

# پپ گواردیولا

۸۸ تمرین

ترکیبی تهاجمی و  
طرحهای استقرار بازی  
از جلسات تمرینی  
پپ گواردیولا

جلد ۱

مترجم : محمد احمدی مقدم

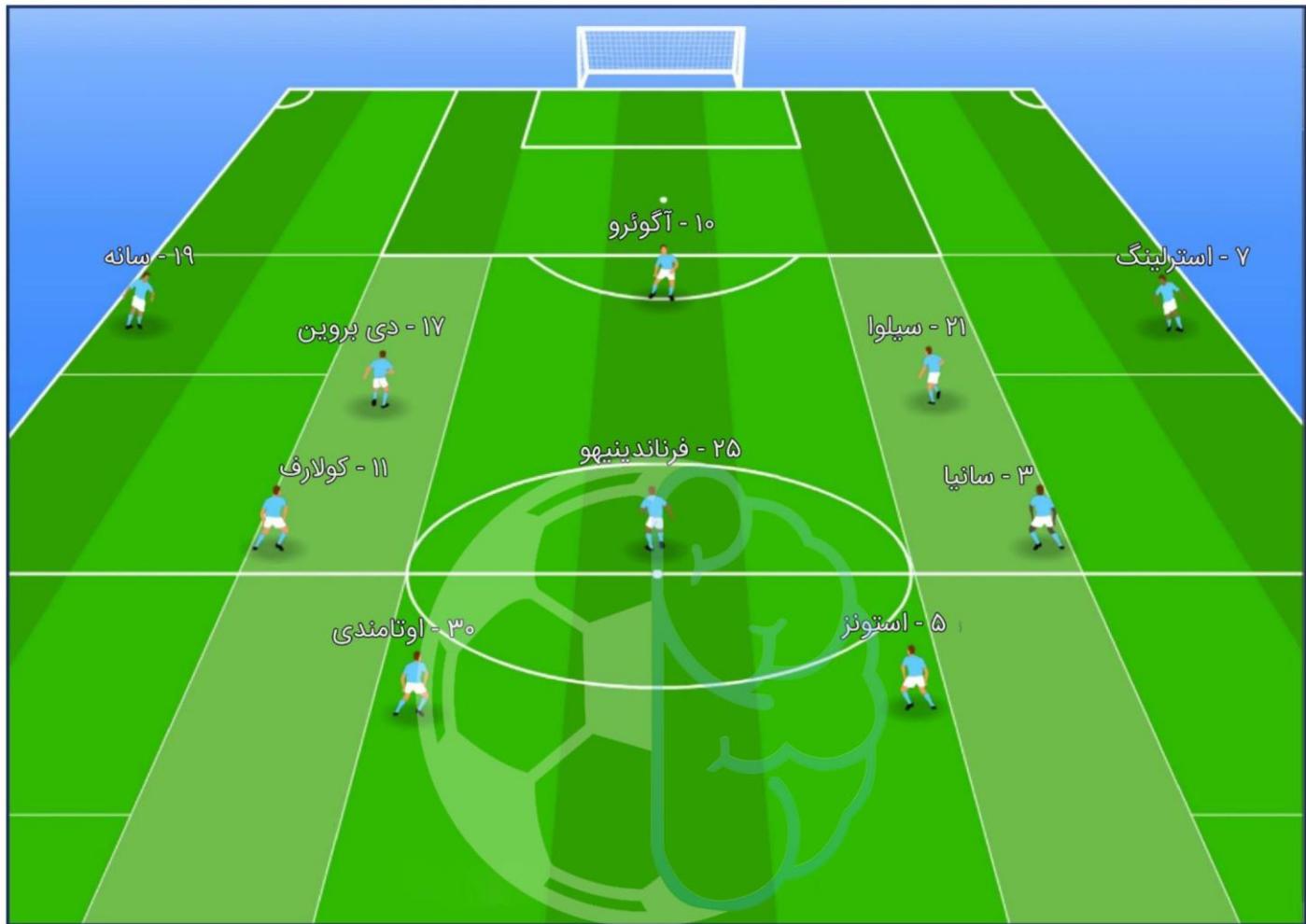
## ترکیب ۴-۳-۳ تیم فوتبال منچستر سیتی



- ۱۰ - آگوئرو : هافبک تهاجمی متمایل به چپ
- ۱۱ - کولارف : مدافع چپ
- ۱۷ - دی بریون : هافبک تهاجمی متمایل به راست
- ۲۰ - استرلینگ : وینگر راست
- ۲۱ - سیلووا : هافبک تهاجمی متمایل به راست
- ۲۵ - فرناندینیهو : هافبک تهاجمی متمایل به چپ
- ۳۰ - کولارف : مدافع میانی
- ۳ - سانیا : مدافع راست

برگرفته شده از: جلسات تمرینی منچستر سیتی پیپ گواردیولا، در کمپ تمرینی اتحاد شهر منچستر - ۲۱ تیر ۱۳۹۶

## ترکیب تهاجمی ۲-۳-۲ منچستر سیتی (۴-۳-۲)



تا مدافعين حریف را در آن فضاهای مشغول نگه دارند ، فضای عرضی بین بازیکنان حریف افزایش پیدا کرده تا اجازه دریافت توپ و فعالیت را برای هم تیمیها فراهم کنند.

دو مدافع میانی (استونس ۵ و اوتماندی ۳۰) با هافبک دفاعی و یا دو مدافع کناری که و سط جمع شده اند بازی میکنند. سپس آنها توپ را یا به جلو انتقال داده و یا به هافبکهای تهاجمی (دی بروین ۱۷ و سیلوا ۲۱) میرسانند.

وینگرهای (استرلینگ ۷ و سانه ۱۹) ، تنها در مرحله انتهایی فاز حمله و دریافت توپهای پشت خط دفاع فعال خواهند بود. هر دوی این بازیکنها در دریافت توپهای پشت خط دفاع ، تمام کنندگی و ارسال سانترهای کوتاه تعیین کننده هستند.

- در لحظه حمله ، آرایش تیم پی پی گواردیولا منچسترسیتی به شکل تهاجمی ۲-۳-۲ تغییر میکند که باعث ایجاد ۴ خط برای انتقال توپ در سراسر زمین میشود.

- این تغییر سیستم به مدافعين کناری اجازه میدهد تا به میانه جمع شوند و فضای میانه زمین را بیشتر اشغال کنند. (در صفحات بعدی به جزییات بیشتری خواهیم پرداخت)

- در این سیستم ۲-۳-۲ ، هافبک دفاعی (فرناندینهو ۲۵) بدون نیاز به پوشش دادن فضاهای در چپ و راست ، در موقعیت میانی خود باقی میماند.

- وینگرها (استرلینگ ۷ و سانه ۱۹) در کناره ها باقی میمانند

**برگرفته شده از :** جلسات تمرینی منچسترسیتی پی پی گواردیولا، در کمپ تمرینی اتحاد شهر منچستر - ۲۱ تیر ۱۳۹۶

## نحوه استقرار و دریافت توب در میانه زمین در سیستم ۳-۳-۴



در این تصویر نمونه، منچستر سیتی از سیستم ۳-۴-۳ استفاده کرده است و مدافع راست (سانیا ۳) به هافبک دفاعی (فرناندینیه) پاس میدهد، سپس او با هافبک تهاجمی (دی بروین ۱۷) در محدوده فضایی که مشاهده میکنید بازی میکند.

در این محدوده (دی بروین ۱۷) دارای گزینه های برقراری ارتباط است. به عنوان مثال در تصویر، او به جلو پا به توب میشود و از بین مدافعین حریف به وینگر چپ (سانیا ۱۹) پاس ارسال میکند.

- اگر در لحظه حمله، هافبکهای منچستر سیتی بدون یارگیر در میانه زمین موفق به دریافت توب شوند و توانایی چرخش را داشتهند، تلاش میکنند تا عمق حریف را نشانه بگیرند.

- پ گواردیولا از بازیکنان وینگر (۱۹ و ۷) میخواهد، در گوشها باقی بمانند تا عرض خط دفاع حریف را افزایش داده و فضا برای مانور هافبکهای تهاجمی در یک سوم میانه فراهم شود.

- همچنین او میخواهد یکی از مدافعین کناریش به داخل جمع شود (به عنوان مثال در تصویر سانیا ۳) تا در میانه زمین دریافت توب و مشارکت بیشتری در بازیسازی داشته باشد.

**برگفته شده از:** جلسات تمرینی منچستر سیتی پ پ گواردیولا، در کمپ تمرینی اتحاد شهر منچستر - ۲۱ تیر ۱۳۹۶

## راه اندازی تمرینات پپ گواردیولا (جمع شدن مدافعین کناری به میانه زمین)



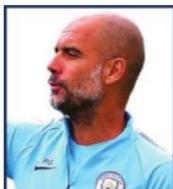
در هر موقعیت (بخش از زمین) دو بازیکن مستقر شده اند (۱ بازیکن آبی و ۱ بازیکن زرد)، که نشان دهنده ۲ تیم ۱۰ نفره میباشد.

- تصویر بالا نحوه راه اندازی تمرینات، برای آموزش طرحهای جایگیری در سیستم ۴-۳-۳ همراه با جمع شدن مدافعین کناری را به ما نشان میدهد.

- ضمون آنکه در هر دو سمت، مریبان با توپهایی در نزدیکشان مستقر هستند. این دو مریبی آماده ار سال پاس به مدافعین میانی هستند تا طرح بازیسازی آغاز شود.

- همچنین ۶ آدمک در یک خط و در جلو محوطه جریمه، همانند تصویر سازماندهی شده است.

**برگرفته شده از:** جلسات تمرینی منچستریتی پپ گواردیولا، در کمپ تمرینی اتحاد شهر منچستر - ۲۱ تیر ۱۳۹۶



### ۳ - پاس به هافبک تهاجمی در "کanal کناری میانی" ، پا به توپ شدن به داخل و بازی با وینگر در فضای پشت مدافعین حریف



۱. مدافع میانی (۵) به مدافع میانی که به داخل جمع شده است (۳) پاس میدهد.
۲. مدافع راست (۳) به هافبک دفاعی (۲۵) پاس میدهد.
۳. هافبک تدافعی (۲۵) با پاسی مورب هافبک تهاجمی (۱۷) در کanal کناری میانی را صاحب توپ میکند.
۴. هافبک تهاجمی (۱۷) به جلو پا به توپ میشود.
۵. هافبک تهاجمی (۱۷) به پشت خط مدافعین حریف و در مسیر وینگر چپ (۱۹) پاس ارسال میکند.

**برگرفته شده از:** جلسات تمرینی منچستریتی پپ گواردیولا، در کمپ تمرینی اتحاد شهر منچستر - ۲۱ تیر ۱۳۹۶