:9) á 1/2 eða heilum velli með áherslu á skyndisóknir.

Manfred Kupferschmied: Skallabjálfun

Æfing 1:

2 og 2 saman.

- A liggur á bakinu, B stendur fyrir framan hann, kastar boltanum til A sem rís upp og skallar til baka
- A og B skalla boltann sín á milli og fara um leið smám saman niður á hnén

Æfing 2:

4:2 í reit. Þeir sem eru inní skalla til skiptis háa og lága bolta sem hornamennirnir kasta til þeirra.

Æfing 3:

Þrír leikmenn mynda þríhyrning. A sendir boltann til B, B skallar á C, C sendir á A, A skallar á B o.s.frv.



Sá sem fær boltann eftir skalla ákveður hvert skallað er.

Æfing 4:  
Fyrirgjafir

27.6.

Verklegt: Andy Roxburgh: tækni.

Æfing 1: 3 saman í reit.

a: boltinn er á jörðinni í miðjum reit. Leikmenn hlaupa yfir hann og gera ýmsar hreyfingar/gabbhreyfingar yfir boltanum.

b: tveir leikmenn hlaupa að boltanum, annar (leiðtogi) tekur snögga stefnubreytingu og hinn eltir

c: halda bolta á lofti. Sá sem sendir boltann kallar tölu sem viðtakandinn hefur sem snertingafjölda

d: sending á lofti aftur fyrir sig

x	x	x
A	B	C

A kastar á B sem tekur boltann viðstöðulaust á lofti og sendir til C. C grípur boltann og kastar honum til B o.s.frv.

e: sending með hælnum

A		
x		
	xB	
x		
C		

A kastar boltanum til B sem sendir hann til baka með utanverðum hælnum. Næst sendir C boltann á B sem sendir boltann til baka með hinum fætinum.

f: sjá e nema nú er sent til baka með lærinu.

g) A sendir á B, B á C, C á A o.s.frv. Allt í einu sækir sá sem sendi á viðtakandann og hann verður að leika á hann.

h: 1:2, annars eins og g.

i:                   x1

x2		x3
----	--	----



x2

x3

Leikmenn 2 og 3 hlaupa hlið við hlið fáeina metra en fara svo skyndilega til hliðar. Þá sendir leikmaður 1 boltann á 3 sem sendir strax á 2 og svo byrjar æfingin að nýju.

Breyting:

-1 ræður hvorn hann sendir á.

Æfing 2:

Æfing 3:

Leikið er 8:8. Lína er dregin þvert yfir völlinn fyrir framan vítateigana. Liðin verja þá línu. Ef lið B kemur boltanum yfir línuna hjá A (mega þó ekki sjálfir vera farnir yfir línuna áður), er leikið á markið (markmenn í marki).

Æfing 4:

Leikið er 5:5 á vellinum en 1:1 á köntunum á 2 mörk með markmönnum.

Breyting:

-framhjáhlaup leyfð á köntunum

28.6.

Niðurstöður umræðuhópa:

Hópur I:

Einstaklingstaktík í vörn

Það er lögð meiri áhersla á einstaklingstaktík í sókn en varnarleikurinn er þó ekki síður mikilvægur fyrir hópa- og liðstaktík (grundvallaratriði) og eins er mikilvægt að byrja í yngri flokkunum.

Hópur II:

Fjögurra manna vörn

Stutt söguágrip og skilgreining og þróun varnaraðferða í Sviss

Sp.: Hvernig leikur maður sókn gegn 4-manna vörn?





D.J.: 4-manna vörn er varnarkerfi. Styrkur Þjóðverja er: ein-tvær sendingar, svo stungusending. Brasilía getur ekki leikið eins og Englendingar vegna loftslagsins en þrátt fyrir það leika bæði liðin með 4-manna vörn.

Sp.: Leikur maður eins gegn 3-5-2 og 4-4-2?

D.J.: Það er alltaf ákveðin aðlögun en í grundvallaratriðum er hægt að leika eins. Annað hvort leikmenn eða leikkerfi. Ef leikurinn er mikilvægur myndi ég e.t.v. leika öðruvísi ef andsstæðingurinn leikur 3-5-2. Möguleiki er að leika einu sinni til vinstri, aftur til hægri og svo þvert.

Innskot úr sal:

Það versta eru stuttar sendingar inn fyrir vörnina. Framhjáhlaup skapa einnig vandræði. Löng sending á milli bakvarðar miðvarðar skapa rugling.

Sp.: Hver eru megin vandamálín við að kenna og innleiða 4-manna vörn?

D.J.: Breytingin sjálf er vandamál. Það þarf fríverja sem er líka stoppari (miðvörður). 70% af kerfinu koma tiltölulega fljótt en hin 30% er erfiði hluti verksins.

E. Krauzun: Ræddi um vandamál kerfisins í Þýskalandi, hjá Borussia Mönchengladbach, Köln, Dortmund, Lothar Matthäus. Aðlögun að hefð, loftslagi o.s.frv. (Kultur). Miðjan er það mikilvægasta við 4-manna vörn. Sigi Reich sagði við E.K. eftir leik Wolfsburg við B. Gladbach: ég vissi ekkert hvert ég átti að hlaupa, það var allt lokað alls staðar.

Ábending: Vandamálið er að þetta er ekki kennt í yngri flokkunum.

E.K.: Liðið verður að leika sem ein heild og færa sig þannig bæði fram og aftur og til hliðanna. Sá leikmaður sem setur pressu á andstæðinginn er mikilvægur.

Sp.: Er þetta spurning um leikskilning (Spielintelligenz), gerð/tegund leikmanna eða viljastyrk?

D.J.: Maður verður að vera sannfærður. Það er gott ef maður hefur fyrrverandi kantmenn sem útiliggjandi miðjumenn en það er mikil áhætta.

Sp.: Er hægt að leika 4-manna vörn með 3 miðjumenn?

D.J.: Það er hægt. Ef leikin er pressuvörn verður maður af og til að spila rangstöðugildru.

H. Johanson.: Varaði við 4-manna vörn án þess að miðjan sé tekin með í reikninginn. Markmiðið hlýtur að vera að 4-manna vörn þróist og sé sveigjanleg gagnvart öðrum leikkerfum.

4-manna vörn er upprunnin í Englandi

Hópur III:

Hópataktík í vörn

- almennar og sértækar leiðir



- að leika með fríverja þýðir ekki endilega að leikið sé maður á mann
- lesa leikinn
- "sannfæringarvinna"
- æfingar í litlum hópum

28.6.

Gero Bisanz: Samantekt og spá

Mismunandi kerfi og ólík lið kalla á mismunandi kröfur.

Ekki byrja á einhverju sem maður er ekki viss á að sé rétt.

Of lítil áhersla lögð á rangan varnarleik.

Ekki skella ábyrgðinni á liðið ef það tapar eða segja þegar það vinnur: taktíkin gekk upp.

Viljinn er mikilvægur.