



مارچلو پیلسا

مربیگری بازی سازی در مقابل تیم های با پرس شدید

نویسنده

آلناسیوس ترزیس

مترجمین:

دکتر بهزاد نوشادی

مربی بدنساز تیم های ملی فوتبال، فوتبال ساحلی و تیم های لیگ برتری

مولف و مترجم بیش از ۶۵ کتب ورزشی

مدرس و مربی علم تمرین

حمید حسینی

رئیس دپارتمان استعدادیابی و آموزش هیئت فوتبال استان تهران

مدرك مربیگری A کنفدراسیون فوتبال آسیا AFC

وحید حسینی

مربی و آنالیزور رده های پایه استقلال تهران

مدرك مربیگری B کنفدراسیون فوتبال آسیا AFC

نام کتاب: مارچلو بیلسا (مربیگری بازی سازی در مقابل تیم های با پرس شدید)

نویسنده: آتاناسیوس ترزیس

مترجمین: دکتر بهزاد نوشادی - حمید حسینی - وحید حسینی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۱۷-۴۹-۴

ناشر: انتشارات توپ

صفحه آرا: نسیم امیری

نوبت چاپ: چاپ اول

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

مرکز پخش: میدان انقلاب - روبروی دانشگاه تهران - ساختمان جیبی - فروشگاه فجر ۹۶۴۱۴۱۰۹



قیمت: ۹۰۰۰۰۰ ریال
کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.



www.ketab.ir

سرشناسه	ترزیس، آتاناسیوس - Terzis, Athanasios
عنوان و نام پدیدآور	مارچلو بیلسا: مربیگری بازی سازی در مقابل تیم های با پرس شدید / نویسنده آتاناسیوس ترزیس؛ مترجمین بهزاد نوشادی، حمید حسینی، وحید حسینی.
مشخصات نشر	تهران: نشر توپ، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۱۶۴ ص: مصور.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۷۴۱۷-۴۹-۴
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: Marcelo Bielsa: Coaching build up play against high pressing teams
عنوان دیگر	مربیگری بازی سازی در مقابل تیم های با پرس شدید.
موضوع	بیلسا، مارسلو، ۱۹۵۵-م. - 1955- Bielsa, Marcelo
موضوع	مربیان فوتبال - آرژانتین -- Argentina Soccer coaches
شناسه افزوده	نوشادی، بهزاد، مترجم
شناسه افزوده	حسینی، حمید، مترجم
رده بندی کنگره	حسینی، وحید، مترجم
رده بندی دیویی	GV ۹۴۲/۷
شماره کتابشناسی ملی	۷۹۶/۳۳۴-۹۲
اطلاعات رکورد کتابشناسی	۸۷۴۱۴۶۲
	فیا

مارچلو بیلسا و فلسفه مربیگری او همواره الگوی مربیان بزرگ و موفق حال حاضر فوتبال بوده است. بیلسا در این کتاب به چگونگی بازی سازی یک تیم از عقب زمین در مقابل تیم هایی که با پرس شدید و بالا بازی می کنند، پرداخته است.

تجزیه و تحلیل موقعیت های مختلف که یک مربی فوتبال با به کارگیری سیستم های بازی مارچلو بیلسا، در طول یک مسابقه با آن روبه رو می شود و در ادامه آن ارائه جلسات تمرین که خود شامل مراحل مختلف تمرین می باشد که از دل موقعیت های پیش آمده در زمین فوتبال بیرون آمده اند از نکات ارزشمند این کتاب است.

با مطالعه کتاب پیش رو نه تنها از نکات فنی و تاکتیکی کتاب بهره خواهیم برد بلکه با فلسفه و نگاهی نوآورانه به بازی فوتبال از دید یک الگوی بزرگ مربی گری همچون مارچلو بیلسا آشنا می شویم و به طور قطع بعد از خواندن کتاب "مربیگری بازی سازی در مقابل تیم های با پرس شدید" از کوچکترین پیش آمدهای یک مسابقه فوتبال به راحتی عبور نخواهیم کرد.

طراحی تمرین برای یک موقعیت خاص مسابقه از ابتدا تا مرحله پیشرفته، آشنایی با مفاهیم مناطق ضعیف و قوی زمین بازیکنان رابط، بازیکن هدف، انتقال و تعویض منطقه بازی و بسیاری از نکات ارزشمند دیگر در این کتاب گردآوری شده است. امید است ترجمه این کتاب مورد توجه مربیان کوشا و زحمتکش فوتبال این سرزمین قرار گیرد.

گروه مترجمین

دی ماه ۱۴۰۰



دکتر بهزاد نوشادی

- ◀ مربی بدنساز تیم های ملی فوتبال، فوتبال ساحلی و تیم های لیگ برتری
- ◀ مولف و مترجم بیش از ۶۵ کتب ورزشی، مدرس و مربی علم تمرین



حمید حسینی

- ◀ رئیس دپارتمان استعدادیابی و آموزش هیئت فوتبال استان تهران
- ◀ مدرک مربیگری A کنفدراسیون فوتبال آسیا AFC



وحید حسینی

- ◀ مربی و آنالیزور رده های پایه استقلال تهران
- ◀ مدرک مربیگری B کنفدراسیون فوتبال آسیا AFC

۱۱	درباره نویسنده.....
۱۳	پرو فایل مربیگری مارچلو بیلسا.....
۱۵	تاثیر مارچلو بیلسا بر مربیان بزرگ.....
۱۷	تاکتیک‌های مارچلو بیلسا.....
۲۱	سبک مربیگری بیلسا.....
۲۳	فلسفه تهاجمی مارچلو بیلسا.....
۲۵	بازی‌سازی در مقابل تیم‌های با پرس شدید.....
۲۶	الزامات بازی‌سازی از عقب.....
۲۷	قالب مربیگری.....

فصل ۱۰ بازی‌سازی از عقب در مقابل دو مهاجم آرایش تیمی برای بازی‌سازی در مقابل دو

۲۹	مهاجم.....
----	------------

۳۱	جاگیری برای بازی‌سازی در مقابل دو مهاجم.....
۳۲	مرحله اول: فراهم کردن یک گزینه آزاد پاس برای دروازه‌بان.....
۳۳	1a ایجاد یک وضعیت سه در مقابل دو از عقب با درست کردن یک شکل ۳-۳-۱ تهاجمی.....
۳۶	b ایجاد وضعیت ۳ در مقابل ۲ در عقب با ایجاد یک ۳-۴-۳ دفاعی‌تر.....
۳۷	مرحله ۲: رساندن توپ به بازیکن هدف یا آزاد در مقابل دو مهاجم حریف.....
۳۷	2a بازیکن هدف کیست؟.....
۴۱	2b انتقال توپ به بازیکن هدف یا بازیکن آزاد.....
۴۱	2c بازی‌سازی و حمله از میانه زمین هنگامی که ۲ مهاجم حریف با فشار خود بازی را به سمت داخلی زمین هدایت می‌کنند.....
۴۳	جلسه تمرین اول: بازی‌سازی و حمله از مرکز.....
۴۸	یک جلسه تمرین برای این وضعیت تاکتیکی (۳ تمرین).....
۴۸	۱. بازی‌خوانی موقعیت تاکتیکی در بازی‌سازی از میانه زمین و ارسال پاس صحیح.....
۵۱	۲. خواندن وضعیت تاکتیکی هنگام بازی‌سازی از میانه زمین در یک تمرین کاربردی.....
۵۳	۳. بازی‌خوانی وضعیت تاکتیکی هنگام بازی‌سازی از میانه زمین در یک بازی منطقه‌ای.....

فصل ۱۱ انتقال توپ به سمت بازیکن هدف در سمت ضعیف.....

۵۸	گزینه ۱: پاس رو به عقب به دروازه‌بان که به عنوان بازیکن رابط در تعویض بازی عمل می‌کند.....
۵۸	گزینه ۲: اگر مسیر پاس رو به عقب به دروازه‌بان مسدود شود، احتمالاً فضای پاس به میانه زمین آزاد خواهد بود.....
۵۹	



- گزینه ۳: استفاده از هافبک میانی برای تعویض بازی بعد از بازی ترکیبی سریع ۶۰
- گزینه ۴: اگر پاس رو به عقب به دروازه‌بان یا به میانه زمین مسدود شود، فول بک می‌تواند به عنوان بازیکن رابط اقدام به تعویض بازی نماید. ۶۱
- جلسه تمرین ۲: بازی از طریق فشار در سمت قوی و تعویض بازی در مقابل ۲ مهاجم ۶۲
- جلسه برای این وضعیت تاکتیکی (۲ تمرین) ۶۲
۱. الگوی بازی برای بازی‌سازی و تعویض بازی در مقابل ۲ مهاجم ۶۲
۲. بازی از طریق فشار در سمت قوی زمین در برابر ۲ مهاجم و تعویض بازی در یک بازی ۸ در مقابل ۶ با ۱ دروازه‌بان ۶۴
- جلسه تمرین ۳: تعویض بازی در مقابل ۲ مهاجم و استفاده از یک مزیت در سمت ضعیف ۶۶
- جلسه‌ای برای این وضعیت تاکتیکی (۴ تمرین) ۶۶
۱. الگوی بازی برای بازی‌سازی و تعویض بازی در مقابل ۲ مهاجم + حمله با کارهای ترکیبی در قسمت ضعیف زمین ۶۶
۲. تعویض بازی در مقابل ۲ مهاجم و استفاده از مزیت برتری عددی در سمت ضعیف زمین در یک تمرین کاربردی ۶۹
۳. تعویض بازی در مقابل ۲ مهاجم و بهره‌بردن از برتری عددی در سمت ضعیف در یک بازی کاربردی ... ۷۲
۴. تعویض بازی در مقابل دو مهاجم و استفاده از مزیت برتری عددی در سمت ضعیف در یک بازی ۱۱ در مقابل ۱۱ منطقه ای ۷۴

تمرین ۳۳ بازی‌سازی از عقب در مقابل ۱ مهاجم ۷۷

- جاگیری برای بازی‌سازی در برابر یک مهاجم ۷۹
- مرحله ۱: فراهم کردن یک گزینه پاس آزاد برای دروازه‌بان در مقابل یک مهاجم ۸۰
- مرحله ۲: حرکت دادن توپ به سمت هدف یا بازیکن آزاد در مقابل یک مهاجم ۸۱
- گزینه‌هایی برای تعویض بازی در فضای محدود و ایجاد یک برتری عددی در سمت ضعیف زمین ۸۳
- جلسه تمرین ۴: بازی تحت فشار در سمت قوی و تعویض بازی در مقابل ۱ مهاجم ۸۵
- جلسه برای این وضعیت تاکتیکی (۲ تمرین) ۸۵
۱. الگویی برای بازی‌سازی و تعویض بازی در مقابل یک مهاجم ۸۵
- بازی تحت فشار در سمت قوی زمین در برابر ۱ مهاجم و تعویض بازی در یک بازی ۸ در مقابل ۶ با یک دروازه‌بان ۸۷
- جلسه تمرین ۵: تعویض بازی در مقابل یک مهاجم و استفاده از برتری عددی در سمت ضعیف ۸۹
- جلسه برای این وضعیت تاکتیکی (۴ تمرین) ۸۹
۱. الگویی برای بازی‌سازی و تعویض بازی در مقابل ۱ مهاجم + حمله‌های ترکیبی ۸۹
۲. تعویض بازی در مقابل ۱ مهاجم و بهره‌بردن از برتری عددی در سمت ضعیف زمین در یک تمرین کاربردی ۹۱



۳. تعویض بازی در مقابل ۱ مهاجم و بهره بردن از مزیت برتری عددی در سمت ضعیف زمین در یک بازی کاربردی ۹۳
۴. تعویض بازی در برابر تک مهاجم و استفاده از مزیت برتری عددی در منطقه ضعیف در بازی ۱۱ در مقابل ۹۴

تمرین ۳۷: ایجاد و بهره بردن از موقعیت های ۳ در مقابل ۲ در نزدیکی خط کناری ۹۷

- مرحله ۳: ایجاد برتری عددی در نزدیکی خط جانبی ۹۹
- مرحله ۴: بهره بردن از برتری عددی ایجاد شده ۱۰۱
- گزینه ۱ (a): ارسال مستقیم به فول بک که بدون یارگیر در مجاورت خط کناری زمین آزاد است. ۱۰۱
- گزینه ۱ (b): بهره بردن از برتری ۲ در مقابل ۱ با فرار وینگر در فضای پشت سر مدافع حریف ۱۰۲
- گزینه ۱ (c): وینگر از فضای ایجاد شده در مرکز زمین که توسط دویدن مهاجم خودی به کنار ایجاد شده استفاده می کند. ۱۰۳
- گزینه ۲: بازی ترکیبی سریع برای انتقال توپ به فول بک آزاد هنگامی که مسیر پاس مستقیم به او مسدود می شود. ۱۰۴
- گزینه ۳: وینگر قادر به دریافت توپ در فضا و چرخیدن با داشتن ۲ گزینه پاس است. ۱۰۵
- گزینه ۴: بهره بردن از فضای پشت فول بک حریف که جهت یارگیری وینگر سفید جلو آمده. ۱۰۷
- جلسه تمرین ۶: ایجاد و بهره بردن از موقعیت های ۳ در مقابل ۲ در نزدیکی خط کناری ۱۰۸
- تمرین برای این وضعیت تاکتیکی (۸ تمرین) ۱۰۸
۱. حرکت در مسیرهای پاس موجود با بازی ترکیبی سریع (بدون حریف) ۱۰۸
 ۲. حرکات همزمان و بازی ترکیبی بین فول بک و وینگر (بدون حریف) ۱۰۹
 ۳. حرکات هماهنگ و بازی ترکیبی بین فول بک و وینگر (با حضور حریف) ۱۱۱
 ۴. بازی با بازیکن آزاد در یک موقعیت تاکتیکی ۳ در مقابل ۱ در نزدیکی خط کناری ۱۱۲
 ۵. بازی با بازیکن آزاد در موقعیت تاکتیکی ۳ در مقابل ۲ در نزدیک خط کناری زمین ۱۱۴
 ۶. ایجاد و بهره بردن از یک مزیت برتری عددی ۳ در مقابل ۲ در نزدیکی خط کناری در یک تمرین کاربردی ۱۱۵
 ۷. ایجاد و به کارگیری از یک مزیت برتری عددی ۳ در مقابل ۲ در نزدیکی خط کناری در یک بازی ۱۱ در مقابل ۱۰ ۱۱۷
 ۸. ایجاد و به کارگیری از یک برتری عددی ۳ در مقابل ۲ در نزدیکی خط کناری در یک بازی ۱۱ در مقابل ۱۱ ۱۱۸

تمرین ۳۸: راه حل های حمله با موقعیت ۳ در مقابل ۳ در نزدیکی خط کناری ۱۲۱

- راه حل های حمله در موقعیت ۳ در مقابل ۳ در نزدیکی خط کناری (در مقابل ۲ مهاجم) ۱۲۳
- راه حل های حمله در موقعیت ۳ در مقابل ۳، در نزدیکی خط کناری (در مقابل ۱ مهاجم) ۱۲۷