

TRÉNINK

TRENDY SVĚTOVÉHO FOTBALU VE VÝCHOVĚ ČECHŮ – II. DÍL

SERIÁL O PŘÍPRAVĚ MLÁDEŽE VE SPOLUPRÁCI S FAČR

ILUSTRAČNÍ FOTO: ONDŘEJ HANUŠ

V minulém vydání se ANTONÍN PLACHÝ podíval na souvislosti dětského fotbalu s vrcholovým fotbalem a trendy z něj vycházející, zvláště z posledních let Ligy mistrů. V rozsáhlém tématu teď vedoucí trenérsko-metodického úseku FAČR pokračuje.

Vraťme se ke zvyšujícímu se počtu gólů v Lize mistrů. Bývalý trenér Alex Ferguson říká, že je to stoupající kvalitou hráčů na pozicích útočníků, další slavní koučové vidí obrovský význam v síle hráčů na krajích, a to i obránců. Dostávají se i k významu prvního gólu v zápase, který znamená psychickou pohodu i snazší dodržení hlavního taktického plánu. Během poledních několika sezon tým, který vstřelil první gól, vyhrál v 70 % případů i celý zápas. Ferguson vidí souvislost s tím, jak jsou hráči více schopní držet míč. Vlastně už soupeře nemusí pustit do hry a mohou kontrolovat hru držením míče. Tím stoupá zase význam presinku pro bránící týmy, protože když chcete dát gól, musíte získat míč. Tým, který se tomuto tématu nevěnuje, jednoznačně omezuje rejstřík možností, jak vyhrát utkání. Takových týmů je však už zřejmě jen minimálně.

PSYCHOLOGICKÝ BOJ

Otázka je spíš to, jak je trénink presinku pojímán, zda spíše jako kondiční, nebo spíše jako taktická záležitost. **Pokud hráči nechápou výhody správného postavení v každé situaci a není s nimi stále probíráno, jak situace vidí a jak se v nich chovají, pak se presink mnohdy rozsypává na jednotlivě běhající hráče, nebo nedostatečně připravené situace, kdy je napadající hráč v souboji pozdě, protože své postavení již předem nepřipravoval.** V tomto případě je to mnohem kondičně náročnější, než když hráči chápou, co dělat a na tréninku to s trenéry řeší jak u videa, tak v praxi.

Držení míče je silná psychologická zbraň. Je to jediný moment, kdy nemůžeme dostat gól a můžeme při tom odpočívat. Hledáme příležitosti, jak se dostat k nacvičovaným schematickým akcím. Je to jistě i pro psychiku mnohem lepší situace, než míč nemít. Jde o to mít psychickou zbraň v ruce, kdy soupeře, který chce mít míč, který je zvyklý hrát s míčem, tak ho dostáváme do nepohody. Vytváříme si tedy prostor pro nacvičené situace záběhu za obranu na průnikové přihrávky nebo tam, kde již můžeme přejít 1na1 do volného prostoru k zakončení.

Je to držení herního stylu proti soupeři, který je obdobně silný a my mu neumožňujeme „jeho hru". Nutíme ho do hry, kterou běžně nedělá. Tedy psychologický boj. Psychologie pojmenovává situaci, kdy chcete něco dělat a nemůžete, protože vám v tom někdo či něco jiného brání, jako frustraci. V tomto stavu je hráč schopen zareagovat zkratkovitě, nakopat protihráči, „vytéct" nervově a nebýt tak v pohodě i pro chvíle, kdy má míč.

Lze to využívat v našich končinách proti stejně silným soupeřům. Jestliže chceme hrát na držení míče, je třeba si říci, že je zde kvalita prvních doteků s míčem a první přihrávky, a musíme trénovat onen první dotek a kontrolu prostoru kolem sebe. Je tu také realita tréninku směrem k utkání, kde se potřebujeme posouvat k brance soupeře, nejde tedy jen o bezesměrná baga, ale o baga se směrem pohybu. **Třeba jen na několik přihrávek s vyjetím do situace 2na1, jak je vidět na videu přípravek U11 Manchesteru United, hráči se tedy učí hledat i prostor, kam se chtějí dostat, a opakovaně se do těch situací dostávají znovu a znovu.** (Viz video Hry a cvičení pro starší přípravky *http://fotbal.tvcom.cz/SportTv/Metodicka-videa/*) Jde ale již o desetileté kluky, nikoliv o osmileté, a nechtějme, aby schopnost hrát na jeden na dva doteky byla doménou tréninku přípravek. Ani děti na videu nejsou tlačené hrát na jeden dva doteky. Mají však hrát rychle a kvalitně a samy







si rozhodují, kolik doteků použijí, aby vyzrály na soupeře, který brání naplno.

PĚT BODŮ...

Musíme či můžeme hrát fotbal s perfektním držením míče, pokud nemáme kvalitně připravené hráče od dětství? **Pokud je budeme mít dobře připravené, pak můžeme proti sobě rovným soupeřům využívat tuto psychologickou zbraň. Pokud je zatím nemáme, musíme přemýšlet, jak nyní budeme hrát jinak. Již teď je připravujeme na budoucnost za 8-10 let přechodem na malá hřiště. Druhým, ještě významnějším krokem je směřovat vědomí hráčů, trenérů, rodičů a možná hlavně majitelů klubů o tom, co je důležité v jakém věku.**

V profi fotbale musíme (podle Rudbaeka) myslet při tréninku jako přípravě na utkání na pět bodů:

- Jak znovu získat míč (okamžitý presink – až následně stažení a zóna)
- Rychlý přechod do protiútoku
- Využít držení míče a zkusit rychle přejít do automatizovaných náběhů do odkrytých prostor
- Držení míče a hra na to mít jej co nejdéle (třeba když vedeme nebo je to nerozhodně)
- Unavit soupeře fyzicky a zejména psychicky tím, že držíme míč

Vraťme se k analýze Ligy mistrů, kde během posledních patnácti minut padá hodně gólů. Kouč Realu Madrid Carlo Ancelotti vidí velký význam únavy, a tím i menší koncentraci. Ferguson mluví i o charakteru a rozhodnosti hráčů – a že se ji snaží hráče učit a rozvíjet. Ale nezáleží to prý zdaleka jen na taktice a vše prý přebíjí charakter. Udělat na konci 100% práci, rovná se síla vůle. Přesto to souvisí i s kondicí. Ferguson říká, že nečeká s nasazováním hráčů do základní sestavy týmu, až přijde únava hvězd, ale využívá rotaci od začátku sezony a základní sestava na každé utkání krystalizuje až těsně před zápasem. Proto prý nezačínají pro United sezony úplně ideálně, ale pokud máte více než třicetileté hráče, je pro ně hrát pět zápasů během dvou týdnů příliš. Tyto týmy hrají až 80 utkání za rok. Můžeme mluvit o souvislostech počtu utkání v našich podmínkách i stylu hry.

Je jasné, že naše týmy hrají aktuálně jiný fotbal v naší soutěži, než se kterým se konfrontují v Evropě. Ale i bohatší týmy, které hrají Ligu mistrů, v ní mají držení míče okolo 50 % a v domácích ligách mají podstatně více. Kvalita lig je tedy jiná a hraje se jiný fotbal. Odlišná situace je samozřejmě u zemí jako Německo či Anglie. Plyne z toho možný závěr, že pokud chceme hrát na reprezentační úrovni důstojnou roli, potřebujeme mít hráče ve vyspělých bohatých soutěžích, ať již národních či evropských. **Souvislost s hráčskou kvalitou nás opět vrací ke kvalitě práce v přípravkách, široké konkurenci a zkušenostem z mezinárodních utkání již v dětském věku. Pak pro hráče není setkání s jiným národem stresovou situací a dovednosti, které předvádí v „běžných" zápasech, se nerozpadají pod tlakem vědomí, že teď hrajeme proti Němcům, Angličanům... Tak se od dětství systematicky pracuje na vytváření psychické odolnosti nebo se spíše posouvá práh do podstatně vyšších sfér. Samozřejmě je velmi významné, když hráči komunikují v cizím jazyce a necítí se tedy v zahraničí bezbranní. I zde se ukazuje význam spolupráce s rodiči a školou a přístup kouče jako člověka, který rozvíjí celou osobnost hráče již v dětském věku.**

Při pohledu na to, co se vždy ukazuje jako první, tedy základní rozestavení, lze říci, že čtyři týmy ze šestnácti hrají na dva útočníky. Ancelotti říká, že když máte hráče jako Mandžukič či Müller, je možné hrát na jednoho a dotahovat se pod hroty a záložníky. Angličan Roy Hodgson zase vidí jejich možnou osamocenost. Bosna a Hercegovina se kvalifikovala na MS, protože má na hrotu dva útočníky, kteří velmi dobře spolupracují. Karel Brückner říkal, že není důležité, kolik je útočníků, ale co se děje pod nimi, kolik hráčů se dostává do zakončení a jak jsou schopní to dělat. Mají snad útočníci na hrotu dělat hlavně „nabíječe" těm, kdo se dotahují z druhé vlny? Němec Ottmar Hitzfeld k tomu říká, že je vždy potřeba stavět na typologii hráčů, nikoliv na přání kouče. V Česku je zase velká souvislost s tím, koho dokážeme vychovat, protože u týmů z Ligy mistrů je to o nákupu. Ale i u nás můžeme či musíme pracovat s tím, zda dokážeme přivést do ligového týmu jednoho hrotového hráče typu Bonyho Wilfrieda. Pokud podhrotové a krajní tahové hráče máme z vlastních zdrojů, může takový hráč kompletně řešit jak rozestavení, tak i taktiku, například pro rozestavení 4-2-3-1 nebo 4-3-3.

PRÁCE PRO TÝM

Trend jednoho útočníka je zřejmý a přináší to i problém, že špičkoví hrotoví útočníci sedí často na lavičce. Jsou tu i další souvislosti s výchovou. Třeba Müller nemusí hrát v Bayernu na hrotu a je jasně vidět, že když máte několik „útočníků", tak je naučíte podhrotové pozice snáze a máte tam hráče, kteří jsou vychováni jako střelci a v nejdůležitějším území se umí dobře orientovat. Velmi podobně mluví i Ferguson. Nesmí se ale nikdy zapomínat na práci pro tým. Vzpomeňme na situaci, kdy Hitzfeld „vyndal" Robbena, protože nechtěl pomáhat. Pět zápasů seděl, a zdá se, že pak se to otočilo. Podobné to bylo s hrou Ribéryho v loňské sezoně Ligy mistrů a letos již pracoval i v obranné fázi s týmem mnohem více. Hráči, kteří dovedou přejít přes protihráče, budou vždy žádaní, ale stále více od nich bude požadována i týmovost.

Arséne Wenger z Arsenalu vidí obrovský význam toho, jak hráči vedou míč a jsou schopni hrát 1na1. **Opakujme nahlas a důrazně vysvětlujme důvody, proč a zda je pro nás u dětí v přípravkách priorita spíše kombinační hra, nebo raději umění přejít přes hráče, zrychlit, poradit si a řešit samostatně situace. Kam chceme posunout za deset let náš fotbal a naše hráče a jestli budeme schopni konkurovat. Výchovou proti penězům. Znamená to tedy podstatně větší důraz na kvalitu našich trenérů, a to zejména v dětských kategoriích. Nebo chceme v dětských kategoriích učit barcelonský fotbal A-týmu plný přihrávek na malém prostoru bez obcházení, bez přímočarosti, nebo jen s občasným využitím těchto jevů?** Jenže hráči Barcelony umějí velmi dobře tyto základní činnosti a v přípravných kombinacích čekají na záběhové situace. Naproti tomu Robben, Ribéry, Hazard, Neymar, Messi atd. jsou nejpřínosnější v tom, že přejdou přes hráče či přes dva a vytvoří přečíslení. **Zároveň se trochu podívejme a zvažme, jestli posouváme a budeme posouvat vždy spíše technicky vyspělé a rychlostně zdatné hráče, kteří častěji hrají v dětských letech na pozicích níže v poli, nebo zda je to spíše naopak. Je větší šance naučit útočného hráče bránit a plnit úkoly, když jde o profesionální fotbal, nebo spíše z hráčů vychovávaných na obránce uděláme míčově vyspělé hráče až v dospělosti?** Přemýšlejme, kam chceme jít a co pro to děláme už teď! ■