

به نام خداوند جان و خرد

تاک تاک

آموزش تکنیک‌های فوتبالی پپ با بهره‌گیری از روش دوره‌بندی تاکتیکی

نویسنده

پدرو مندونکا

مترجم

حمیدرضا قلی‌زاده

مهندس سیمیا

دکتر بهزاد نوشی

نشر توپ



۱۳۹۸

نام کتاب: تاک تاک:

آموزش تکنیک‌های فوتبالی پپ با بهره‌گیری از روش دوره بندی تاکتیکی

مترجم: حمیدرضا قلی‌زاده - مهشید سیمیاب - دکتر بهزاد نوشادی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۵۰-۸۹-۸

ناشر: انتشارات توپ

صفحه آرای و حروف چینی: ذوالفقار برزگر

طراح جلد: علی عشقی

نوبت چاپ: چاپ اول / ۱۳۹۸

شمارگان: ۲۰۰ جلد قیمت: ۳۰۰۰۰۰ ریال

مرکز پخش میدار انترپ - روبروی دانشگاه تهران - ساختمان جیبی - فروشگاه فجر ۶۶۴۱۴۱۰۹

قیمت: ۳۰۰۰۰۰ ریال

کلید حرفی برای ناشر محفوظ است.



سرشناسه

عنوان و نام پدیدآورنده

: قلی‌زده، حمیدرضا - مترجم

: تاک تاک: آموزش تکنیک‌های فوتبالی پپ با بهره‌گیری از روش دوره بندی تاکتیکی / نویسنده پدرو مندونکا؛ مترجم حمیدرضا قلی‌زاده، مهشید سیمیاب، بهزاد نوشادی.

مشخصات نشر

: تهران: نشر توپ، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری

: ۱۱۶ ص.

شابک

: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۵۰-۸۹-۸

وضعیت فهرست نویسی

: فیا

شناسه افزوده

: سیمیاب، مهشید - مترجم

شناسه افزوده

: نوشادی، بهزاد - مترجم

رده‌بندی کنگره

: GV۹۴۲/۷

رده‌بندی دیویی

: ۷۹۶/۳۳۴۰۹۲

شماره کتابشناسی ملی

: ۶۱۰۲۳۲۳

فهرست

۶	مقدمه نویسنده.....
۷	مقدمه مترجم.....
۸	ایده‌های پپ.....
۱۳	سبک بازی یا گیم مدل پپ گواردیولا.....
۱۳	سازماندهی حمله.....
۴۲	تغییر حالت به دفاع.....
۴۵	سازمان دهی دفاعی.....
۵۷	تغییر از حالت دفاعی به حمله.....
۶۱	الگوی ریخت شناسی دوره پیش از بازی.....
۶۲	یکشنبه - یک دست بازی.....
۶۲	دوشنبه - روز استراحت.....
۶۲	سه شنبه.....
۷۰	چهارشنبه - روز اجرای اصول فرعی و اصول فرعی فرعی همراه با افزایش کشش انقباض عضلانی.....
۷۸	پنجشنبه - روز اصول کلی و اصول فرعی همراه با افزایش مدت زمان انقباض عضلانی.....
۸۵	جمعه - روز اصول فرعی و اصول فرعی فرعی همراه با افزایش سرعت انقباض عضلانی.....
۹۲	شنبه روز پیش از فعالسازی.....
۹۷	سخن آخر.....
۹۸	پیوست: اصول بازی پوزیسیونی (موقعیتی).....

مقدمه نویسنده

در دنیای فوتبال، پپ گواردیولا، به عنوان مربی که برای تیمش بهترین طرح‌ها را برنامه‌ریزی می‌کند تا بازی تهاجمی و با کیفیت از لحاظ زیبایی شناختی همراه با نتایج عالی ارائه دهند، مطرح است.

با این همه من با مطالعه شیوه‌های آموزشی وی در بارسلونا و بایرن مونیخ، متقاعد شده‌ام که رویکرد سازمان یافته‌ای که کادر تکنیکی وی برای پیاده کردن ایده‌های او به کار می‌برد، واقعاً نبوغ وی را منعکس نمی‌کند.

به عقیده من دوره بندی تاکتیکی (Tactical periodization) روش شناسی متناسب و در خوری برای پیاده کردن ایده‌های پپ می‌باشد که من قصد دارم در این کتاب به آن بپردازم. به منظور درک تفکرهای آموزش پیشرفته که در اینجا مطرح شده‌اند، لازم است اصول دوره‌بندی تاکتیکی را که به تفصیل در کتاب قبلی خود به آن پرداخته‌ایم، به یاد آورید.

من در این کتاب ایده‌های من را همانگونه که از کتاب‌های بالاکو (Balague) (۲۰۱۲) و پرارنائو (۲۰۱۴) استنباط کرده‌ام، شرح و تصویر خواهم کرد. متعاقباً به طبقه‌بندی سبک بازی وی (game model) می‌پردازم و در آخر الگوی مورفوسیکل (Morphocycle) را نشان خواهم داد که در آن اصول دوره‌بندی تاکتیکی برای پیاده کردن سبک بازی پپ همچون اهرمی عمل می‌کند.