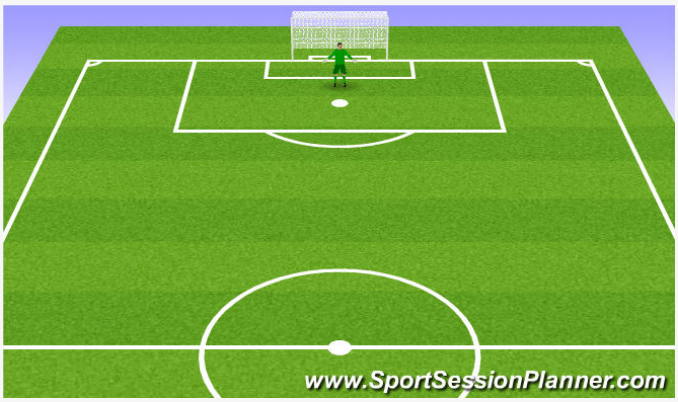
Markmaðurinn



Markmaður

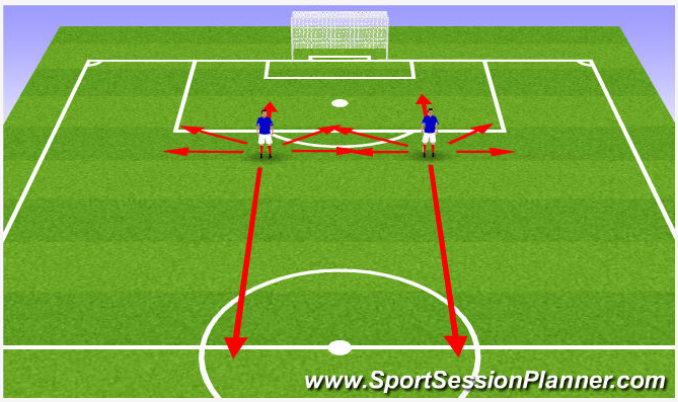
Varnarlega:

Í nútíma fótbolta spilar markmaðurinn æ meira sem fríverji (sweeper) fyrir aftan vörnina sína. Hann er oft sá einstaklingur sem hefur bestu yfirsýnina í leiknum og þarf að geta lesið leikinn og skipað leikmönnum fyrir með markvissum leiðbeiningum. Hann á að láta vel í sér heyra og vera í góðu og nánu samstarfi við varnarmenn liðsins og passa upp á að leikmenn séu á tánum og ekki að gleyma sér. Markmaðurinn lætur vita og segir mönnum að dekka og staðsetja sig rétt. Hans hlutverk er svo fyrst og fremst að reyna að bjarga með því að grípa inn í fyrirgjafir og skot. Markmaður á með tímanum þegar hann hefur þróað sinn leik að vera óhræddur við að láta vel í sér heyra svo enginn misskilningur myndist og engin vafi er á ferð hver eigi að taka boltann. Fullmótaðir markmenn eiga að geta stjórnað varnarvegg og skipað mönnum fyrir að dekka í aukaspyrnum og hornspyrnum og öðrum föstum leikatriðum ef hann sér lausa menn.

Sóknarlega:

Eitt af grundvallaratriðum markmanns sóknarlega er að ýta liðinu strax ofar upp á völlinn og á markmaður sjálfur að stíga ofar að vítateigslínu. Þarna getur hann verið gulls ígildi þegar vörnin er komin framar á völlinn og hjálpað til að sópa upp sem aftasti varnarmaður. Hann á alls ekki að standa bara á línunni því þá er mikið svæði sem myndast til að senda í fyrir andstæðingana þegar vörnin er komin ofarlega á völlinn. Hann þarf oft að vera fljótur að hugsa og koma boltanum í leik með annað hvort kasti eða sparki. Einnig þarf hann að meta hvar séu mestir möguleikar á að koma boltanum í leik og hvort það séu veikleikar hjá andstæðingum okkar, setja boltann út á kant ef góðir skallamenn eru á miðjunni hjá þeim og þess háttar. Loks á að vera hægt að spila til baka á markmann ef þess þarf en passa að gera það ekki undir of mikilli pressu en það getur boðið hættunni heim.

Miðverðir



Miðverðir (hafsentar) gegna ákveðnu leiðtogahlutverki innan liðsins, sérstaklega í varnarleiknum. Þeir þurfa að tala allan leikinn og stjórna varnarleiknum. Passa að þétta vörnina þegar þörf er á og alla jafna ætti ekki að vera meira en 10 m á milli varnarmanna, þ.e. bakvarða og hafsenta. Miðverðirnir stjórna varnarlínunni, með tilliti til rangstöðu og að lesa langar sendingar. Reglan er að ekki þýðir að reyna að spila andstæðinginn rangstæðan nema pressa sé sett á boltamanninn. Hafsentarnir ákveða hvar þeir setja línunna og reyna að stjórna dýptinni með því að halda henni hátt uppi (fyrir framan D – bogan) og passa að falla ekki of langt niður í eigin vítateig. Miðverðirnir þurfa líka að vinna með djúpu miðjumönnunum og passa að bilið milli varnar og miðju sé rétt c.a. 10 til 15 m, bæði varnarlega og þegar liðið sækir. **Þeir þurfa í sameiningu að taka ábyrgð á þeim sóknarmanni andstæðinganna sem staðsetur sig í svæðinu á milli varnar og miðju.**

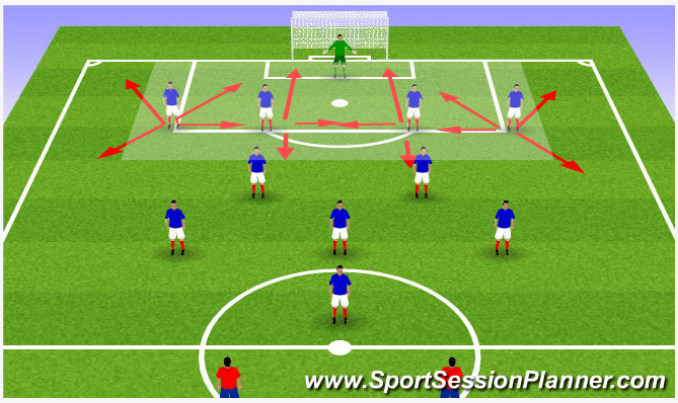
Vörninn í heild þarf að passa helstu hættusvæðin fyrir framan markið og setja pressu á boltann ef andstæðingurinn er kominn í skotfæri.

Varnarmenn skipta líka miklu máli sóknarlega en nútímavarnarmaður hefur í dag betri boltatækni en áður og á auðvelt með að hefja sókn og finna réttu leikmennina. Miðverðirnir reyna að stýra miðjumönnum og láta vita af manni í baki og oft reynir mikið á varnarmennina þegar að róa þarf leikinn og halda bolta innan liðs. Þeirra helsta hlutverk er þó alltaf að koma í veg fyrir að andstæðingar nái að brjóta sér leið í gegnum vörninna með sterkum varnarleik.

Miðverðirnir reyna að spila öruggt út úr vörninni, helst með stuttum sendingum á miðjumennina, en ef þeir eru pressaðir þá sendum við lengri sendingar upp á sóknarlínuna. Það er mikilvægt að varnarmenn séu ákveðnir í sínum aðgerðum, rólegir á boltanum og tali stöðugt sín á milli og við liðsfélaga sína.

Bakverðir

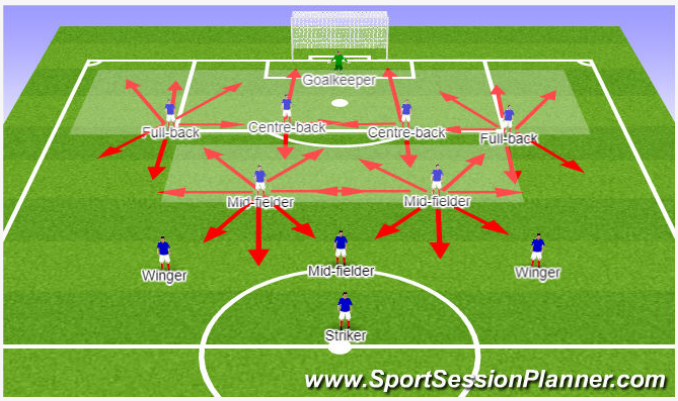
Vörninn í heild þarf að passa helstu hættusvæðin fyrir framan markið og setja pressu á boltann ef andstæðingurinn er kominn í skotfæri. Ef andstæðingurinn sækir upp kantinn verður bakvörðurinn sem er nær boltanum að velja hvort hann fari út á kanntinn til að setja pressu á boltamanninn eða hvort hann fellur til baka til að dekka á svæðinu fyrir framan nærstöngina. Hann bregst við skipun hafsentsins um að fara í boltamanninn. Miðverðirnir fylgjast með hreyfingum sóknarmanna andstæðingsins inn í teiginn og fylgja hlaupum sentersins á nærstöngina og vængmannsins á fjærstöngina.



Miðjumennirnir og framherjar

Annar varnarsinnuðu miðjumannanna á að falla til baka inn í teiginn til að dekka upp ef boltinn kemur til baka af vörninni og ef miðjumaður andstæðinganna fylgir inní. Þá er hann líka vel staðsettur til að ná frákasti og hefja skyndisókn.

Megin reglan í varnarleik 4 öftustu manna í opnum leik er að taka ekki áhættu í varnarleiknum og dekka sinn mann markmegin. Hver og ein spilar ákveðna svæðisvörn á okkar vallarhelmingi, þannig að sóknarmenn andstæðinganna séu settir strax undir pressu af varnar- og miðjumönnum okkar. Við förum ekki of hátt upp á völlinn með varnarlínuna þegar andstæðingurinn er með boltann, því þá verður of stórt svæði fyrir aftan vörnina sem hægt er að spila í og við gætum lent í vandræðum með fljóta sóknarmenn. Varnarsinnuðu miðjumennirnir tveir verða í samvinnu við 4 öftustu að passa upp á að ekki myndist of stórt svæði á milli varnar og miðju.



Hlutverk 4 fremstu manna er að setja pressu framar á vellinum, helst í námunda við vítateig andstæðinganna. Reyna að loka sendingaleiðum og neyða fram langar sendingar. Ef boltanum er spilað út á kant reynum við að skapa yfirtölu í kringum boltamanninn og vinna boltann. Þá er mikilvægt að liðið í heild dekki upp þá leikmenn sem eru næst boltanum, en skilji frekar eftir þá sem eru staðsettir fjærst hverju sinni. Þannig færa bakverðir og kantmenn sig inn á völlinn til að bakdekka fyrir þá leikmenn sem eru að pikka upp lausa menn í kringum boltamann andstæðinganna.

<u>Í varnarstöðu hefur liðið tvo kosti:</u>

1. Að pressa hátt uppi á vellinum, jafnvel að setja pressu á markmann andstæðinganna eða eftir að hann hefur gefið fyrstu sendingu á annan hafsentanna.

2. Sem gott skyndisóknarlið með fljóta framherja og kantmenn hentar okkur vel á ákveðnum tímapunkti í leiknum að liggja til baka á miðjusvæðinu og bíða eftir að andstæðingurinn komi. Þá skapast svæði hærra á vellinum sem við getum nýtt okkur þegar við vinnum boltann.

Hápressa

<u>Pressuvörn:</u>

Megin markmiðið með hápressu er að draga úr tíma og plássi sem andstæðingurinn hefur með boltann. Til þess að þessi varnaraðferð gangi upp þurfa allir leikmenn okkar að spila á háu tempói og vera meðvitaðir um hvernig þeir eiga að hreyfa sig í takt við samherja sína (heildina). Það er ekki nóg að hlaupa hratt á milli leikmanna, við verðum líka að vera fljót að lesa leik andstæðingsins.

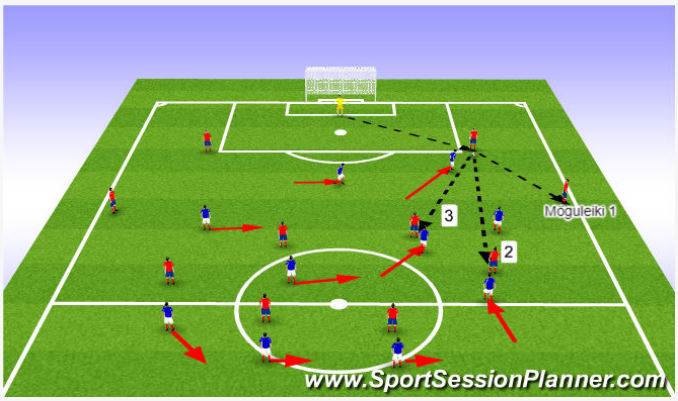
Við reynum að stýra leik andstæðingsins út að hliðarlínu þar sem sendingamöguleikarnir eru færri. Þegar sú staða kemur upp að boltinn er hjá bakverði, kantmanni eða öðrum leikmanni andstæðinganna úti við hliðarlínu setjum við pressu á hann til að takmarka tíma og pláss. Allir leikmenn andstæðingsins sem eru í stöðu til að fá sendingu eru dekkaðir stíft og ef mögulegt þá

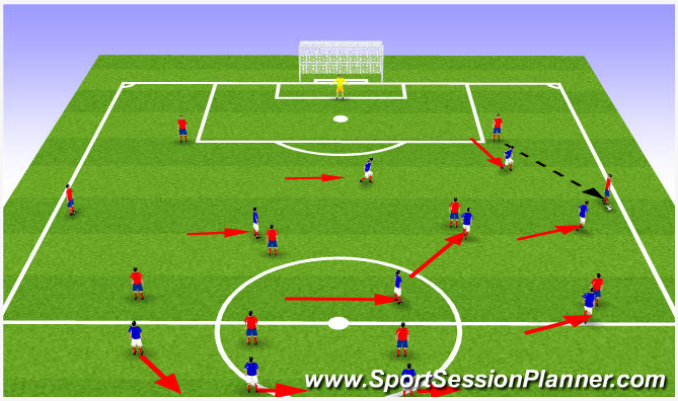
reynum við að ná yfirtöluá svæðinu í kringum boltann. Ef ekki er mögulegt að dekka allar sendingaleiðir þá skiljum við eftir þann möguleika sem skapar minnsta hættu fyrir okkur, þ.e. sendingu til baka.

Myndin hér að ofan sýnir varnarstöðu liðsins þegar markmaður andstæðinganna er með boltann. Þessi grunnstaða breytist ekki að ráði þó svo að leikfræðileg uppstilling mótherja sé mismunandi (442 eða 4231)

Boltanum stýrt út að hliðarlínu

Þegar markvörðurinn hefur gefið boltann út á annan hafsentinn þurfum við að koma í veg fyrir að hægt sé að spila honum inn í miðsvæðið og þvinga hann þess í stað til að senda út að hliðarlínunni á bakvörðinn. Með því að loka möguleikum 2 og 3 er hafsentinn tilneyddur til að gefa út að hliðarlínu og þá er mikilvægt að liðið bregðist við og vinni saman að því að setja pressu og vinna boltann.



Boltinn unninn

Um leið og bakvörðurinn fær boltann setur kantmaðurinn okkar pressu á hann og allir aðrir sendingamöguleikar eiga að vera dekkaðir!! Markmiðið er að vinna boltann og því þarf að loka öllum möguleikum í kringum boltamanninn og ná yfirtölu á svæðinu í kringum boltann.