

NOGOMETNA ZVEZA SLOVENIJE
Trenerska šola prof. Branko Elsner
DIPLOMA UEFA PRO

**NAČINI BRANJENJA Z VISOKIM PRITISKOM IN PROTIPRITISKOM
PRIMERJAVA KLUBOV SLOVENSKEGA IN EVROPSKEGA NOGOMETA**

DIPLOMSKO DELO

Avtor dela

DARJAN SLAVIC

Murska Sobota, 2024

NOGOMETNA ZVEZA SLOVENIJE
Trenerska šola prof. Branko Elsner
DIPLOMA UEFA PRO

**NAČINI BRANJENJA Z VISOKIM PRITISKOM IN PROTIPRITISKOM
PRIMERJAVA KLUBOV SLOVENSKEGA IN EVROPSKEGA NOGOMETA**

DIPLOMSKO DELO

MENTOR: Zdenko Maučec

RECENZENT: Iztok Kavčič

ČLAN KOMISIJE: Branko Elsner ml.

AVTOR DELA: Darjan Slavic

Murska Sobota, 2024

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorju Zdenku Maučecu za vso strokovno pomoč in nasvete pri izdelavi diplomskega dela.

Posebna zahvala gre vsem trenerjem, ki so najbolj vplivali na moj trenerski razvoj ter nogometnima kluboma NŠ Mura in NK Radomlje, ki sta mi sploh omogočila pot v trenerske vode in me pri tem podpirata.

Zahvala gre tudi vsem mojim najbližjim, še posebej moji puncu Tanji in sinu Aljanu, ki so mi stali ob strani in me pri tem delu podpirali. To delo posvečam vsem, ki verjamejo vame.

Ključne besede: nogomet, taktika v obrambi, branjenje, visoki pritisk, protipritisk

NAČINI BRANJENJA Z VISOKIM PRITISKOM IN PROTIPRITISKOM, PRIMERJAVA KLUBOV
SLOVENSKEGA IN EVROPSKEGA NOGOMETA

Darjan Slavic

Nogometna zveza Slovenije, 2024

Število strani 69, število slik 33, število tabel 7, število virov 23.

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je predstaviti različne načine branjenja z visokim pritiskom in protipritiskom kot sodobnim trendom igre v nogometu.

Visoki pritisk je v fazi branjenja zelo pomemben dejavnik v igri nogometa. Glavni cilj visokega pritiska je pridobiti žogo nazaj od nasprotnika ali vsaj preprečiti nasprotniku, da bi razvil učinkovit napad ali protinapad. Na podlagi analize ekip, ki igrajo v petih najmočnejših ligah v Evropi, ima igra z visokim pritiskom odločilno vlogo pri doseganju uspehov. Ideja igre z visokim pritiskom je v sodobnem nogometu na ta način občutno dobila na teži. Je ključni dejavnik za ekipe, ki želijo v igri biti proaktivne in dominirati v posesti.

Iz igre visokega pritiska se je dodatno razvila igra s protipritiskom, pri kateri igralci takoj pritisnejo na nasprotnika, da bi pridobili žogo in to še preden ima nasprotnik priložnost, da izvede protinapad.

Različni trenerji zahtevajo od svojih igralcev, da izvajajo visoki pritisk na različne načine, odvisno od modela igre ekipe, predvsem pa od sposobnosti svojih igralcev.

Keywords: football, defensive tactics, defending, high pressing, counter pressing (attack).

WAYS OF DEFENDING WITH HIGH PRESSING AND COUNTER PRESSING, COMPARISON OF SLOVENIAN AND EUROPEAN FOOTBALL CLUBS

Darjan Slavic

Football Association of Slovenia, 2024

Number of pages 69; number of images 33; number of tables 7; number of sources 23.

ABSTRACT

The purpose of the diploma thesis is to present different ways of defending with high pressing and counter pressing as a modern trend in soccer.

High pressing is an essential part of defense in football. The goal is to win the ball back or at least prevent the opponents from the opportunity to develop an attack or even counter attack. Effective pressing is playing a crucial role in the success of several high-level football clubs. The idea of high pressing has become significantly more important in modern football. It is a key factor for teams those want to be proactive in the game and dominate in possession of ball.

Counter-press was developed from high pressing. This is when players immediately pressure the opponent to win the ball before the opponent has the chance to make a counter-attack. Different coaches require their players to press high in different ways based on their style of play and mainly of ability and characteristics of their players.

The main goal of the thesis is to show how high pressing and counter pressing works and is effective in modern football.

KAZALO VSEBINE

1.	UVOD	1
1.1.	TRENDI V SODOBNEM NOGOMETU	3
1.2.	ZNAČILNOSTI SODOBNEGA MODELA IGRE	4
1.3.	TAKTIKA IGRE	8
1.4.	SISTEM IGRE	15
1.5.	ANALIZA IGRE – PRIMERJAVA V NEKATERIH KONDICIJSKIH PARAMETRIH MED RAZLIČNIMI MOŠTVI	17
2.	METODE DELA	20
3.	PRITISK ALI ANGLEŠKO PRESSING – DEFINICIJA IN CILJI	21
3.1.	ZGODOVINA PRITISKA	23
3.2.	VRSTE PRITISKA	25
3.3.	ZAKONITOSTI IN PRINCIPI PRITISKA	30
3.4.	TAKTIKA PRITISKA	30
3.5.	PPDA IN BDP	33
3.6.	VISOKI PRITISK ALI PROTINAPAD, KATERA TAKTIKA JE BOLJ UČINKOVITA V SODOBNEM NOGOMETU	35
4.	VISOKI PRITISK IN PROTIPRITISK	37
4.1.	VISOKI PRITISK	37
4.1.1.	PREDNOSTI IN SLABOSTI VISokeGA PRITISKA	37
4.1.2.	KARAKTERISTIKA IGRALCEV VISokeGA PRITISKA	39
4.1.3.	TAKTIČNA STRATEGIJA VISokeGA PRITISKA, KAKO GA IZVAJATI	44
4.1.4.	PRIMERI IZVAJANJA VISokeGA PRITISKA NEKATERIH USPEŠNIH TRENERJEV	45
4.2.	PROTIPRITISK	51

4.2.1. NAČINI IZVAJANJA PROTIPRITISKA RAZLIČNIH TRENERJEV	52
4.2.2. PREDNOSTI IN SLABOSTI PROTIPRITISKA	56
5. UČINKOVITOST VISOKEGA PRITISKA – PRIMERJAVA MED SLOVENSKIM IN EVROPSKIM NOGOMETOM.....	58
5.1. UČINKOVITOST IZVAJANJA PRITISKA V ANGLEŠKI LIGI	58
5.2. PRIMERJAVA VREDNOSTI PPDA V SLOVENSKI IN ANGLEŠKI LIGI	62
5.3. PRIMERJAVA MED VRHUNSKIMI, BLIŽNJIMI EVROPSKIMI EKIPAMI IN EKIPAMI V 1. SNL	64
6. SKLEP.....	68
LITERATURA IN VIRI	70
UPORABLJENE SPLETNE STRANI.....	71

KAZALO SLIK

Slika 1: Sodobni model nogometne igre (Verdenik, Kavčič, Kopasić, Starčević, Kolman, 2021)	6
Slika 2: Zgradba nogometne igre (Kavčič, 2023)	9
Slika 3: Delitev igrišča na tri cone po globini.....	11
Slika 4: Delitev taktike glede na število igralcev (Kavčič, 2021)	12
Slika 5: Primerjava v nekaterih kondicijskih parametrih med različnimi moštvi	18
Slika 6: Pretečeni metri v različnih hitrostih.....	18
Slika 7: Shema sistema pritiska	22
Slika 8: Pritisk v visoki coni	25
Slika 9: Pritisk v srednji coni	26
Slika 10: Pritisk v nizki coni.....	26
Slika 11: Prikaz sočasnega delovanja vseh treh oblik glede na orientacijo pritiska na igrišču	27
Slika 12: Opazovanje igralca glede na položaj glave in telesa igralca z žogo	29
Slika 13: Taktika pritiska 1	31
Slika 14: Taktika pritiska 2	32
Slika 15: Taktika pritiska 3	32
Slika 16: Območje, v katerem se beležijo vrednosti PPDA.....	33
Slika 17: Priprava napada od vratarja nasprotnika	45
Slika 18: Podaja na SB kot sprožilec za izvedbo pritiska	46
Slika 19: Nasprotni srednji branilec išče podajo naprej	47
Slika 20: Nasprotni SB poda žogo nazaj vratarju.....	48
Slika 21: Postavitev pri pripravi napada od vratarja pri ManCity	48
Slika 22: Izvajanje pritiska ManCity, podaja od vrat	49

Slika 23: Igra od vrat, RB Salzburg (Ragnick)	50
Slika 24: Podaja od vrat na desnega BB (RB Salzburg)	50
Slika 25: Izvajanje protipritiska usmerjenega na prostor	52
Slika 26: Protipritisk usmerjen na prostor, Jürgen Klopp (BVB Dortmund)	53
Slika 27: Protipritisk usmerjen na nasprotnega igralca.....	53
Slika 28: Protipritisk usmerjen na nasprotnega igralca, Jupp Heynckes (Bayern München).....	54
Slika 29: Protipritisk usmerjen na žogo	54
Slika 30: Protipritisk usmerjen na žogo, Adi Hutter (SV Gröding).....	55
Slika 31: Protipritisk usmerjen na podajo	55
Slika 32: Protipritisk usmerjen na podajo, Pep Guardiola (FC Barcelona)	56
Slika 33: Nogometni simboli.....	71

KAZALO TABEL

Tabela 1: Učinkovitost izvajanja pritiska, PL – 2020/21.....	59
Tabela 2: Število dotikov po odvzeti žogi na podlagi izvedenega pritiska, PL – 2020/21.....	60
Tabela 3: Število ustvarjenih priložnosti po izvedenem pritisku, PL – 2020/21	60
Tabela 4: Razvrstitev ekip, glede na izvajanje visokega pritiska, PL – 2020/21.....	61
Tabela 5: Vrednost PPDA v Premier ligi	62
Tabela 6: Vrednost PPDA v 1.SNL.....	63
Tabela 7: Statistika izvajanja pritiska na napadalni tretjini v evropskih ligah.....	64
Tabela 8: Statistika izvajanja pritiska v 1. SNL na nasprotni polovici, sezona 2022/23	65
Tabela 9: Statistika izvajanja pritiska v 1. SNL na nasprotni polovici, sezona 2023/24	66

1. UVOD

Nogomet je najbolj priljubljena športna disciplina na svetu. Obstaja več načinov – modelov igre, ki jih uporabljajo različne ekipe in trenerji iz vsega sveta. Vsak model igre ima svoje prednosti, slabosti, možnosti in tveganja.

Vsi vemo, da je nogomet igra, ki se nenehno razvija in spreminja, odvisno od trenda igre. V zadnjih 10 do 15 letih smo bili priča povečanju fizične zmogljivosti igralcev, pri čemer lahko igralci zdaj tečejo dlje kot kadar koli prej, tečejo hitreje kot kadar koli prej in delujejo z visoko intenzivnostjo dlje kot kadar koli prej.

S povečanjem fizičnih zmogljivosti igralcev so se povečale tudi zahteve trenerjev do igralcev, še posebej, ko ekipa nima žoge v posesti. Razmere na igrišču so postale izjemno zahtevne, saj imajo igralci jasno določene taktične naloge, ko teče proces pridobivanja žoge od nasprotnika. To pomeni, da v tej fazi igre ne delujejo le obrambni igralci, ampak so v igro branjenja vključeni tudi napadalci, ki so postavljeni pred izziv, da prisilijo nasprotnika z žogo v določene dele igrišča, kjer se nato poskuša pridobiti žogo visoko na nasprotnikovi polovici.

Osnovni cilj nogometne igre je premagovanje nasprotnika, hkrati pa doseči čim več zadetkov. To je mogoče na razne načine, ob različni razporeditvi igralcev na igrišču, ob kontinuiranem napadanju s pritiskom (angl. pressing) na nasprotnika ali z obrambnim slogom igre s hitrimi nasprotnimi napadi in podobnim.

Če je glavni cilj nogometne igre doseči zadetek, se poraja vprašanje, kako lahko dosežemo zadetek? V večini tako, da imamo žogo v posesti in si ustvarimo priložnost za zadetek. Lahko pa tudi tako, da ko ima nasprotnik žogo v posesti, si jo priborimo nazaj z visokim pritiskom in si potem ustvarimo priložnost za zadetek. Torej je nogomet v bistvu igra, kako izkoristiti žogo v posesti in kako reagirati, ko je nimamo.

Trenutno v nogometu ekipe, ko izgubijo posest žoge, reagirajo na dva načina:

- **z visokim pritiskom (angl. high pressing) oziroma protipritiskom (angl. counter pressing)** na nasprotno ekipo, da hitro pridobijo žogo nazaj,

- s hitrim prehodom v obrambo (srednja ali nizka cona), da bi preprečili protinapad.

V diplomskem delu se bomo navezali na prvi način – kako deluje in kako učinkovit je **visoki pritisk in protipritisk** v sodobnem nogometu.

V začetku diplomske naloge bomo poskušali predstaviti oziroma razumeti, kako se je pritisk razvil v obdobju zadnjih 30 let in zakaj je sploh do njega prišlo. Kdo je imel pri tem ključno vlogo in kaj se lahko naučimo od teh trenerjev.

Sledi opis, kako je videti pritisk v sodobni igri, katere vrste pritiska poznamo, njegove zakonitosti in kateri trenerji so uspešni z njim. Skozi analizo nekaterih trenerjev bomo skušali ugotoviti, kako lahko njihovo delo vpliva na naše treniranje in kaj se lahko kot trenerji od njih naučimo.

Nato bomo pogledali, na kakšen način in zakaj najvplivnejši trenerji izvajajo pritisk, ter kako je ta videti znotraj njihovega sistema. Cilj naloge je potrditi učinkovitost in uspešnost visokega pritiska kot proaktiven način branjenja. V tem kontekstu bomo prikazali primere vaj in izbor metod za učenje pritiska, njegovih zakonitosti in principov.

Vsak trener, ki si želi uporabljati pritisk kot stil igre, mora obvladati njegove zakonitosti.

Pomembno je, da igralci vedo, kaj se od njih zahteva. Ni dovolj reči: Fantje, danes bomo igrali pritisk (Ivič, 2023).

PREDMET, PROBLEM IN CILJI

Nogomet z visokim pritiskom in protipritiskom je taktika, ki je že in bo verjetno v prihodnosti še bolj priljubljena v nogometu. Za vrhunske ekipe, ki so proaktivne in želijo dominirati s posestjo, je zelo učinkovita. Vključuje izvajanje visokega pritiska na nasprotnika visoko na igrišču, da bi ga prisilila v napake. Ta taktika omogoča ekipam, da znova pridobijo žogo v predelih igrišča, ki so nevarni za doseganje zadetka. Čeprav je to na videz zelo enostavna taktika, se od igralcev zahteva visoka raven telesne pripravljenosti, veliko timskega dela in taktičnega zavedanja, predvsem pa je psihično in fizično zahtevna. V vsakem primeru pa je, če je izvedba pravilna,

lahko močno orodje za ekipe, ki želijo nadzorovati igro in si ustvariti priložnosti za doseganje zadetkov.

Predmet proučevanja naloge je prikazati principe branjenja z visokim pritiskom in protipritiskom v napadalni coni trenerjev na vrhunski ravni, v različnih igralnih sistemih. Vsebina naloge sega v področje taktike igre – središče modela igre, konkretnije v področje taktike v obrambi.

Problem diplomske naloge pa je potrditi učinkovitost in uspešnost branjenja z visokim pritiskom in protipritiskom. K temu spada tudi analiza taktike visokega pritiska in protipritiska ter njegovih principov, kako jih trenirati in katere metode ter vaje izbrati pri treniranju teh principov.

Cilji diplomskega dela so:

- predstaviti načine branjenja z visokim pritiskom in protipritiskom,
- kako deluje visoki pritisk in protipritisk v sodobnem nogometu,
- potrditi učinkovitost in uspešnost visokega pritiska in protipritiska,
- prikazati prednosti in slabosti visokega pritiska in
- primerjava klubov 1. SNL in klubov evropskega nogometa.

1.1. TRENDI V SODOBNEM NOGOMETU

Če želimo razvijati strokovno delo, moramo spremljati trende v nogometu. Kdo ustvarja trend v nogometu? Kreatorji trendov so najboljši igralci (oni nam dajejo nove rešitve iz tedna v teden), najboljši trenerji (njihove filozofije, taktična razmišljanja ...), najboljša tekmovanja (svetovno in evropsko prvenstvo, liga prvakov, liga evropa in liga »peterice«), najboljši klubi in reprezentance (Kopasić, 2022).

Pritisk je eden izmed zadnjih trendov, ki je prevzel nogometni svet. Vse več navijačev si želi, da ga izvaja njihova ekipa, vsaka ekipa se boji igrati proti njemu. Ko ekipe izvedejo pritisk pravilno, je to lahko uničujoče za nasprotnika. Z izvajanjem pritiska imamo sposobnost, da onemogočimo nasprotne obrambne igralce v posesti žoge, pošiljamo vezne igralce nasprotnika v dele igrišča, kjer ne želijo sprejemati žoge, in frustriramo nasprotne napadalce, saj dolgo časa ne dobijo

žoge. Kakorkoli že, s pritiskom lahko ustvarjamo zagon in samozavest naše ekipe, da zmagujemo tekme in poženemo strah v kosti tekmecev.

Pritisk je lahko izjemno zapleten glede na izbrani sistem igre. Obstaja veliko različnih načinov izvajanja pritiska v različnih igralnih sistemih. Kakorkoli, definicija je relativno preprosta, torej ko naša ekipa nima žoge v posesti si prizadeva, da bi jo pridobila nazaj z veliko mero vztrajnosti. Ne gre za posamezno dejanje, ampak za enotno gibanje celotne ekipe, vključno z napadalci oziroma v nekaterih primerih predvsem z napadalci. To je hitra in drzna obrambna strategija, katere cilj je ujeti nasprotnikove igralce nepripravljene (Curneen, 2017).

Pritisk ni nič novega v nogometu, je taktika v obrambi, ki se je uporabljala že desetletja. Je pa bil v zadnjih desetih letih zelo izpostavljen in je zelo napredoval, saj so trenerji na top nivoju (Bielsa, Ragnick, Klopp, Guardiola, Nagelsmann in nekateri drugi) ustvarili visoko atletske filozofije, kjer sta visoki pritisk in protipritisk postala glavni točki v njihovi filozofiji igranja nogometa.

1.2. ZNAČILNOSTI SODOBNEGA MODELA IGRE

Model igre po dr. Elsnerju je: “Način medsebojnega sodelovanja igralcev. Imitira želeno organiziranost in usklajenost delovanja igralcev v vseh fazah igre.”

Da bi bil trener uspešen, mora imeti jasno idejo o nogometu, ki ga želi igrati s svojo ekipo ter posredovati konkretna navodila, kako ravnati v določeni situaciji v vsaki fazi igre. Brez jasnega načrta je ekipa v bistvu brez identitete in prelaga odgovornost na srečo in izgovore (poveča se vpliv slučajnosti). Trener mora čim prej določiti najboljši način igre za svojo ekipo, saj je potreben čas, da se ekipa prilagodi določenemu modelu.

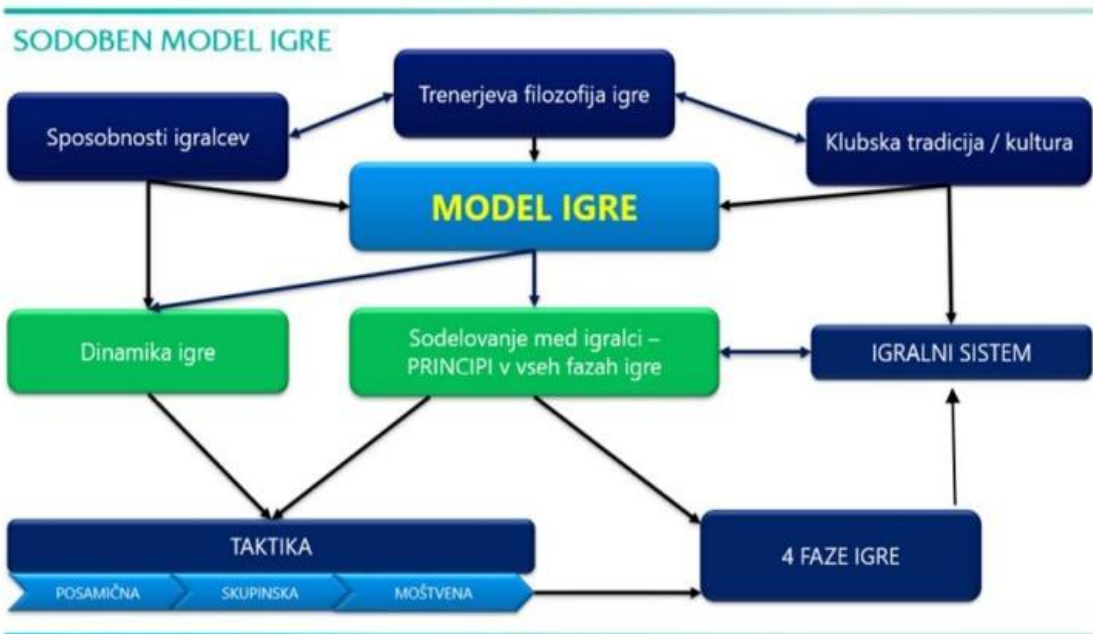
“Naloga trenerja torej je, da določi model igre ekipe, ki jo trenira – kako bo napadala in kako se bo branila. Glede tega mora biti učinkovita na obeh straneh igrišča” – Luis Enrique.

Model igre je nadgradnja sistema igre, pri čemer gre za načine in principe medsebojnega sodelovanja, za sporazumevanje med igralci v obrambi in napadu, za posamezne, skupinske in

moštvene naloge. Je način igre, ki ga predstavljajo najuspešnejša nogometna moštva v Evropi in svetu in na takšen način model igre predstavlja trenutno stanje v razvoju nogometne igre.

Če je model igre način medsebojnega sodelovanja med igralci v vseh fazah igre, potem obstajajo v okviru tega sodelovanja med igralci določene zakonitosti, ki so posledica razvoja nogometne igre. Za sodobno nogometno igro so značilni vse pogostejši, dinamični prehodi iz napada v obrambo in obratno, predvsem zaradi pritiska na žogo, ki ga ustvarja moštvo v obrambi. Od nogometašev, ki so v posesti žoge, se zahteva, da prepoznavajo situacije v igri in se učinkovito odločajo za najbolj optimalno rešitev ter usklajeno in ustvarjalno sodelujejo pri graditvi in zaključku napada. Model igre je nogometašem v pomoč, da hitreje prepoznavajo situacije med igro in pravočasno najdejo optimalne rešitve.

Shema na sliki 1 prikazuje, na kaj lahko vpliva model igre in kaj je treba upoštevati. Ključni dejavnik pri izgradnji modela igre predstavlja **trenerjeva filozofija igre** znotraj različnih faz igre. Pri tem mora biti vodilo, da igralci jasno razumejo, kaj morajo početi v vsakem trenutku, seveda ob upoštevanju svobode v igri. Pri tem je treba nujno upoštevati **sposobnosti igralcev**, kaj bodo igralci sposobni izvesti in česa ne. Uspešen trener bo torej najprej analiziral kakovost igralcev in posledično ustrezno prilagodil zahteve v igri. V nekaterih okoljih je treba za določanje modela upoštevati tudi **klubsko kulturo ali tradicijo**, ki zajema prepoznavnost igre oziroma igranje na določen način (Kavčič in sod., 2021).



Slika 1: Sodobni model nogometne igre (Verdenik, Kavčič, Kopasić, Starčević, Kolman, 2021)

“Najpomembnejše pri moji ekipi je, da ima jasno definiran model igre – to je sklop principov sodelovanja med igralci, ki zagotovijo dobro organiziranost. Zaradi tega je od prvega dne naša pozornost namenjena temu, da ekipa to čim prej pridobi.” – Jose Mourinho

Dinamiko igre ustvarjajo igralci, ki so tehnično vrhunsko usposobljeni predvsem v reševanju situacij 1 : 1 in sposobni prodirati proti vratom nasprotnika ali pa pravočasno in natančno podati soigralcu, ki se optimalno odkriva v smeri nasprotnikovih vrat.

Najpomembnejše značilnosti sodobnega modela in nogometne igre so:

- **SODELOVANJE MED IGRALCI.**
- **Časovni in prostorski pritisk** se v igri nenehno povečujeta. Igra postaja vse hitrejša in se odvija na vse manjšem prostoru.
- Sodelovanje med igralci opredeljuje sistem igre, ki določa prostorsko razporeditev igralcev, njihove linije gibanja ter naloge v obrambi in napadu.
- Delovanje celotne ekipe je odvisna od položaja žoge in gibanja nasprotnih igralcev.
- **Svoboda v igri** je povezana s prepoznavanjem ustreznih igralnih situacij, ki omogočajo igralcu izbiro ustreznih taktično-tehničnih elementov.

- Osnovo predstavljajo hitri elastični prehodi iz ene faze igre v drugo; omogočajo številčno premoč v obeh fazah igre in s tem več možnosti za uspešno realizacijo cilja.
- **Kolektiv prevladuje nad posameznikom**, vendar posamezniku omogoča, da izrazi svojo individualnost.
- **DINAMIČNOST IGRE.**
- Pomembna je hitrost gibanja žoge in igralcev s presenečenji, hitrost prehodov iz obrambe v napad in obratno.
- Dinamičnost zahteva odkrivanje, menjavo mest z ustvarjanjem prostora v času napadanja, kakovost vtekanj, natančnih podaj in sprejemov žog proti nasprotnim vratom, z zaključnimi streli v vrata nasprotnika.
- Povečuje se količina šprinta med igro s poudarkom na spremembi smeri brez in z žogo.

Dinamika igre je odvisna od razvitosti gibalno–funkcionalnih sposobnosti oziroma kondicije, ki se dopolnjuje z izvajanjem tehničnih elementov v hitrem gibanju posameznega nogometaša, ki je učinkovit kljub oviranju nasprotnih igralcev. **Univerzalno usposobljeni igralci lažje uresničujejo taktične zamisli ter skupno idejo igre v različni hitrosti** (Zupan, 2016).

Dinamika igre je odvisna od uigranosti moštva (koncept igre – taktika), kondicijskih sposobnosti igralcev, usvojene situacijsko – dinamične tehnike in psihične pripravljenosti – motivacije (Verdenik, 2019).

MEDSEBOJNO PREPLETANJE IN POGOJENOSTI:

- sodelovanje z dinamiko igre in
- dinamika igre znotraj sodelovanja (Verdenik, 2019).

V sodobni nogometni igri se povečuje tempo igre, hitrost izvedbe akcij, zato je pomembna univerzalna usposobljenost igralcev, ki so sposobni izvajati tehnično–taktične elemente v hitrosti ter igrati na več igralnih mestih. Vse večji pomen je na ustvarjalnosti, improvizaciji, zadovoljstvu posameznika in moštva, da lahko prepoznajo skupno idejo in jo znajo realizirati ter delovati usklajeno v vseh delih igre (Zupan, 2016).

Razlogi za spreminjanje in razvoj nogometne igre:

- Nenehni boj med napadanjem in branjenjem ekip: ko se ena ekipa želi uspešno obraniti, želi druga ekipa uspešno zaključiti napad. V tem nenehnem boju trenerji iščejo nove rešitve in imajo pomembno vlogo. Prav tako igralci, saj ko trener opazuje najkvalitetnejše igralce, kako rešujejo situacije med igro, dobijo ideje za trening.
- Kvalitetnejši proces treniranja in tekmovanja: kvaliteta treninga se nenehno izpopolnjuje in je vezana na vse večjo situacijsko in individualno vadbo. Vključevanje sorodnih strokovnih področij: psihologije, sociologije, fiziologije itd.
- Spreminjanje pravil nogometne igre: zaščita igralcev ter podpora napadalnejši igri – cilj, da bi ekipe dosegle čim več zadetkov (Verdenik, 2018).

1.3. TAKTIKA IGRE

Beseda “taktika” izvira iz antične grščine (izg. taktike) in prvotno pomeni “spraviti v red” ali tudi umetnost dogovarjanja.

Taktika je načrtni način igre, ki se prilagaja najrazličnejšim pogojem, s ciljem doseganja najboljših rezultatov. Pogoji, od katerih je odvisna taktika, so: kondicijske sposobnosti in pripravljenost, tehnična in taktična znanja lastnih in nasprotnih igralcev, vrsta tekme, pomen in kraj igranja tekme, tekmovalne in vremenske razmere in podobno (Elsner, 2004).

Taktika je izbira ustreznih tehničnih načinov gibanja brez žoge in z žogo, ki jo posameznik prilagaja različnim situacijam v igri, pri čemer sodeluje s skupino in celotnim moštvom. Glede na zaznavo situacije v igri, sprejema odločitve o uporabi določenega tehničnega elementa.

Vendar taktika ni samo izbira ustreznih tehničnih elementov ter razumevanja določenih sistemov postavitve moštva, ampak je tudi pozornost, ustrezno zaznavanje situacij, orientacija v prostoru glede na pozicijo žoge, soigralcev in nasprotnika. Prav zaradi tega taktične sposobnosti dopolnjujemo z izrazom kognitivne sposobnosti, ker temeljijo na kompleksnih psiholoških procesih zaznavanja, pozornosti, učenja, pomnjenja in razmišljanja.

Glavne taktične značilnosti so povezane s številom igralcev, ki sodelujejo v igri glede na posest žoge. Ločimo taktiko napada in obrambe s prehodi ter taktiko ob prekinivah. Pomemben je trenutek odvzete in trenutek izgubljene žoge zaradi prehodov iz obrambe v napad in obratno. Prehodi iz ene faze igre v drugo so zelo dinamični, zato je zelo pomembna hitra odzivnost celotnega moštva glede na spremembo posesti žoge. Metode učenja taktike so različne, vendar je končni uspeh odvisen od individualnih sposobnosti nogometaša in njegovih taktičnih zamisli, ki jih je pridobil in načrtno razvijal v času igrskega razvoja (Zupan, 2016).

DELITEV TAKTIKE GLEDE NA POSEST / FAZO NOGOMETNE IGRE

Za sodobno nogometno igro sta značilna vse večja dinamika ter učinkovito in usklajeno sodelovanje igralcev v napadu, obrambi in prehodih, v kateri imajo igralci vse manj prostora in časa za ustvarjanje igre, pripravo napada in zaključevanje akcij s strelom v vrata. Takšna igra zahteva od nogometašev vrhunsko tehnično – taktično in kondicijsko usposobljenost, vse večjo univerzalnost in sposobnost realizacije svežih idej in nepredvidljivih rešitev (Zupan, 2016).



Slika 2: Zgradba nogometne igre (Kavčič, 2023)

Na osnovi analize delimo igro na štiri faze poteka in prekinitve igre. Nogometna igra se neprestano razvija in je v zadnjem obdobju naredila velik napredek prav na obeh prehodih, tako po pridobljeni žogi, še bolj pa v trenutku, ko se žoga izgubi. Posledično je bilo treba način

treniranja prilagoditi tem zahtevam. Prehodi v posesti žoge se v zadnjih nekaj letih tudi ločeno trenirajo ali kombinirajo v povezavi s fazo branjenja ali fazo napada. Velikokrat se povezujeta dve fazi igre, in sicer faza napada skupaj s preходом iz napada v obrambo (obrambno tranzicijo) ali faza branjenja v povezavi s preходом iz obrambe v napad (napadalno tranzicijo) (Kavčič in sodelavci, 2021).

Igro je treba definirati in trenirati tudi ob prekinitvah tako v napadu kot v obrambi. Torej naj bi model igre poleg jasno definiranih principov v poteku igre definiral tudi zakonitosti sodelovanja ob šestih prekinitvah (začetni udarec, udarec od vratarja, udarec iz kota, prosti udarec, kazenski udarec in metanje stranskega avta) tako v napadu kot obrambi. Več stvari kot imamo definiranih in uigranih, manj je prepuščeno naključju, kar je vsekakor dobro za napredek ekipe in stabilnost rezultatov.

Nogometno igro delimo na štiri faze oziroma momente v igri, in sicer:

- Faza obrambe: je delovanje ekipe, ko ima žogo v posesti nasprotna ekipa. Ko se pogovarjamo o branjenju, delimo fazo obrambe na različne podfaze, glede na razdelitev igrišča po globini.
- Prehod iz obrambe v napad (napadalna tranzicija): je zelo kratek čas v igri, ki traja 5 do 10 sekund in se začne, ko ekipa odvzame žogo nasprotnika.
- Faza napada: je čas, ko ima žogo v posesti naša ekipa.
- Prehod iz napada v obrambo (obrambna tranzicija): je zelo kratek čas v igri, ki traja 5 do 10 sekund in se začne, ko ekipa izgubi posest žoge in poskuša preprečiti nasprotni napad oziroma dosego zadetka nasprotne ekipe.

Poleg teh štirih faz je treba še omeniti prekinitve v obrambi in napadu, ki ne spadajo v nobeno od teh faz igre, so pa v sodobnem nogometu vse bolj pomembne.

PODFAZE IGRE – razdelitev igrišča na tri cone po globini

Za vse štiri glavne faze igre lahko določimo, kje na igrišču določena akcija poteka in v skladu s tem določimo načine sodelovanja. Glede na potek oziroma položaj na igrišču delimo faze igre na posamezne podfaze:

Faza obrambe:

1. Branjenje v nizki coni – preprečevanje zaključka napada nasprotniku.
2. Branjenje v srednji coni – preprečevanje priprave napada – usmerjanje nasprotnika in conski pritisk (na krilu ali v sredini).
3. Branjenje v visoki coni – visok pritisk in preprečevanje priprava napada od vratarja.

Faza napada:

1. Nizka cona – priprava napada od vratarja (angl. Build up).
2. Srednja cona – priprava napada v srednji coni.
3. Visoka cona – zaključek napada.



Slika 3: Delitev igrišča na tri cone po globini

V diplomski nalogi se bomo osredotočili na fazo obrambe – branjenje v visoki coni.

DELITEV TAKTIKE GLEDE NA ŠTEVILO IGRALCEV

Taktiko glede na število igralcev delimo na tri načine. **Posamična taktika** je vezana na enega igralca, **skupinska taktika** se začne z dvema, maksimalno število igralcev pa je odvisno od starosti in formata tekmovanja. O **moštveni taktiki** govorimo takrat, ko se ukvarjamo s taktiko celotnega moštva, ki je znova odvisna od starostne kategorije. Del moštvene taktike so tudi prekinitev v napadu in obrambi (Kavčič in sodelavci, 2021).



Slika 4: Delitev taktike glede na število igralcev (Kavčič, 2021)

TAKTIKA IGRE V OBRAMBI

Taktika v obrambi se začne, ko moštvo izgubi posest žoge in se začne organizirano braniti po določenih principih sodelovanja, od posameznika, skupine in moštva. Pomembno je mesto izgubljene žoge, trenutna razporeditev igralcev ter uigranost moštva s skupinskim in moštvenim sodelovanjem ponovne pridobitve žoge v posest. S ciljem, da bi znova imeli žogo v posesti, se braneče se moštvo organizirano postavlja izza žoge in oži prostor, igralci bližje žogi pa jo poskušajo odvzeti s posamičnimi akcijami. Pri tem jim preostali deli moštva pomagajo, jih varujejo ter po potrebi prevzemajo njihove naloge (Zupan, 2016).

POSAMIČNA TAKTIKA V OBRAMBI

O posamični taktiki v obrambi govorimo, ko gre za posamične akcije igralca v obrambi ali za sodelovanje dveh igralcev. Gre za načrtno usmerjeno delovanje posameznika pri reševanju igralnih situacij v obrambi.

Sredstva posamične taktike v obrambi so:

- postavljanje in pokrivanje igralca,
- odvzemanje žoge,
- izbijanje žoge.

SKUPINSKA TAKTIKA V OBRAMBI

O skupinski taktiki v obrambi govorimo, ko sodelujeta dva ali več oziroma največ pet igralcev.

Zakovitosti oziroma načela skupinske taktike v obrambi:

- varovanje oziroma medsebojna pomoč,
- medsebojna oddaljenost soigralcev,
- ožanje prostora,
- prevzemanje,
- nadomeščanje.

MOŠTVENA TAKTIKA V OBRAMBI

Cilj taktike v obrambi je odvzeti ali izbiti žogo nasprotniku, ga prisiliti v napako z agresivnim napadanjem igralca v posesti žoge, z oženjem prostora okoli njega in s tem zmanjšanjem časa, da najde rešitev. Branjenje je vezano na prostor in na igralca v njem s ciljem odvzeti žogo nasprotniku ob sodelovanju preostalih igralcev v moštvu (povzeto po Zupan, 2016).

Vrste MOŠTVENE taktike v obrambi:

- a) Individualni oziroma posamični način pokrivanja (igralec na igralca): igralec pokriva nasprotnega igralca na sredini igrišča ali na bočnih položajih. Dopolnjuje se z doslednim tesnim pokrivanjem in z možnostjo prevzemanja nasprotnega igralca s strani soigralca glede na situacijo v igri.
- b) Conski način, pokrivanje prostora in igralcev v prostoru: celotno moštvo ali večji del moštva se organizirano postavi izza žoge (zgosti prostor), nasprotni igralec z žogo je tesno pokrit s strani dveh igralcev, s ciljem odvzeti ali prestreči žogo, drugi so v varovanju in spremljanju situacije.

- c) **Kombinirano branjenje**: je kombinacija posamičnega in conskega branjenja, pri katerem del igralcev dosledno pokriva nasprotnika, preostali del pa pokriva prostor (igra s prostim igralcem). Individualno pokrivanje najnevarnejših napadalcev in conska igra drugih sta značilni za to obliko branjenja. Conska igra in pokrivanje prostora pa ne pomeni, da igralci ne pokrivajo dosledno. Čim bolj se nasprotnik bliža vratom, bolj tesno in doslednejše mora biti pokrivanje.
- d) **Conski pritisk oziroma pritisk na žogo**: gre za agresiven način napadanja žoge enega ali več igralcev ob sočasnem varovanju prostora izza žoge, da bi nasprotnika čim prej prisilili v napako. Za conski pritisk je značilno organizirano medsebojno sodelovanje vseh igralcev – pomeni kar najhitrejši start enega, dveh ali treh igralcev na nasprotnega igralca z žogo, drugi so vključeni v varovanje. Conski pritisk se lahko odvija na različnih delih igrišča (na nasprotni polovici, na sredini in na lastni polovici). Pritisk na žogo se v večini primerov začne pri igralcu v napadu, ki prvi napada žogo in usmerja nasprotnika z žogo v določen prostor. Ko je moštvo organizirano, sledi pritisk na nasprotnika z žogo. Agresivno consko branjenje je taktično najbolj zahtevno, vendar še vedno za učenje in uigranost manj obsežno in enostavnejše od hitrega in raznovrstnega kontinuiranega napadanja.
- e) **Takojšen napad na izgubljeno žogo – protipritisk (angl. Counter-pressing)**: je obrambna taktika, kjer vsi igralci moštva, ki je izgubilo žogo na nasprotnikovi polovici, takoj poskušajo na agresiven način znova odvzeti žogo nasprotniku. Pri tem mora nasprotnika z žogo napasti več igralcev. Sočasno morajo drugi igralci s svojim postavljanjem prostor v bližini žoge maksimalno pokriti. Ta oblika igre lahko uspe le, če vsi igralci maksimalno upoštevajo načelo globine napada, to je, da so razdalje med posameznimi igralci najmanjše možne (povzeto po Zupan, 2016).

Moštvo treniramo tako, da zna pri napadih nasprotnika skozi sredino, organizirano in učinkovito preprečevati podaje in vtekanje za hrbet veznim in obrambnim igralcem. Prav tako je pomembno pokrivanje medprostorov med vezno in obrambno vrsto pri odbiti žogi in povratnih žogah nasprotnika, ki gredo za hrbet zadnji vrsti. Vse večji pomen ima tudi visoko napadanje zadnje vrste nasprotnika, ko začne kontinuirano napadati od vratarja s ciljem, da nasprotniku onemogoči razvoj igre (Zupan, 2016).

1.4. SISTEM IGRE

“Kateri je najboljši sistem igre? Tisti, ki zmaguje. Ni najboljšega sistema.” – Carlos Alberto Parreira

Obliko, kako so igralci razporejeni na igrišču, na katerem delu igrišča delujejo, kako se gibljejo, imenujemo sistem, ki igralcem določa njihove splošne naloge. Čeprav se redko spreminja – je več ali manj stalen, običajno so spremembe le po enem, dveh ali več desetletjih, pa so nastale spremembe bile in so vedno bolj očitne.

Značilnosti dobrega sistema:

- je enostaven,
- razporeditev igralcem omogoča enako pomoč obrambi in napadu,
- zagotavlja enakomerno obremenitev igralcev in omogoča zbiranje igralcev na najvažnejših mestih (pri zaključnih akcijah v napadu, pri branjenju v obrambni coni),
- vsem igralcem nalaga enake obveznosti,
- omogoča najhitrejši prehod iz obrambe v napad in nasprotno.

Najboljši sistem igre je tisti, ki v največji meri izkoristi sposobnosti igralcev, ki jih imamo na voljo, ter pri katerem v obeh fazah igre sodeluje čim večje število igralcev. Vsak sistem igre ima natančno določene cone delovanja za vsakega igralca, tako za fazo napada kot tudi za fazo obrambe. Vsak igralec ima natančno določene naloge na svojem igralnem mestu oziroma v coni delovanja, vendar če želi biti moštvo uspešno, še ni dovolj, da vsak posameznik uspešno izpolni svoje posamične naloge v svoji coni delovanja, potrebno je skupinsko sodelovanje in medsebojna pomoč vseh igralcev v obeh fazah igre. Sistem igre odreja širšo osnovo za medsebojno sodelovanje med igralci znotraj igre. Odreja igralce na igralna mesta ter jim okvirno določa linije gibanja in cone delovanja. V sodobnem nogometu prevladuje sistem s štirimi branilci v zadnji vrsti, čeprav se v zadnjem času spet veliko pojavlja s tremi branilci.

Najpogostejši sistemi so trenutno: 1–4–5–1, 1–4–4–2, 1–4–3–3, s številnimi izpeljavami in kot smo že omenili, znova tudi: 1–3–5–2 z različnimi izpeljavami. Poudariti je treba, da ni sistem igre

najpomembnejši, ampak kako in koliko nam uspe s procesom treniranja in učenja razviti usklajenost in sodelovanje med igralci. V sodobnem nogometu je izjemno pomembna svoboda v igri ob organizaciji igre na višji ravni. Svoboda v igri zahteva, da igralci niso strogo vezani na igralna mesta, vendar je pomembno, da moštvo med igro ne izgubi dogovorjene osnovne razporeditve, torej ravnotežja v postavitvi. Akcija je tista, ki odreja, kateri igralec se bo v akcijo vključil in ne igralno mesto oziroma vnaprejšnje določanje s strani trenerja. Ravnovesje med disciplino v igri v okviru taktičnega načrta in improvizacijo je ključno in mora biti čim bolj uravnoteženo. V današnjem vrhunskem nogometu je v ospredju ustvarjalnost, včasih pa je prevladovala disciplina v igri nad ustvarjalnostjo.

Poudariti je treba še, da kolektiv odločno prevladuje nad posameznikom. Rezultat je posledica kakovosti medsebojnega sodelovanja vseh igralcev v moštvu, posameznik pa doprinese svoj delež h končnemu uspehu. Posameznik se mora podrežati kolektivu, vendar kolektiv omogoča posamezniku, da izrazi svoje posamične sposobnosti (Elsner, 2004).

1.5. ANALIZA IGRE – PRIMERJAVA V NEKATERIH KONDICIJSKIH PARAMETRIH MED RAZLIČNIMI MOŠTVI

Igra se je od svojih začetkov nenehno razvijala in tako je tudi zdajšnja igra le trenutno stanje v njenem razvoju. Pri analizi nogometne igre gre za razčlenjevanje igre in kritično vrednotenje posameznih segmentov oziroma faz igre. Torej pri analizi nogometne igre ugotavljamo in zbiramo določene pomembne podatke o moštvu, igralcih, njihovi igri ter pripravljenosti. S podatki, pridobljenimi z analiziranjem lastnega moštva, lahko iščemo napake, prikažemo dobre lastnosti ter ugotavljamo, kako bi lahko igro še izboljšali, na ta način pa tudi lažje načrtujemo učni in trenažni proces. Analiza je lahko zelo zamudno delo, vendar pa lahko, če je dobro opravljena, zelo koristi tako celotnemu moštvu kot tudi posamezniku (Brinjovc, 2015).

Z vidika opravljanja analize igre je po Kopasiću ta lahko **subjektivna** ali **objektivna**. Subjektivna je takrat, kadar trener ali strokovnjak z določenega področja samo na podlagi opazovanja igralcev ali moštev poda določeno mnenje oziroma oceno o zgradbi igre določenega moštva. Pri objektivnem analiziranju, pridobivamo določene informacije s pomočjo beleženja vnaprej določenih statističnih podatkov oziroma spremenljivk, jih obdelamo in analiziramo, ter podamo oceno. Zaradi objektivnega spoznavanja igre in njenih razvojnih tendenc ter same ponovljivosti je v sodobnem športu zaželena uporaba objektivnih analiz. Za dobro analizo pa je treba opazovati vse štiri segmente nogometne igre (fazo napada, fazo obrambe, prehodi iz ene faze v drugo in prekinitve) (povzeto po Starčević, 2022).

Kopasić (2020) je na podlagi **kvantitativne** (številčni prikaz pogostosti pojavljanja določenih analiziranih spremenljivk) in **kvalitativne** (ugotavljanje zakonitosti sodelovanja igralcev v igri) analize primerjal nekatere kondicijske (fizične) parametre, ki se pojavljajo v sami igri. Primerjavo je delal med različnimi moštvi (1. SNL in vrhunskimi evropskimi ekipami). Parametri za primerjavo so bili: skupna pretečena razdalja, skupna razdalja hitrega teka (nad 20 km/h), število hitrih tekov (nad 20 km/h), skupna razdalja šprinta (nad 25 km/h) in maksimalna hitrost.

Nivo tekmovanja	N	distance	distance	distance	# of Accel. > 3 m/s ²	# of Decel. > -3 m/s ²	# of Accel. > 4 m/s ²	# of Decel. > -4 m/s ²	# of fast runs	# of Sprints	Maks. speed (km/h)
			20-25km/h (5,5-7 m/s)	nad 25km/h (nad 7 m/s)					> 20 km/h	> 25 km/h	
	#	pretečena razdalja	hiter tek	šprint	pospeški > 3 m/s ²	pojemki > -3 m/s ²	pospeški > 4 m/s ²	pojemki > -4 m/s ²	# hitrih tekov > 20 km/h	# šprintov > 25 km/h	Maksimalna hitrost
1.SNL	58	10759	501	145	88 (N=29)	89 (N=38)	14,5 (N=39)	25 (N=39)	43	9 (N=39)	29,97
Vrhunske ekipe	50	10909	862	197					78		30,4
Bližnje evropske ekipe (Dinamo, C. Zvezda, Redbull S.)	50	10973	854	161					77		30,2

Slika 5: Primerjava v nekaterih kondicijskih parametrih med različnimi moštvi

Ugotovitve na podlagi kvantitativne analize:

- pri skupni količini pretečenih metrov na posamezno tekmo je bila razlika < 2 %,
- pri količini hitrega teka (20–25 km/h) je bila razlika < 41 %,
- pri številu hitrih tekov je bila razlika < 45 %,
- pri količini šprinta (nad 25 km/h) je bila razlika < 26 % in
- pri maksimalni hitrosti je bila razlika < 1 %.



Slika 6: Pretečeni metri v različnih hitrostih

Pri kvalitativni analizi pa je bilo preko videoanalize v obravnavo vključenih šest tekem lige prvakov in šest tekem 1. SNL. Ugotovitve: po njegovem mnenju je bistvena razlika med 1. SNL in top nivojem v vsem povezano s spremembo ritma igre. Po njegovem mnenju pomeni sprememba ritma v igri trenutek pridobitve žoge oziroma prehoda v napad, trenutek izgubljene žoge oziroma prehod v obrambo, sprememba ritma v fazi napada (zaključek napada),

sprememba ritma v fazi obrambe (preprečevanje zaključka napada) in druga žoga/duel igra (atipične situacije v igri). To so situacije, kjer se začne dogajati sprememba ritma v igri. Z vidika TE-TA imajo ekipe na top nivoju v primerjavi s 1. SNL boljše skupinsko prepoznavanje trenutka za spremembo ritma v fazi napada oziroma v fazi branjenja (več igralcev skupaj), taktično – usmerjenost v igri (so zelo konkretni v teh trenutkih) in bolj natančna izvedba tehničnih elementov v visoki hitrosti.

Pri opazovanju ekip v **fazi branjenja** v srednji coni (**izvajanje pritiska iz kompaktne formacije**) in visoki coni (**izvajanje visokega pritiska**) prihaja na podlagi videoanalize tekem, po njegovem mnenju, do manjših razlik med ekipami na top nivoju in 1. SNL. Le igralci blizu žoge, ki so začeli izvajati pritisk, so le na trenutke presegli hitrost 20 km/h. Po njegovem mnenju pa prihaja do razlik, da imajo na top nivoju več % hitrega teka in šprintov, pri aktivaciji igralcev pri naslednjih situacijah v igri:

- trenutek pridobljene žoge v igri in po prekinitvi (tranzicija v napad iz srednje oziroma nizke cone),
- trenutek izgubljene žoge v igri in po prekinitvi (tranzicija v obrambo v srednjo oziroma nizko cono) pri **izvajanju protipritiska**,
- moment t. i. druge žoge (tranzicija v napad) in sprememba ritma v igri – faza napada in faza branjenja.

2. METODE DE LA

Pri izdelavi diplomske naloge monografskega tipa smo uporabili literaturo, ki obravnava nogometno problematiko in tudi drugo športno literaturo. Pri pisanju naloge smo si pomagali z domačo in tujo literaturo z omenjenih področij, z nekaterimi diplomskimi nalogami, s strokovnimi pripomočki (DVD), internetom ter lastnimi izkušnjami. Informacije s posameznih tekem so bile zbrane na podlagi faktografske metode (s pomočjo videoanalize).

PRIPOMOČKI ZA IZDELAVO

Pri izdelavi diplomskega dela smo uporabili računalniški program Tactics Manager, s katerim smo nazorno prikazali skice metodike posamične, skupinske in moštvene taktike z uporabo igralnih oblik, kjer je poudarek na igri v fazi obrambe. Poleg tega so vse skice opremljene z navodili tako za fazo obrambe kot tudi za fazo napada.

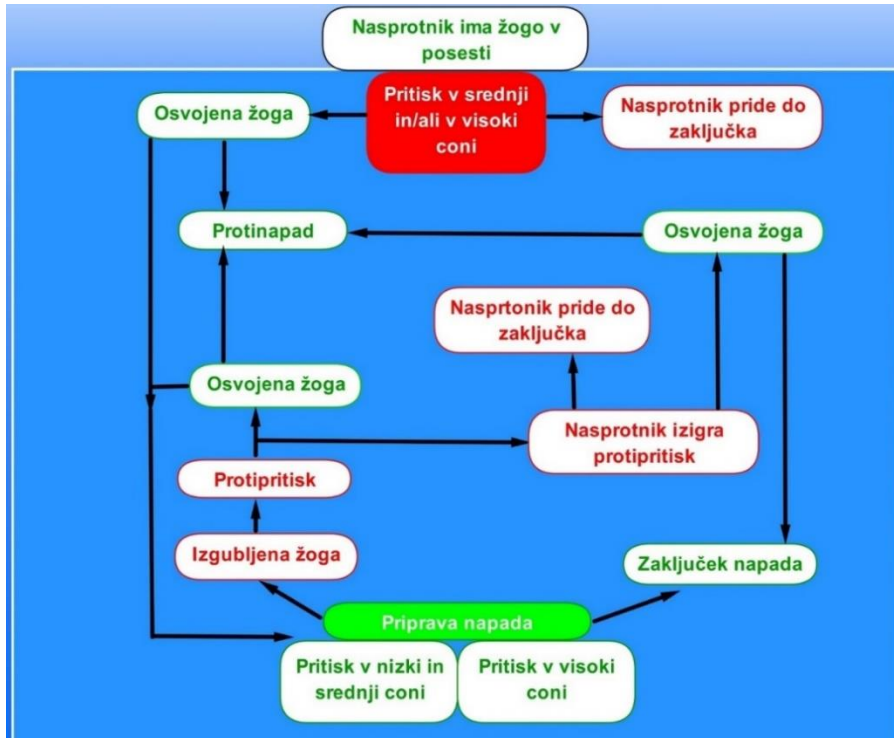
Za izdelavo vseh prikazov so bile uporabljene programska orodja SkillCorner, WyScout, Sportbase, Tactics Manager, Microsoft Word in Microsoft Excel.

3. PRITISK ALI ANGLEŠKO PRESSING – DEFINICIJA IN CILJI

Beseda **pressing** izhaja iz angleškega glagola »to press«, kar pomeni pritiskati, siliti, nadlegovati. Pritisk je način delovanja znotraj moštvene taktike v obrambi. Izvaja jo lahko več igralcev oziroma celotno moštvo. Da bi moštvo lahko izvedlo pritisk, se mora nahajati zunaj posesti. Pritisk je aktivno gibanje, ki ga običajno izvaja več igralcev hkrati, da bi nasprotnim igralcem odvzeli čas, prostor in možnosti odigravanja ter bi na koncu znova pridobili posest žoge. Čim prej in čim višje na igrišču pride do manevra, tem bolje. Pritisk je fizično in psihično zahteven, igralci potrebujejo čas, da se mu prilagodijo. Ključnega pomena je konstanto ponavljanje med treningi. Pritisk je postal v sodobnem nogometu ključnega pomena. Postal je bolj osredotočen, bolj specifičen in bolj usklajen, njegov učinek pa se je povečal zaradi širših izboljšav v športni znanosti in fitnessu, kar je še bolj prispevalo k njegovi uporabi. Igra je danes veliko bolj atletska kot pred desetletjem. Več igralcev lahko teče hitreje in dlje. Z analizo podatkov pa lahko ekipe odkrijejo šibke člene, točke v vrstah nasprotnikov in se zato lahko usmerijo na določene igralce.

Glavni cilj pritiska je pridobiti žogo. Na podlagi agresivnega pritiska se nasprotnika prisili, da naredi napako ali netočno podajo, kar privede do izgube žoge in do priložnosti za zadetek lastne ekipe. Kot dodatni cilj pritiska je prekiniti nasprotnikovo organizacijo napada in blokirati linijo podaje.

Spodnja shema lahko pomaga tako trenerjem kot igralcem bolje razumeti teoretična načela pritiskanja. Enostavno povedano, vedno sta samo dve možnosti – nasprotnik ima žogo v posesti (beri od zgoraj) ali lastna ekipa ima žogo v posesti in gradi napad (beri od spodaj). Če ima žogo v posesti nasprotna ekipa, lahko lastna ekipa odvzame žogo s pomočjo pritiska ali pa nasprotnik pride do zaključka napada. Če uspešno pridobimo žogo, lahko neposredno začnemo protinapad ali pa s podajo nazaj začnemo nov napad. Tudi ko lastna ekipa gradi napad, prihaja do dveh možnosti. Pri prvi lastna ekipa pride do zaključka napada, druga možnost pa je, da izgubimo žogo (uspešen pritisk nasprotnika). Če je tako, sta spet dve možnosti: hiter prehod v obrambo (ni v shemi) ali pa žogo takoj pridobiti s protipritiskom.



Slika 7: Shema sistema pritiska

Pritisk (angl. Pressing) in pritisk (angl. Pressure) se pogosto poimenujeta enako, vendar imata zelo različen pomen. Pressure se lahko pojavi v katerem koli trenutku igre, ko se igralci obeh ekip približajo drug drugemu na katerem koli delu igrišča. Pressing pa vključuje namero, saj želi ekipa ali igralec izvajati pritisk z namenom, da bi vplival na žogo ali igralca, odvisno od njihovega taktičnega cilja (The football coach, 2019).

Kaj moramo upoštevati pri izvajanju pritiska?

- osnovno postavitev lastne in nasprotnikove ekipe,
- v katerem delu na igrišču ga moramo izvajati,
- kje na igrišču bi bilo idealno pridobiti žogo in
- na kakšen način bi ga izvedli.

(povzeto po Ralf, 2019).

3.1. ZGODOVINA PRITISKA

Pritisk se je v sodobnem nogometu pojavil po že davno prisotni conski igri in igri »igralec na igralca«. Nemčija je bila v tem najboljši predstavnik. Kasneje je prišlo do velikega razvoja nogometa s kvalitetnimi posamezniki, ki jih nihče ni mogel tesno pokrivati. Igra se je vrnila na consko branjenje (na prevzemanje igralca), vendar to ni bilo dovolj, igralci so bili "sproščeni" in ni bilo posvečene pozornosti na razporeditev, na igralce, na kakovost ..., in prišlo je do pritiska na žogo (Ivič, 2005).

Čeprav je zelo sporno, kateri trener je »izumil« **pritisk** in se zlahka strinjamo, da pravega odgovora morda nikoli ne bomo izvedeli, se običajno povezuje z ruskim trenerjem po imenu Maslov, čigar vpliv v šestdesetih letih prejšnjega stoletja se pogosto opisuje kot trenutek, ki je spremenil igro in povzročil revolucijo v njej. Iz takrat slavnega sistema 4-2-4 je ustvaril bolj strukturiran sistem 4-4-2 in je od posameznih igralcev zahteval, da branijo posamezne položaje na igrišču, s čimer je skoraj ustvaril »conski« obrambni sistem.

Taktika **visokega pritiska** se v nogometu uporablja že več desetletij, a se je njena priljubljenost v zadnjem času zelo povečala. Čeprav natančen izvor nogometa z visokim pritiskom ni jasen, naj bi ga prvič uporabil avstrijski trener **Ernst Happel** v sedemdesetih letih prejšnjega stoletja. Happelova belgijska ekipa Club Brugge je uporabljala agresivni način pritiska, ki ji je leta 1978 pomagal priti v finale evropskega pokala.

Še bolj prepoznaven stil igre, t. i. »totalni nogomet« (sam ga je poimenoval »totalni pressing«) je leta 1974 na svetovnem prvenstvu predstavil **Rinus Michels**. Arhivski posnetki kažejo, kako legendarni nizozemski trener Rinus Michels nasprotnikom nikoli ni dal časa, da bi se ustrezno pripravili na igro od zadaj in je vztrajno pritiskal na tekmece, dokler niso bili prisiljeni v podajo, ki je niso želeli opraviti. Še pred tem je s tem stilom igre dominiral z nizozemsko ekipo Ajaxa, kjer je sestavil enega izmed najbolj osupljivejših nizov rezultatov v zgodovini nogometa – v sezoni 1971/72 in 1972/73 so zmagali na vseh 46 domačih tekmah.

Kot prelomnico uveljavitve visokega pritiska lahko štejemo finale takratne lige šampionov med kluboma Ajax in Interja iz Milana, 31. 5. 1972, kjer so igralci Ajaxa z igro visokega pritiska

presenetili italijanski »catenaccio« in bili v številu izvedenih pritiskov na nasprotnikovi polovici v občutni premoči – 74 : 11. V osemdesetih letih je njegov stil igre »totalnega nogometa« nadaljeval njegov bivši igralec **Johan Cruyff**. Cruyff je omogočal fleksibilnost igralcev v posesti z izmenljivimi položaji, imel pa je nekoliko manj zagnani pristop, vendar še vedno dovolj agresiven slog pritiskanja, toda vseeno nekoliko manj, kot ga je izvajal Michels.

V devetdesetih letih prejšnjega stoletja je ekipa AC Milan pod vodstvom **Arriga Sacchija** uporabljala metodo visokega pritiska, ki je temeljila na konceptu »pritiska v bloku«. Saccijeva ekipa je običajno igrala v sistemu 4-4-2 v zelo organizirani obliki in z visokim pritiskom, kar je bilo v Italiji presenečenje, saj so trenerji po pravilu favorizirali nizki obrambni blok, znan kot italijanska beseda »Catenaccio«. Sacchijeva ekipa je igrala z zelo visoko zadnjo linijo, z zelo majhnimi razdaljami med linijami in iz kompaktnega srednjega bloka izvajala pritisk proti žogi. V zadnjih dvajsetih letih se je pojavilo veliko trenerjev (Guardiola, Klopp, Bielsa, Rangnick, Nagelsmann, Gasperini ...), ki izvajajo visok pritisk in protipritisk na nasprotnikovi polovici.

Dandanes sta najuspešnejša predstavnika igre visokega pritiska **Pep Guardiola** in **Jürgen Klopp**. Z neverjetno napadalno in napredno filozofijo sta revolucionarno spremenila igro v posesti in zunaj nje. Ekipa Barcelone pod vodstvom Pepa Guardiole je uporabljala taktiko visokega pritiska, ki se je osredotočala na pridobivanje žoge nazaj na nasprotnikovi polovici, pod znamenito frazo »šest sekund ali manj«. Ekipi Jürgena Kloppa, Borussia Dortmund in Liverpool, sta v zadnjem času popularizirali taktiko visokega pritiska, ki jo v Bundesligi in Premier League uporabljata z velikim uspehom (povzeto po The Football Coach, 2019).

VPLIV NOGOMETNIH PRAVIL

Sam razvoj visokega pritiska pa je povezan tudi s spremembo nogometnih pravil. Eno najpomembnejših je bilo uvedeno leta 1992, ko je bilo vratarjem prepovedano igranje z roko ob namernem vračanju žoge soigralcev proti vratarju. Leta 1998 je sledilo še pravilo 6 sekund, ki dovoljuje vratarjem, da lahko žogo v rokah držijo le 6 sekund. Tako je vse več ekip začelo izvajati visoki pritisk ob podaji nasprotnih igralcev do svojega vratarja (najbolj zaradi takrat še slabše igre vratarja z nogo) in ga s tem silile v napako oziroma slabšo organizacijo napada. Da bi nogometna igra postala še bolj atraktivna in bi se še naprej razvijala, so v sezoni 2019/2020

uvedli novo pravilo pri udarcu od vrat oz. golavtu. Namesto starega pravila, kjer so se ob izvedbi udarca od vrat igralci braneče se ekipe in nasprotne ekipe morali nahajati zunaj kazenskega prostora, so uvedli novo pravilo, ki zdaj dovoljuje, da se igralci braneče ekipe ob izvedbi udarca od vrat nahajajo v kazenskem prostoru, igralci nasprotne ekipe pa morajo še vedno biti zunaj kazenskega prostora, dokler žoga ni v igri. Zaradi tega pravila so se v zadnjih letih ekipe specializirale pri pripravi napada od vratarja (angl. Build up) in posledično pri izvajanju visokega pritiska visoko na nasprotnikovi polovici.

3.2. VRSTE PRITISKA

Pritisk je obrambna strategija, katere cilj je prekiniti nasprotnikovo posest in znova pridobiti žogo. Ekipe lahko uporabljajo različne taktike pritiska, odvisno od načina igre ter prednosti in slabosti nasprotnika. Pri organiziranem pritisku je vse odvisno od tega, v kateri višini na igrišču želimo izvajati pritisk in kje želimo žogo odvzeti.

NAJPOGOSTEJŠE VRSTE PRITISKA V NOGOMETU

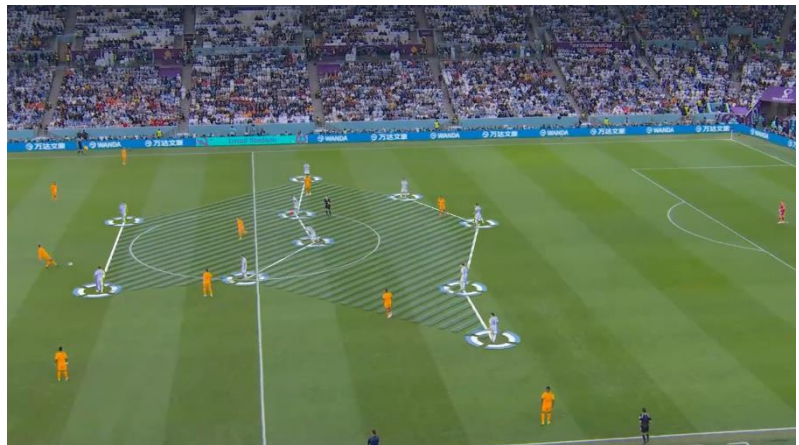
Glede na višino izvedbe pritiska na igrišču razlikujemo:

- **Pritisk v visoki coni oziroma visoki pritisk:** kot že ime pove, gre pri visokem pritisku za pritisk na nasprotnikove igralce v visoki coni. Cilj te taktike je hitro pridobiti žogo in jo vrniti blizu nasprotnikovega gola, kar ekipi, ki pritiska, daje odlično priložnost za zadetek.



Slika 8: Pritisk v visoki coni

- **Pritisk v srednji coni:** pritisk na nasprotnikove igralce v sredini igrišča. Cilj te taktike je omejiti nasprotnikov napredek proti napadalni coni in jo prisiliti k napakam.



Slika 9: Pritisk v srednji coni

- **Pritisk v nizki coni:** je zelo redek, saj ekipe v nizkem branjenju praviloma delujejo pasivno consko. Redke so ekipe, ki izvajajo pritisk na nasprotnikove igralce v obrambni tretjini igrišča, saj obstaja možnost prekrškov, kar predstavlja nevarnost za prejem zadetka.



Slika 10: Pritisk v nizki coni

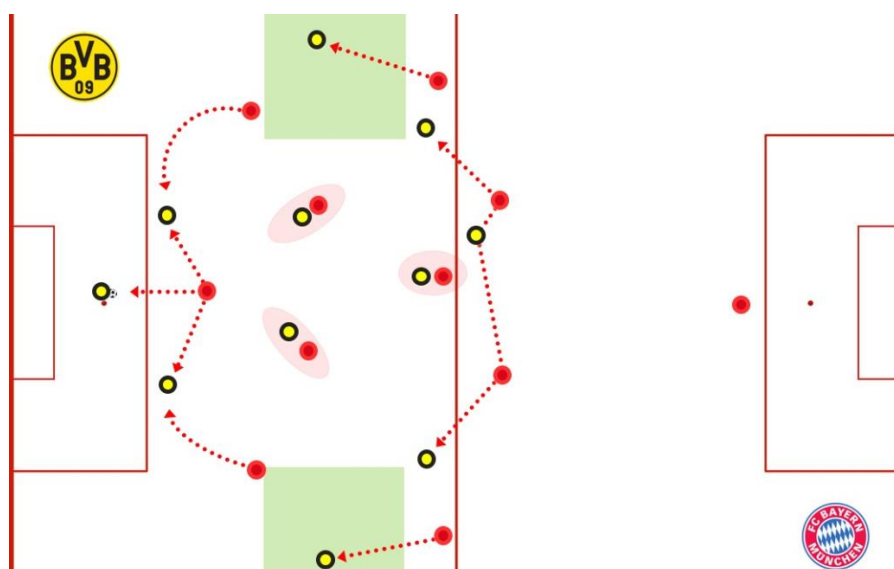
Glede na usmerjenost pritiska na igrišču razlikujemo:

- **Pritisk usmerjen na nasprotnega igralca:** pri tej vrsti pritiska se igralci orientirajo proti poziciji nasprotnega igralca. V najslabšem primeru to pomeni, da igralci na igrišču pokrivajo nasprotnikovih deset igralcev, igra 1 : 1 po celem igrišču, ki mora biti zelo dobro izvedena. Prednost tega načina je v tem, da nasprotnik v teoriji nima prostih igralcev za ustvarjanje

viška ali številčne premoči, hkrati pa je pritisk na nasprotnika z žogo zelo intenziven. Primer ekipe, ki izvaja takšno branjenje (tega pritiska) je Atalanta Bergamo.

- **Pritisk usmerjen na prostor:** cilj prostorsko usmerjenega pritiska je, kot že ime pove, osredotočen na cone na igrišču, ki jih vsak trener in ekipa določata drugače. Na primer, pri pritisku v srednji coni gre za obrambo sredine igrišča. Pri tem ni ključna le višina lastnega pritiska, temveč tudi organizacija in postavitve igralcev. V bistvu gre za branjenje prostorov, ki veljajo za posebej nevarne oziroma ključne, lahko pa prihaja do ustvarjanja številčne premoči na določenih področjih igrišča.
- **Pritisk usmerjen na žogo:** tu se igralci ne osredotočajo na nasprotnika ali na določene prostore ali tudi cone igrišča, temveč se osredotočajo na položaj žoge. To pomeni, če je žoga na levi strani igrišča, se vsak igralec znotraj osnovne formacije premakne v levo.

Pri teh treh različicah je pomembno opozoriti, da lahko vse tri oblike delujejo skupaj.



Slika 11: Prikaz sočasnega delovanja vseh treh oblik glede na orientacijo pritiska na igrišču

V zgornjem primeru je jasno, da imajo vlogo vsi trije dejavniki:

- usmerjenost na nasprotnika (v sredini),
- prostorska usmerjenost (organizacija in zavestno odkrivanje krilnih prostorov) in
- usmerjenost na žogo, kar pomeni premikanje igralcev glede na položaj žoge.

POSEBNE OBLIKE PRITISKA

- **Sprožilni pritisk (angl. Trigger Pressing):** Posebna vrsta pritiska, ki vključuje pritisk na nasprotnega igralca, ko ta prejme žogo na določenem območju ali v določeni situaciji. Ekipe lahko na primer sproži pritisk, ko nasprotni branilec dobi žogo blizu stranske črte ali ko nasprotni vratar odigra prekratko podajo.

Tipični sprožilci pritiska so:

- a) prečna podaja nasprotnika oziroma dolge podaje (podaje, ki časovno dolgo potujejo),
 - b) »povabilo« nasprotnika: žoga v določenem prostoru oziroma coni (usmerjen pritisk), izbira »žrtve« pritiska in
 - c) situacijski pritisk, ko je nasprotnik obrnjen s hrbtom od nasprotnega gola in odigra podajo nazaj.
- **Protipritisk (angl. Counter Pressing):** je taktika intenzivnega pritiska, ki vključuje pritisk na nasprotno igralce takoj po izgubi posesti žoge. Cilj te taktike je hitro znova pridobiti posest in nasprotniku preprečiti nasprotni napad. Vsak pritisk zahteva drugačne spretnosti, usklajevanja in taktično ozaveščenost ekipe, ki izvaja pritisk.
 - **Pritisk ob prekinitvah (angl. Dead Ball Pressing):** je taktika izvajanja pritiska na nasprotnika po izvedeni prekinitvi, kot je na primer: pri vmetavanju, pri kratki podaji iz prostega udarca, pri udarcu od vrat in pri začetnem udarcu (povzeto po internetnem viru Miasanrot.com).

PROAKTIVNI PRITISK (angl. PROACTIVE PRESSING) IN REAKTIVNI PRITISK (angl. REACTIVE PRESSING)

V preteklosti smo se srečali s številnimi različnimi oblikami poimenovanja pritiska, kot so, pritisk po celem igrišču (angl. full court pressing), visoki pritisk (angl. high press), protipritisk (angl. counter press). Vsi načini razmišljanja so o enakem formatu, to je čim hitrejša pridobitev žoge v različnih trenutkih igre z organiziranim pritiskom ali pritiskom ob prehodu v fazo branjenja. Če govorimo o organiziranem pritisku v fazi branjenja, obstajata dve vrsti pritiska: REAKTIVNI in PROAKTIVNI pritisk.

REAKTIVNI pritisk je sposobnost ekipe, da vidi posebne sprožilce, ko lahko odvezemo žogo nasprotniku. V tem primeru igralci čakajo na pravi trenutek za izvedbo pritiska, namesto, da bi izsilili napako nasprotnika visoko na njegovi polovici.

PROAKTIVNI pritisk pa deluje ravno obratno, tu pa igralci ne čakajo na napako nasprotnika, ampak pritisnejo visoko in s tem prisilijo nasprotnika v napako.

V obeh primerih je pomembna sposobnost razumevanja ključnih sprožilcev (slab sprejem žoge, prepočasna podaja, podaja na slabšo nogo soigralcu, žoga ob robu igrišča, podaja nazaj, igralec z žogo obrnjen proti svojemu голу ...) in da igralci razumejo, kdaj, kje in kako braniti.

Kot najbolj značilen trenutek za začetek pritiska je, da poskušamo opazovati nasprotnika, še posebej položaj glave in telesa igralca v posesti žoge, to je, da reagiramo na kazalnike ali igralec z žogo gleda gor ali dol in kam so obrnjeni njegovi boki. Ko ima igralec dvignjeno glavo, je jasno, da ne bo izvedena podaja, ko pa ima spuščeno glavo, je pravi trenutek za začetek izvajanja pritiska (povzeto internetnem viru The Coaching Manual)

Primer opazovanja položaja glave in telesa nasprotnega igralca z žogo prikazuje naslednja slika.



Slika 12: Opazovanje igralca glede na položaj glave in telesa igralca z žogo

3.3. ZAKONITOSTI IN PRINCIPI PRITISKA

Vsak trener, ki želi uporabiti pritisk kot način igre, mora upoštevati naslednje zakonitosti oziroma principe:

1. – Čas (angl. Timing): pritisk se mora začeti takoj po izgubljeni žogi (velja zlasti za protipritisk).
2. – Hitrost, intenzivnost in agresivnost (angl. Speed, Intensity, Aggression): pritisk je treba izvajati z visoko hitrostjo in intenzivnostjo, da se skrajša čas, ki je na voljo nasprotniku.
3. – Povezanost (angl. Cohesion): igralci morajo skupaj delovati kot ena enota, da so lahko učinkoviti. Obstajati morata razumevanje in komunikacija glede tega, kdo izvaja pritisk in kdo pokriva. Gibanje igralcev mora biti usklajeno po vseh igralnih linijah.
4. – Specifična taktika: da bi bili igralci učinkoviti pri izvajanju pritiska, morajo dobiti posebna navodila.
5. – Kompaktnost (vertikalna, horizontalna in diagonalna medsebojna povezanost igralcev): Razdalja med linijami oziroma vsi igralci so smiselno razporejeni v velikosti prostora 25 x 25 m.
6. – Ravnesje (angl. balance): igralci morajo vedeti, kdaj prenehati pritiskati in kdaj preiti v obrambo, če nasprotnik prebije pritisk. Prav tako ekipe ne morejo pritiskati z visoko intenzivnostjo skozi celotno tekmo, zato je treba s strani igralcev prepoznati situacijo, kdaj pritisniti in kdaj se vrniti v obrambno formacijo.
7. – Branje namere nasprotnika – anticipacija: skozi predvidevanje nasprotnikove poteze je izvajanje pritiska za odvzem žoge lahko še uspešnejše.
8. – Povratni tek za izgubljeno žogo: igralec se po najkrajši poti vrača z namenom podvajanja nasprotnika (povzeto po The Art of Defending, 2020).

3.4. TAKTIKA PRITISKA

Ekipe uporabljajo različne taktike pritiska, ki se lahko razlikujejo glede na višino linije pritiska, cilje pritiska, ter pasti (angl. traps) in sprožilce pritiska. Pritisk mora biti strukturiran in usmerjen,

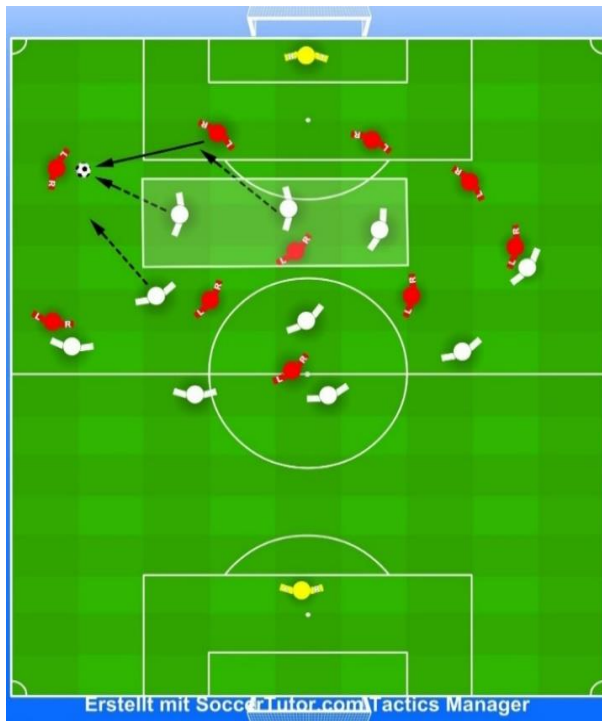
saj zaradi vse pogostejše uporabe agresivnega visokega pritiska obstajajo tudi ekipe, ki so odlične v posesti žoge in na ta način bolj pripravljene na prebijanje skozi linije pritiska.

Sprožilci pritiska so dejanja nasprotnika ali okoliščine igre, ki obrambni ekipi sporočajo, da mora začeti pritiskati. Ekipa mora biti pripravljena pritiskati, saj če nima dovolj igralcev za učinkovito izvajanje pritiska, je bolje ohraniti kompaktno obrambno obliko.

Poleg višine izvedbe pritiska pa ima pomembno vlogo tudi usmerjenost. Ekipe se usklajeno branijo po širini ali globini na igrišču, da bi iz določenih razlogov branile določene prostore.

RAZLIČNI TIPI TAKTIČNIH PRISTOPOV

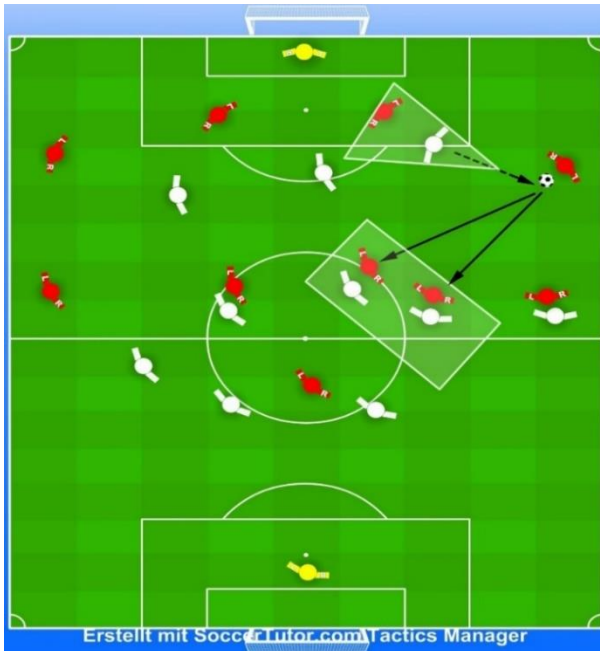
TAKTIKA 1



Z ozko postavitevijo napadalne linije (zapiranje linije podaje skozi sredino) se prisili nasprotnika, da poda žogo na stran do bočnih igralcev, na katere se izvede pritisk za odvzem žoge. Tovrstni pritisk izvaja večina moštev.

Slika 13: Taktika pritiska 1

TAKTIKA 2



Slika 14: Taktika pritiska 2

Postavljanje pasti na sredini igrišča.

Napadalna linija se v tem primeru postavlja višje glede na druge igralce (krilni napadalec onemogoča podajo nazaj centralnemu branilcu), hkrati pa igralci srednje linije nastavljajo past, omogočanje podaje žoge nasprotnika veznemu igralcu. Pri tem poskušajo prestreči žogo in takoj izvesti podajo do napadalcev v medprostoru.

Tipičen primer tega pritiska je igra ekipe Kloppovega Liverpoola, kjer iščejo tip agresivnega in dinamičnega veznega igralca.

TAKTIKA 3



Slika 15: Taktika pritiska 3

Cilj pri tej taktiki pritiska je prisiliti nasprotno ekipo v nekontrolirano dolgo podajo naprej, kjer se s postavitvijo igralcev v zadnji liniji ustvarja številčna premoč, s katero lažje pridemo do posesti žoge, ter potem nove organizacije kontinuiranega napada. Primer igre ekipe Manchester City z željo po dominantni posesti žoge, s katero ima kontrolo nad potekom igre.

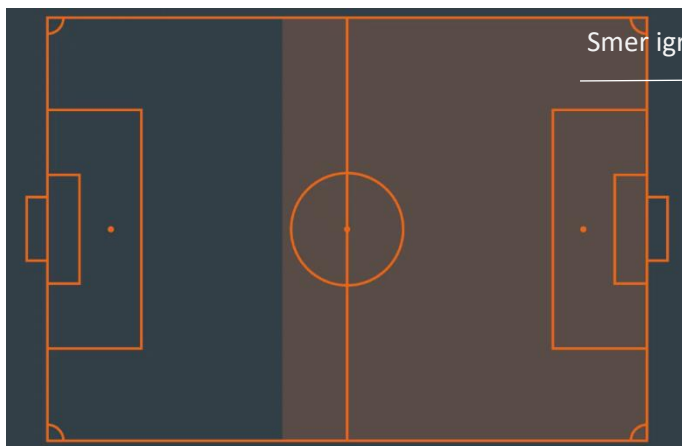
TAKTIKA 4

Po izgubljeni žogi visoko v napadu se uporablja protipritisk z željo po odvzemu žoge v 6 do 8 sekundah, v primeru neuspelega odvzema žoge se igralci pomaknejo v nižjo obrambno pozicijo (povzeto po The Art of Defending).

3.5. PPDA IN BDP

Podobno kot pri drugih merjenjih v nogometu se lahko s pomočjo parametrov PPDA ali BDP količinsko opredeli obseg in intenzivnost visokih pritiskov z namenom, da lahko trenerji že na prvi pogled ocenijo, v kolikšni meri nasprotne ekipe uporabljajo visoki pritisk ali protipritisk, in za lažje razumevanje različnih pristopov pritiska.

PPDA (angl. Passes per defensive action), ki meri, koliko podaj dopustimo nasprotniku, preden začnemo izvajati obrambno delovanje v napadalnih območjih. Ti podatki so posebej zanimivi zato, ker se izvajajo v območju 40 % stran od lastnega gola oziroma zadnjih 60 % igrišča. Na spodnji sliki je z rjavo barvo prikazano območje, na katerem se določajo vrednosti PPDA.



Slika 16: Območje, v katerem se beležijo vrednosti PPDA

Formula za izračun PPDA je zelo enostavna, v tem območju se seštevajo podaje nasprotnika in delijo s številom obrambnih akcij (uspešen duel, prekršek ali prestrežena podaja).

$$\text{PPDA} = \text{Število podaj nasprotnika} / \text{število obrambnih akcij}$$

Nizka vrednost parametra PPDA pomeni, da ekipa dovoljuje nasprotniku manjše število podaj, predem začnemo z obrambnimi akcijami, kar nakazuje, da na nasprotnika pritiskamo z največjo možno intenzivnostjo. Po podatkih Wyscouta je imela Barcelona v sezoni 2021/22 najnižjo vrednost PPDA (7,26) med vsemi petimi najboljšimi evropskimi ligami, Liverpool pa je imel najnižjo vrednost PPDA (8,62) v Premier ligi.

Visoka vrednost parametra PPDA pa pomeni, da se ekipa brani pretežno zelo nizko in malokdaj poskušajo pritisniti na nasprotnika na njegovi polovici igrišča. V prvih petih evropskih ligah sta v sezoni 2021/22 najvišji parameter (16,93) imela Norwich City v Premier ligi in Troyes v Ligue 1 (Francija).

Pri uporabi merjenih podatkov je treba upoštevati še druge parametre, saj bodo obstajale ekipe s prav tako nizko vrednostjo PPDA, kar ne bo posledica izvajanja intenzivnega pritiska, temveč posledica močne prevlade v posesti igre, prav tako bodo imele ekipe, ki se po doseženem zadetku intenzivno branijo do zaključka tekme (običajno ekipe z dna prvenstvene lestvice) visoko vrednost, zato je treba podatke PPDA pravilno interpretirati za posamezno tekmo.

Pri ocenjevanju vrednosti PPDA je treba vedno upoštevati tudi, da obrambne igre ne moremo okarakterizirati zgolj s parametri (uspešen duel, prekršek ali prestrežena podaja), saj se pri teh meritvah ne zabeleži intenzivnost obrambne akcije. Prav tako je nemogoče iz podatkov razbrati ali je v obrambni akciji prišlo do stika z žogo ali ne in ali je bilo uspešno ali ne. Posledično ni mogoče določiti uspešnosti izvedenega pritiska.

Uporabnost vrednosti PPDA

S pomočjo PPDA lahko hitro ugotovimo, ali ekipa pritiska visoko ali ne in kako ekipa pristopa k igri v fazi branjenja. To lahko ugotovimo hitreje kot z videoanalizo nasprotnika, ki lahko traja tudi več ur. Tako kot večina statističnih meritev v nogometu je PPDA uporabno orodje, ki lahko ob pravilni uporabi prispeva k našemu razumevanju igre.

BDP (angl. Buildup disruption percentage) – odstotek napak podaj ekipe pri pripravi napada

Podatek, ki omogoča vpogled, da vidimo, kako so ekipe sposobne preprečiti svojim nasprotnikom pripravo napada. Če izračunamo stopnjo uspešnih podaj naše ekipe za vsako tekmo, jo lahko primerjamo s povprečno vrednostjo iste ekipe in izračunano odstotno razliko.

Če potem naredimo primerjavo z nasprotnikovo povprečno natančnostjo podaje in spremenimo predznak, dobimo uspešnost nasprotnikovega pritiska na fazo napada. Pozitivne vrednosti BDP kažejo na agresiven pristop pri pritisku, negativne vrednosti pa kažejo na pomanjkanje pritiska ali na neučinkovit pritisk.

Z BDP dopolnjujemo podatke PPDA in si lahko ustvarimo še boljšo sliko o nasprotni ekipi.

3.6. VISOKI PRITISK ALI PROTINAPAD, KATERA TAKTIKA JE BOLJ UČINKOVITA V SODOBNEM NOGOMETU

Nekatere ekipe oziroma trenerji so bolj naklonjeni taktiki igre s protinapadi, pri kateri poskušajo nadzorovati prostor, pritisk pa po večini uporabljajo z namenom pridobitve ponovne posesti med prehodom iz napadalne v obrambno fazo. Kot sinonim za uspešno igro s protinapadi so bile v preteklosti ekipe Porto (Mourinho), Leicester City (Ranieri) in Atletico Madrid (Simeone). Danes najboljše ekipe uporabljajo visoki in agresiven pritisk v napadalni tretjini, s čimer si prizadevajo obdržati posest žoge visoko na igrišču.

Visoki pritisk lahko opredelimo kot igro s kolektivnim in organiziranim poskusom pridobitve žoge visoko v polju nasprotnika, saj vključuje v aktivnost celotno ekipo, da prisili nasprotnika v igro z daljšimi podajami ali bolj tvegane prehode na območjih, kjer so v številčnem deficitu. Podobno se lahko pritisk izvaja na nasprotnika, da odigra podajo do igralca, ki je tehnično šibek v posesti žoge, čemur sledi hitro zapiranje prostora in izvajanje discipliniranega pritiska na igralca z žogo.

Ne glede na dobro izvedbo visokega pritiska je to relativno tvegana strategija, ki zahteva sodelovanje vseh igralcev, ekipa pa mora držati visoko obrambno linijo. Najbolj značilen predstavnik tovrstne igre je Jürgen Klopp (Liverpool), ki imenuje tovrstno igro »gegenpressing« (iz nemščine), saj njegove ekipe v napadalni tretjini izvajajo še posebej visok pritisk na

nasprotnika. Liverpool redno izvaja med 160 in 180 pritiski na tekmo, kar ga uvršča med najboljše ekipe v Premier ligi.

Na drugi strani Manchester City izvaja v napadalni tretjini nekoliko manj intenziven visoki pritisk, pri čemer uporabljajo pravilo »treh sekund«, ki pomeni, da imajo igralci po izgubljeni žogi tri sekunde časa za izvajanje protipritiska, da pridobijo žogo nazaj in ga je njihov trener Pep Guardiola uporabljal že, ko je bil trener v Barceloni. Manchester City, ko pritiska visoko, pogosto izbere taktiko mož na moža, pri čemer visoko pritiskajo tudi drugi igralci.

S taktiko protinapada bomo nasprotniku dovolili posest žoge in v trenutku, ko nasprotni igralci menjajo položaje, uporabimo pritisk za pridobitev žoge, čemur sledi bliskovit prehod v napad. Takšna igra vključuje daljše prehode in veliko teka, zlasti ko napadamo globino izza obrambne linije nasprotnika, pri čemer je ključno, da ohranjamo relativno globoko obrambno linijo in strukturo za primer izgubljene žoge.

KATERA TAKTIKA JE BOLJ UČINKOVITA?

Zaradi sprememb v razmerju kakovosti na primer v Premier lige (posledica večjega vložka denarja), se je pri večini ekip opazno spremenil slog igranja, ki v osnovi vključuje visoki pritisk in igro v napadalni tretjini nasprotnika. To v končni fazi pomeni, da se morajo ekipe okrepiti z igralci, ki so sposobni izvajati pritisk na nasprotnika vseh 90 minut igre. Zaradi tega je taktika protinapada postala vse bolj manj pogosta.

Na splošno je v zadnjem obdobju visoki pritisk uspešnejša in učinkovitejša izbira, vendar pa se lahko agresivni in hitri protinapadi izkažejo uspešni, tudi če je na splošno s to taktiko težje osvojiti prvenstvo (povzeto iz internetnega vira discountfootballkits.com).

4. VISOKI PRITISK IN PROTIPRITISK

4.1. VISOKI PRITISK

Taktika visokega pritiska v nogometu je priljubljena in učinkovita strategija, ki jo v sodobnem času uporabljajo številne vrhunske nogometne ekipe. Ta taktika vključuje pritisk na igralce nasprotne ekipe in jih sili k napakam ali izgubi žoge. V tem poglavju bomo podrobno proučili taktiko visokega pritiska v nogometu. Poleg tega je visoki pritisk agresiven in proaktiven pristop k obrambi, katerega cilj je pridobiti žogo nazaj visoko na igrišču. Ta taktika vključuje pritiskanje na nasprotne igralce, ko ti prejmejo žogo, ter jim odvzemanje prostora in časa za sprejemanje odločitev. Taktika visokega pritiska je v sodobnem nogometu vse bolj priljubljena, saj ekipam omogoča nadzor nad igro, ustvarjanje priložnosti za zadetek in omejevanje nasprotnikovih priložnosti. To je proaktiven način branjenja, namesto pasivnega čakanja, da nasprotniki naredijo potezo. Gre za agresiven način igranja, ki na koncu skuša prevzeti nadzor nad igro.

4.1.1. PREDNOSTI IN SLABOSTI VISOKEGA PRITISKA

PREDNOSTI VISOKEGA PRITISKA

Taktika visokega pritiska v modernem nogometu postaja vse bolj priljubljena, saj ima številne prednosti:

- Ustvarjanje priložnosti za zadetek:

Taktika visokega pritiska lahko privede do hitrih preobratov in tudi protinapadov, kar pomeni ustvarjanje velikega števila priložnosti za zadetek. Z osvojitvijo žoge visoko v polju nasprotnika lahko ekipe dokaj enostavno izkoristijo obrambne slabosti nasprotnika in dosegaajo veliko število zadetkov.

- Nadzor nad igro:

Visoki pritisk pomaga ekipam nadzorovati igro, saj nasprotniku omejujemo posest in narekujemo tempo igre. Tovrstna taktika nasprotnika sili, da dela napake, kar vodi do izgubljenih žog in ustvarjanja priložnosti za doseganje zadetka.

- Zmanjšanje bremena v obrambi:

S to taktiko zmanjšujemo obrambno obremenitev ekipe. S tem nasprotniku preprečujemo, da bi dobil zagon in napadel obrambno tretjino naše ekipe.

- Dvig morale ekipe:

Taktika visokega pritiska zahteva visoko intenzivnost in timsko delo celotne ekipe. Uspešno izvajanje te taktike prispeva k dvigu morale ekipe in zagotavlja psihološko prednost pred nasprotnikom.

- Pritisk na nasprotnika:

S to taktiko povzročamo izjemen pritisk na nasprotne igralce, jih silimo k napakam in izgubi posesti žoge. To lahko povzroči frustracijo in psihološko utrujenost nasprotnika, ki prav tako zmanjšuje uspešnost igre nasprotne ekipe.

POMANJKLJIVOSTI VISOKEGA PRITISKA

Ne glede na popularnost in uspešnost visokega pritiska se moramo zavedati tudi pomanjkljivosti visokega pritiska:

- Fizično zelo zahteven:

Taktika visokega pritiska zahteva visoko stopnjo fizične pripravljenosti igralcev in vzdržljivosti celotne ekipe. Vložiti je treba veliko teka in sprintov, kar je na splošno naporno in povečuje tveganje za poškodbe.

- Tveganje za nasprotni napad:

Ker vključuje taktika visokega pritiska postavitev ekipe visoko na igrišču, puščamo za seboj veliko prostora za nasprotni napad z dolgimi žogami in hitrimi protinapadi. Če ekipa ne deluje usklajeno, postanemo lahka tarča za prejem zadetka.

- Ranljivost na spretnega nasprotnika:

Taktika visokega pritiska je lahko manj učinkovita proti izkušenemu nasprotniku, ki zelo dobro baranta z žogo in dobro podaja soigralcem. Zato lahko nastanejo vrzeli v fazi obrambe, kar lahko vodi do zadetka nasprotnika.

- Visoka taktična disciplina:

Visoki pritisk zahteva zelo visoko raven taktične discipline ekipe, ki ga izvaja. Če posamezni igralci prekinejo strukturo pritiska ali ne pritisnejo ob pravem času, se lahko sistem sesuje in nastanejo veliki prostori, ki jih lahko izkoristi nasprotna ekipa.

– Mentalna utrujenost:

Taktika visokega pritiska zahteva visoko koncentracijo in mentalno budnost ekipe. Igralci, ki postanejo utrujeni in izgubijo koncentracijo, lahko delajo napake, kar lahko vodi do izgubljenih žog in prejetih zadetkov (povzeto po Curneen, 2017).)

4.1.2. KARAKTERISTIKA IGRALCEV VISOKEGA PRITISKA

Ustvarjanje sistema igre visokega pritiska zahteva spremembo načina razmišljanja in dela igralca, kar je nujno potrebno za izboljšanje in ohranjanje ravni uspešnosti. Ob tem ima trener odločilno vlogo, da pomaga igralcem spoznati, kako zahtevna in negotova pot čaka igralce pri doseganju zastavljenega ter kakšne bodo ovire. Pri vsem tem pa je zelo pomembno ustvariti profil igralca za igro v sistemu branjenja z visokim pritiskom.

VRATARJI

<p>Taktično:</p> <ul style="list-style-type: none"> – prepoznavanje dinamike igre, – prepoznavanje situacij, kdaj narediti izhod in kdaj ne, – sposobnost branja igre in predvidevanje gibanja nasprotnih napadalcev. 	<p>Fizično:</p> <ul style="list-style-type: none"> – biti hiter na kratke in daljše razdalje, – mentalna in fizična vzdržljivost zadržanja ravni koncentracije, – hitre reakcije, da lahko pomaga ekipi pri prehodu med fazama igre.
<p>Tehnično:</p> <ul style="list-style-type: none"> – sposoben odigrati kratke in dolge podaje, – sposobnost hitrega odigravanja žoge, ohranjanje dinamike igre, – sposobnost sprejema žoge z ene strani in odigravanja na drugo stran. 	<p>Mentalno:</p> <ul style="list-style-type: none"> – odločanje, – disciplina, – sposobnost komunikacije in podajanje informacij soigralcem, – odlično razumevanje in medsebojna izmenjava informacij z ožjo obrambo.

CENTRALNI BRANILEC

<p>Taktično:</p> <ul style="list-style-type: none">– prepoznavanje situacij za potencialno številčno premoč nasprotnika,– sposoben branjenja v širšem prostoru,– prepoznavanje situacij, kdaj narediti izhod in kdaj ne,– sposobnost branja igre in predvidevanje gibanja nasprotnih napadalcev.	<p>Fizično:</p> <ul style="list-style-type: none">– biti hiter na kratke in daljše razdalje,– sposobnost obračanja in spreminjanje smeri gibanja,– visok nivo vzdržljivosti,– sposobnost hitrega vračanja.
<p>Tehnično:</p> <ul style="list-style-type: none">– kratke in dolge podaje,– podpora obrambnim igralcem in igralcem srednje vrste,– sposobnost branjenja brez takojšnjega pokrivanja,– sposobnost igranja 1 : 1 in 1 : 2.	<p>Mentalno:</p> <ul style="list-style-type: none">– vodja in organizator obrambne linije,– sprejemanje odgovornosti ob neuspehu,– sposobnost discipline,– enostavno prilaganje zahtevam igre.

BOČNI BRANILEC

<p>Taktično:</p> <ul style="list-style-type: none">– zagotavljanje stalnega pokrivanja,– prepoznavanje razdalje – kdaj se usklajeno braniti po širini ali po globini,– odločanje, kdaj pritisniti visoko,– ponujanje v širino za podporo med prehodi.	<p>Fizično:</p> <ul style="list-style-type: none">– sposobnost ponavljajočega intenzivnega teka,– sposobnost hitrega izvajanja pritiska na nasprotnika pri prvem dotiku z žogo,– sposobnost visoke stopnje aerobne in anaerobne vzdržljivosti,– sposobnost hitre regeneracije ob obremenitvah.
--	---

<p>Tehnično:</p> <ul style="list-style-type: none"> - odličnost v igri 1 : 1 v fazi branjenja, - dober sprejem žoge pod pritiskom nasprotnika, - sposobnost pravočasnega izbijanja žoge z glavo pri dolgih visokih podajah za hrbet, - zaustavljanje in blokiranje predložkov ter strellov. 	<p>Mentalno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - visok nivo koncentracije, - sposobnost hitrih odločitev, - visoka stopnja tekmovalnosti, - visoka stopnja komunikacije.
--	--

ZADNJI VEZNI IGRALEC

<p>Taktično:</p> <ul style="list-style-type: none"> - discipliniran pri postavljanju na svojem igralnem mestu, - sposobnost pregleda nad položajem centralnih branilcev, - sposobnost upočasnjevanja protinapadov, - sposobnost pravilnega postavljanja ob prehodih. 	<p>Fizično:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hitrost na kratkih razdaljah, - visoka aerobna in anaerobna kapaciteta, - sposobnost hitrega krivočrtnega teka v malem prostoru.
<p>Tehnično:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kratke in dolge podaje, - sposobnost branjenja v igri 1 : 1, - dober v igri z glavo, - sposobnost podpore napadu in obrambi. 	<p>Mentalno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hitra reakcija po izgubljeni žogi, - pozornost na linijske hitre igralce, - sposobnost odločanja v igri z žogo in brez žoge, - visoka stopnja komunikacije in vodstvene sposobnosti.

PREDNJI VEZNI IGRALEC

<p>Taktično:</p> <ul style="list-style-type: none">– sposobnost odločanja, kdaj izvajati pritisk,– sposobnost izvajanja agresivnega pritiska,– discipliniran,– razumevanje vlog in odgovornosti soigralcev v igri.	<p>Fizično:</p> <ul style="list-style-type: none">– sposobnost pospeševanja in hitrega teka,– sposobnost hitrega vračanja ob izgubi žoge,– močan v duelu in pritisku,– sposobnost visoke aerobne in anaerobne kapacitete.
<p>Tehnično:</p> <ul style="list-style-type: none">– discipliniran: izvajanje pritiska brez prekrška,– ohranjanje posesti žoge pod pritiskom,– sposobnost ustvarjanja prostora ob prehodih,– sposobnost pravilnega odločanja, ali podati ali preigravati.	<p>Mentalno:</p> <ul style="list-style-type: none">– timski igralec,– sposoben prevzemanja odgovornosti,– sposobnost igre pod pritiskom, vedno išče žogo,– zmagovalna mentaliteta, želja po čim hitrejši pridobitvi žoge.

KRILNI NAPADALEC

<p>Taktično:</p> <ul style="list-style-type: none">– velika povezanost z bočnim branilcem,– prepoznavanje sprožilcev za izvajanje pritiska,– sposobnost zamenjave položaja glede na potek igre,– usklajeno gibanje z gibanjem ekipe (širina in globina).	<p>Fizično:</p> <ul style="list-style-type: none">– sposobnost pospeševanja pri teku,– sposobnost hitrega vračanja ob izgubi žoge,– agresiven v branjenju 1 : 1,– visoka aerobna in anaerobna kapaciteta.
---	--

<p>Tehnično:</p> <ul style="list-style-type: none"> - odličen v podajanju in sprejemanju žoge, - sposobnost branjenja v situacijah 1 : 1 in 1 : 2, - sposobnost preigravanja v prehodu iz obrambe v napad, - razumevanje igre v sredini ali na boku. 	<p>Mentalno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sposobnost igranja z žogo pri visoki obremenitvi, - velika povezanost z bočnim branilcem, - zbranost pri posesti žoge ob prehodih, - sposobnost prevzem. tveganja v igri.
---	--

SREDNJI NAPADALEC

<p>Taktično:</p> <ul style="list-style-type: none"> - razumevanje razporeditve in vlog v razporeditvi ekipe, - prepoznavanje sprožilcev (triggerjev) za izvajanje pritiska, - sposobnost inteligentne igre v medprostorih - 	<p>Fizično:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sposobnost spremembe hitrosti in smeri teka, - agresiven v obrambnih situacijah, - odličnost v dvoboju z nasprotnikom, - visoka aerobna in anaerobna kapaciteta.
<p>Tehnično:</p> <ul style="list-style-type: none"> - discipliniran – izvajanje pritiska brez prekrška, - odličnosti v igri pri tesnem pokrivanju nasprotnika s hrbta, - izkoriščanje priložnosti pri napakah nasprotnika v obrambi, - sposobnost pravilnega odločanja, ali podati ali preigravati. 	<p>Mentalno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - želja po timski igri, - vodstvena sposobnost v prvi obrambni liniji, - predvidevanje igre nasprotnika v posesti, - odločnost pri motenju igre obrambnih igralcev.

(povzeto po Curneen, 2017).

4.1.3. TAKTIČNA STRATEGIJA VISOKEGA PRITISKA, KAKO GA IZVAJATI

Da je lahko taktika visokega pritiska učinkovita, zahteva dobro načrtovan in usklajen pristop.

Strategije za izvajanje taktike visokega pritiska:

- Prepoznavanje in izbira pravega trenutka za pritisk: ekipa, ki pritiska, določi pravi trenutek za pritisk na nasprotnika. To je lahko takrat, ko je nasprotnik v posesti, vendar je s hrbtom obrnjen proti голу, ali ko poskušajo igrati od vratarja.
- Izbira območja igrišča za izvedbo pritiska: ekipa, ki izvaja pritisk, mora izbrati pravo območje za pritisk, odvisno od taktičnega pristopa ekipe in slabosti nasprotnika. Na primer, lahko pritiskajo na nasprotnika visoko na igrišču, na sredini igrišča ali v svoji obrambni tretjini.
- Sprožilci pritiska: ekipa, ki pritiska, mora tudi prepoznati sprožilce pritiska, ki so posebni dogodki ali dejanja, ki signalizirajo začetek visokega pritiska. Na primer, sprožilec pritiska je lahko takrat, ko nasprotni vratar ali določen nasprotni igralec prejme žogo ali takrat, ko je žoga nasprotnika podana premočno oziroma ko je nima nasprotnik pod kontrolo ali takrat, ko je žoga slabo sprejeta ali podana itd.

Za uspešno izvedbo visokega pritiska morajo ekipe imeti jasen načrt in ga natančno izvajati.

Nekaj ključnih dejavnikov, ki jih je treba upoštevati pri izvajanju visokega pritiska:

- Prepoznavanje pravih igralcev za visoki pritisk: igralci morajo biti dobro fizično pripravljene, posedovati morajo visoko raven vzdržljivosti, imeti pa morajo tudi odlične veščine izvajanja pritiska. Ekipa mora družno identificirati pravega igralca, na katerega se bo izvajal pritisk.
- Oblika in formacija ekipe: ekipa mora izbrati formacijo, ki lahko zagotovi obrambno stabilnost, hkrati pa omogoča hitre in usklajene gibe v izvajanju pritiska.
- Koordinirano gibanje ekipe: igralci morajo izvajati koordinirano gibanje celotne ekipe. Na treningu ekipa izpopolnjuje gibanja za izvedbo pritiska, hkrati pa tudi zagotoviti, da vsak igralec popolnoma razume svojo vlogo v sistemu visokega pritiska.
- Usklajevanje visokega pritiska z drugo taktiko: ker taktika visokega pritiska ni edina oblika branjenja, mora biti ekipa sposobna preklapljanja na druge taktike med igro.

(povzeto po Oyelabi, 2022).

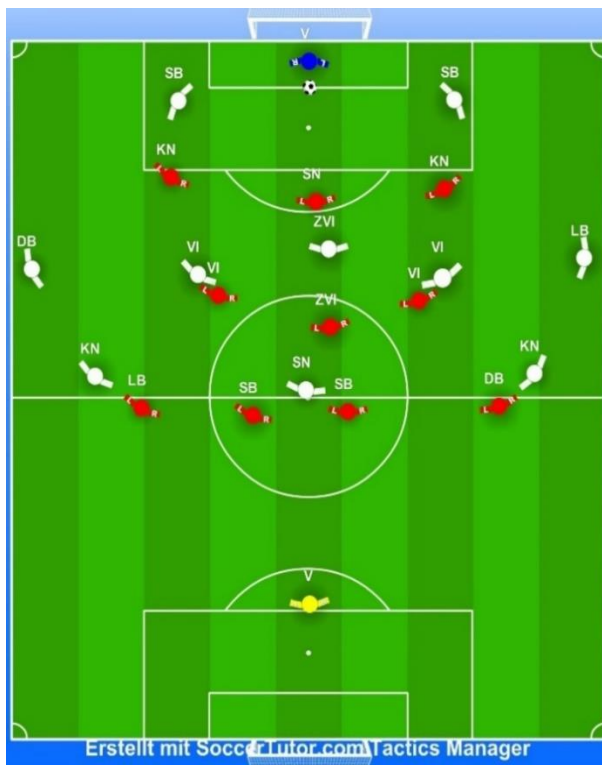
4.1.4. PRIMERI IZVAJANJA VISOKEGA PRITISKA NEKATERIH USPEŠNIH TRENERJEV

JÜRGEN KLOPP (LIVERPOOL)

Kako deluje visoki pritisk v sistemu 4-3-3 pri FC Liverpoolu?

Ko vratar prične z igro, sta oba krilna igralca (KN) postavljena med nasprotnikovim srednjim (SB) in bočnim branilcem (DB/LB) tako, da ob podaji vratarja lahko pritisneta na obe poziciji.

Priprava napada od vratarja nasprotnika



Slika 17: Priprava napada od vratarja nasprotnika

Srednji napadalec se postavi pred nasprotnikovega zadnjega veznega igralca tako, da zakrije linijo podaje do njega.

Oba vezna igralca zapolnita vrzel med krilnima igralcema in srednjim napadalcem.

Zadnji vezni igralec v tem primeru deluje kot svobodni igralec, ki nadomesti igralca v primeru, če zapusti svojo pozicijo.

Podaja na srednjega branilca kot sprožilec za izvedbo pritiska



Slika 18: Podaja na SB kot sprožilec za izvedbo pritiska

Pogosti sprožilec pritiska pri Liverpoolu je prečna podaja (podaja vratarja na srednjega branilca ali srednjega branilca na drugega srednjega branilca.

Krilni napadalec, ki je bližje žogi, v loku pritise na srednjega branilca, ki mu je podana žoga. S tem ga prisili, da sprejme žogo proti smeri prejete podaje.

Na nasprotni strani drugi krilni napadalec ohranja stik s srednjim in krilnim branilcem (prav tako od žoge oddaljeni vezni igralec ohranja stik z krilnim branilcem) in v primeru podaje na enega izmed njiju izvede pritisk.

Srednji napadalec se premakne diagonalno v smeri podane žoge in še naprej zakriva linijo podaje do zadnjega veznega igralca. Imamo dve možnosti:

Možnost 1: nasprotni srednji branilec išče podajo naprej

Krilni napadalec z intenzivnim pritiskom lahko odvzame žogo (M1). S svojim gibanjem v loku prepreči podajo do desnega bočnega branilca, s tem pa odpre podajo v sredino igrišča.



Slika 19: Nasprotni srednji branilec išče podajo naprej

Če pride do te podaje, vezni igralec pritisne nasprotnika z njegove leve strani in s tem želi preprečiti podajo na desnega krilnega branilca. Tu spet obstaja možnost odvzema žoge (M2). Pri tem je pomemben tudi srednji napadalec, ki se spusti v prostor in s tem prepreči podajo na zadnjega veznega igralca. Če nasprotnemu veznemu igralcu uspe podati žogo do bočnega branilca, pa je ta podaja sprožilec za levega krilnega branilca, ki ga pravočasno intenzivno pritisne (M3).

Možnost 2: nasprotni srednji branilec poda žogo nazaj vratarju

V tem primeru krilni napadalec, ki je pritisnil na srednjega branilca, nadaljuje gibanje in pritisne na vratarja, možnost odvzema žoge (M1).



Slika 20: Nasprotni SB poda žogo nazaj vratarju

Če vratarju uspe podati dolgo podajo na levega krilnega branilca, ga pravočasno intenzivno napade desni krilni branilec (bela barva), možnost odvzema žoge (M2).

Če pa nasprotni vratar poda dolgo podajo na srednjega napadalca (modra barva), pa ga prevzame bolje postavljeni srednji branilec, drugi pokrije prostor za njim, možnost odvzema žoge (M3).

JOSEPH GUARDIOLA (MANCHESTER CITY)

Priprava napada od vratarja nasprotnika



Slika 21: Postavitev pri pripravi napada od vratarja pri ManCity

Nasprotno od Liverpoola, kjer ob iznosu žoge pritisneta oba krilna napadalca, pri Manchester Cityju to izvaja srednji napadalec (SN), ki se postavi vedno nasproti žoge.

Drugi vezni igralci in oba krilna napadalca s postavitvijo zakrijejo linijo kratke podaje in s tem onemogočajo nasprotniku podajo skozi sredino. S tem prisilijo nasprotnika v podajo na stran ali dolgo podajo.



Ob prečni podaji (podaja vratarja na srednjega branilca ali branilca na branilca) je znak za SN, da s svojim gibanjem (s preusmerjanjem) zapira možnost povratne podaje nazaj k vratarju ter nadaljuje pritisk na igralca z žogo.

V tem primeru je to znak, da se levi krilni napadalec (LKN) in levi vezni igralec (LVI) začneta približevati žogi (zapirata prostor za podajo).

V primeru podaje na nasprotnega desnega krilnega branilca, izvede pritisk desni bočni branilec (DBB) – možnost M1.

Slika 22: Izvajanje pritiska ManCity, podaja od vrat

Drugi igralci usklajeno branijo prostor po širini, kjer v večini primerov nastane igra 1 :1 za odvzem žoge. V primeru, da se nasprotni branilec odloči za dolgo podajo na zadnjo obrambno linijo, možnost M2, pomeni, da se je nasprotna ekipa ujela v past, ki jo branilci pričakujejo. Z dobro postavitvijo in izvrstno igro 1 : 1 igralci Cityja zelo hitro pridobijo žogo v svojo posest.

RALF RANGNICK / JESSE MARSCH (RED BULL SALZBURG)

Postavitev igralcev za igro od vrat

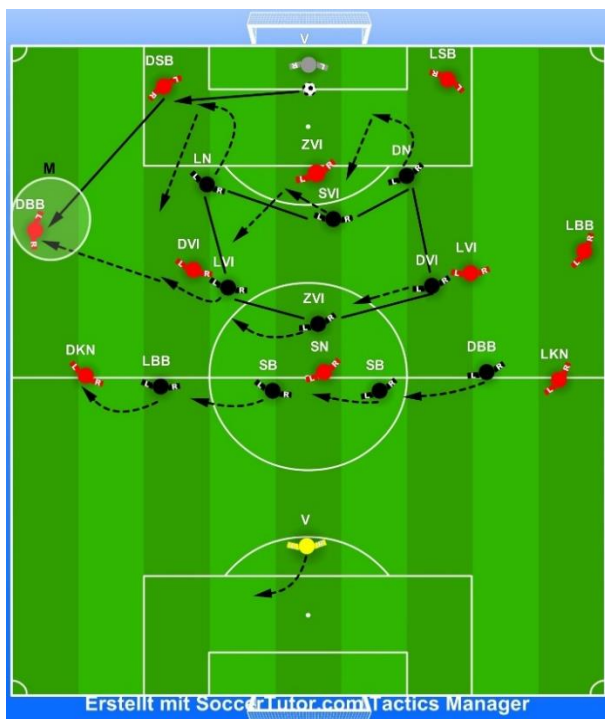
Igra v sistemu 1–4–3–1–2, vezni igralci so postavljeni v obliki romba. Dominantno v tem sistemu igranja je to, da s to postavitvijo zapirajo možnost podaje skozi sredino in prisilijo nasprotnika v podajo na stran.



Slika 23: Igra od vrat, RB Salzburg (Ragnick)

Za razliko od Liverpoola sta napadalca postavljena ožje, srednji vezni igralec stoji za nasprotnim zadnjim veznim igralcem.

Ob odigrani podaji od vrat s strani vratarja do desnega srednjega branilca (DSB), slika 24, igralci s svojim gibanjem prisilijo DSB v podajo na stran do desnega bočnega branilca (DBB), kar deluje kot sprožilec za začetek izvedbe pritiska. V trenutku podaje na DBB izvede pritisk levi vezni igralec (LVI). Gibanje LVI je intenzivno in direktno proti igralcu z žogo, z namenom odvzema žoge nasprotniku.



Slika 24: Podaja od vrat na desnega BB (RB Salzburg)

Istočasno pa se drugi igralci usklajeno diagonalno gibljejo proti žogi z namenom preprečevanja podaje nasprotnemu igralcu ali v prostor, kot je prikazano na sliki.

4.2. PROTIPRITISK

Protipritisk se je razvil iz visokega pritiska. To je trenutek po izgubljeni žogi, ko igralci takoj pritisnejo na nasprotnika, da bi pridobili žogo, še predno nasprotniku uspe izvesti hiter napad ali protinapad.

„Najboljši trenutek za osvajanje žogo je takoj, ko jo je vaša ekipa izgubila žogo. To je trenutek, nekaj sekund, ko nasprotnik še vedno išče možnost, kam podati žogo.” – J. Klopp

„Nasprotnika želimo napadati brez prestanka, ko imamo žogo, ko jo izgubimo in ko jo ima nasprotnik, je obramba naša prva napadalna akcija.” – J. Klopp

„Protipritisk je najboljši organizator igre.” – J. Klopp

Prvi cilj protipritiska je zaustavitev nasprotnikovega protinapada, drugi cilj pa čim višje na igrišču pridobiti žogo (s tem skrajšati razdaljo do vrat) in povečati možnosti za zadetek iz protinapada.

Protipritisk je način delovanja znotraj obrambne tranzicije, pri kateri se ekipe ukvarjajo z intenzivnim visokim pritiskom, da bi znova pridobile žogo takoj nazaj. Porast protipritiska v sami igri je mogoče razložiti z vse večjo uporabo podatkov, kjer lahko ekipe prepoznajo nasprotnikove vzorce podajanja in ustrezno pritisnejo, drugi razlog pa je dejstvo, da igralci postajajo bolj pripravljeni in lahko tečejo z večjo intenzivnostjo.

V nasprotju s pritiskom, protipritiska ne opredeljujemo kot del faze igre obrambe, temveč del prehoda iz napada v fazo obrambe. Ekipam omogoča, da v celoti preskočijo fazo organiziranja obrambe, v primeru, ko je protipritisk uspešen.

Da bi izsilili te situacije, morajo igralci pritisniti na nasprotnika takoj po izgubi žoge in to storiti neusmiljeno in skupaj. To postavlja nasprotnika pod pritisk in ga sili v napake. Prehodi so ključni trenutki; ker je ravnovesje izjemno pomembno, ko se morajo igralci takoj vrniti v obrambo, če nam ni uspelo odvzeti žoge s protipritiskom. Iz tega razloga protipritisk običajno traja 5–6 intenzivnih sekund, po tem času naj bi se začeli igralci spuščati v globlje obrambne položaje, saj tvegajo, da bodo omogočili nasprotniku protinapad, posebej če žoge ne pridobijo nazaj v 8 sekundah.

Še preden se žoga izgubi, morajo biti igralci pravilno postavljeni za učinkovit protipritisk na žogo. Pri tem se zahteva visoka stopnja koncentracije in sposobnost hitrega preklopa miselnosti iz napada v obrambo.

»Izgubljena žoga je priložnost« – J. Marsch

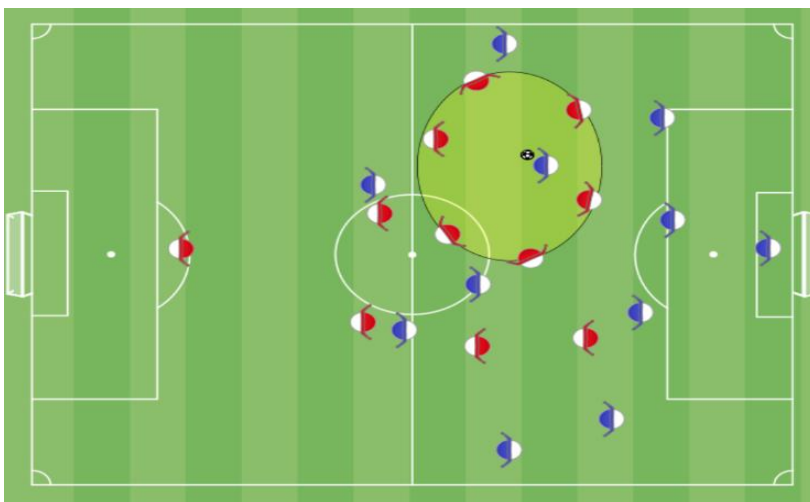
4.2.1. NAČINI IZVAJANJA PROTIPRITISKA RAZLIČNIH TRENERJEV

NAČINI IZVAJANJA PROTIPRITISKA

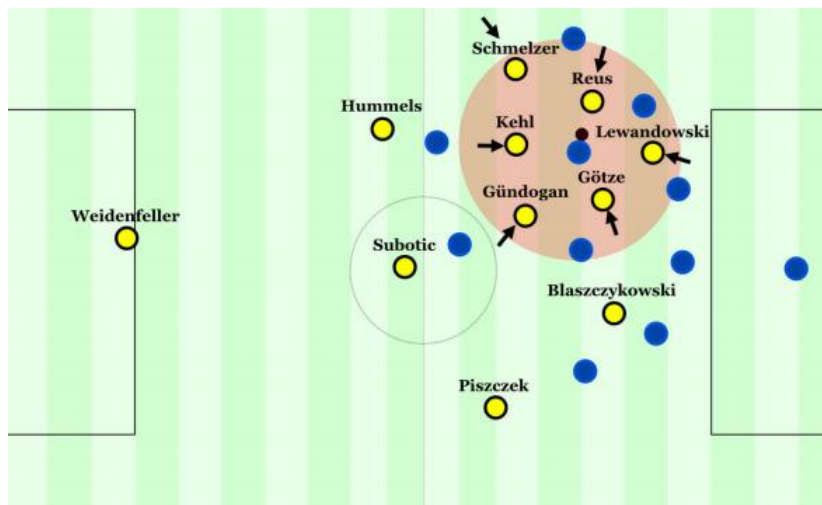
Obstaja nekaj načinov, kako lahko ekipa izvede protipritisk:

a. Protipritisk usmerjen na prostor

Pri tem protipritisku se po izgubi žoge osredotočimo na zasedbo razpoložljivega prostora, v katerega nasprotna ekipa v danem trenutku lahko odigra žogo. Ekipa se skuša premakniti kompaktno proti žogi in se osredotočiti na prostor okoli žoge namesto na določene nasprotnike ali linije za podajo. Ko igralci pritiskajo na prostor okoli žoge, bo nasprotnik pod pritiskom odrezan od svojih soigralcev in ne bo imel prostora za igro oziroma podajo. To bi moralo privedi do napake igralca z žogo in preprečiti kratko podajo. Cilj je, da igralca z žogo odvrnemo od njegove namere ali pa ga prisilimo v dolgo podajo.



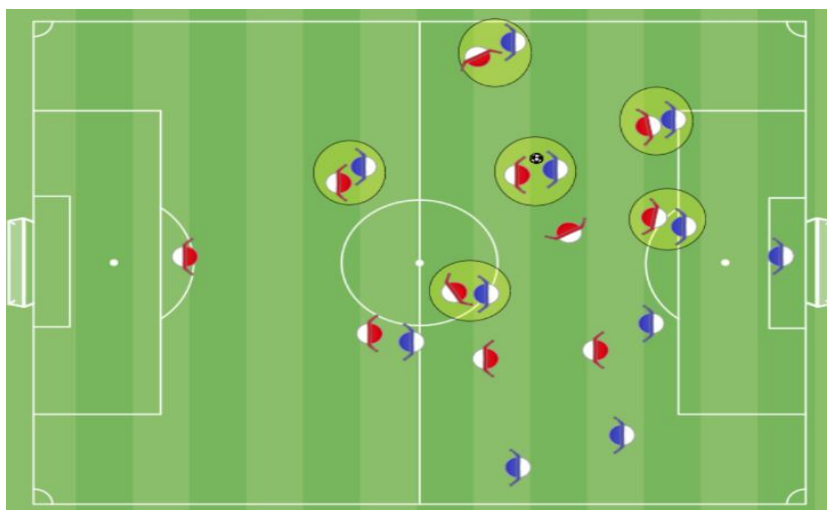
Slika 25: Izvajanje protipritiska usmerjenega na prostor



Slika 26: Protipritisk usmerjen na prostor, Jürgen Klopp (BVB Dortmund)

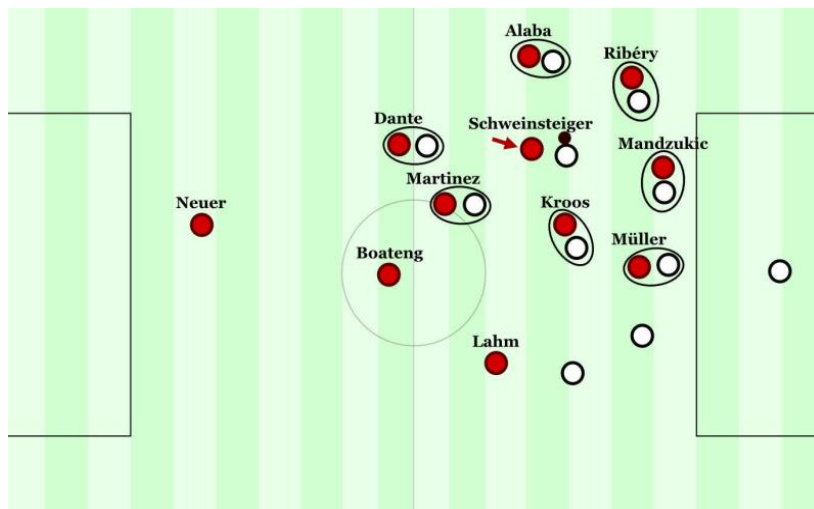
b. Protipritisk usmerjen na nasprotnega igralca

Tukaj je poudarek na izvajanje pritiska na žogo z enim ali dvema igralcema, medtem ko se drugi igralci osredotočajo na vse najbližje dostopne točke (možne podaje) in poskušajo zapreti nasprotne igralce v obliki obrambe 1 : 1 oziroma mož na moža.



Slika 27: Protipritisk usmerjen na nasprotnega igralca

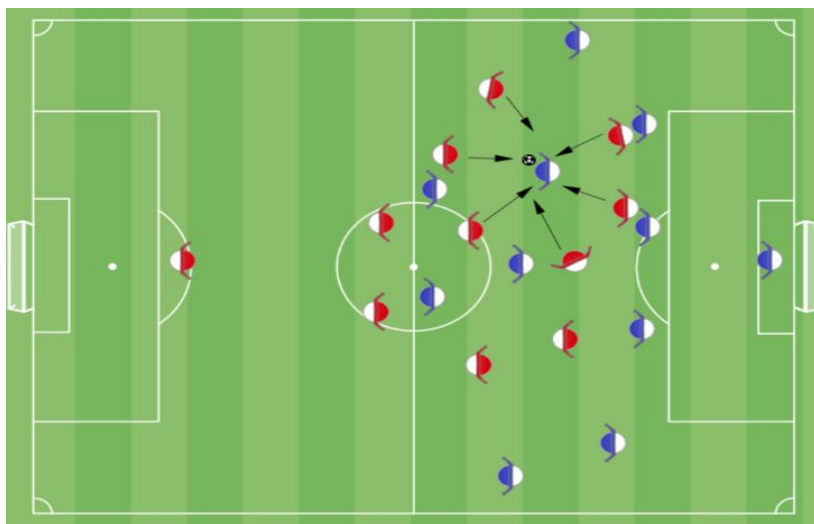
Pri tej taktiki po izgubljeni žogi vsak igralec poišče najbližjega nasprotnega igralca za pokrivanje. Igralca z žogo pri tem onemogočamo za nadaljevanje akcije. Na ta način želimo nasprotno ekipo postaviti pod pritisk in jo ujeti v brezizhoden položaj. Ta slog je uporabljal Jupp Heynckes, ko je deloval pri Bayernu iz Münchna.



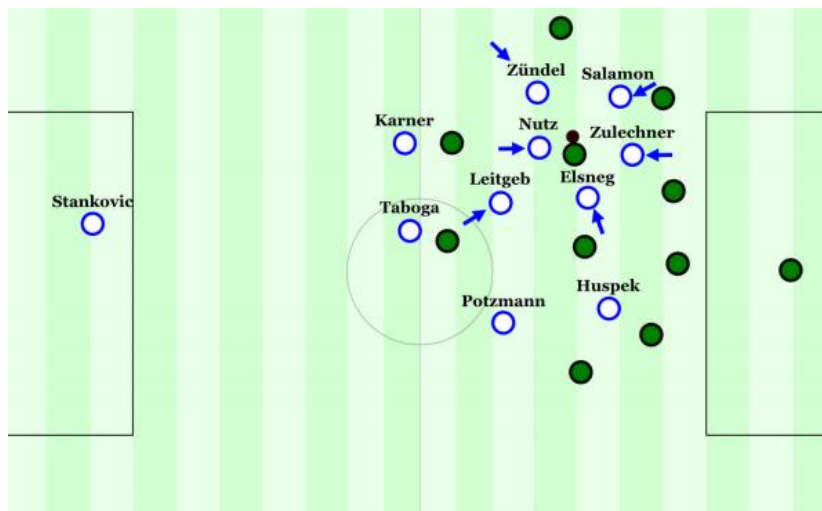
Slika 28: Protipritisk usmerjen na nasprotnega igralca, Jupp Heynckes (Bayern München)

c. Protipritisk usmerjen na žogo

Ta pritisk je osredotočen izključno na žogo, vsi igralci v bližini pritisnejo na igralca z žogo takoj, ko je ta izgubljena, ne da bi se osredotočali na možnost odigrane podaje igralca z žogo. S tem slogom gre ekipa preprosto proti žogi ne glede na obliko oziroma položaj. Čeprav je stopnja agresije in hitrosti zelo visoka, je ta slog igranja zelo ranljiv. Uporabljala sta ga Ajax in Nizozemska v sedemdesetih letih prejšnjega stoletja in tudi SV Gröding pod vodstvom Adija Hutterja.



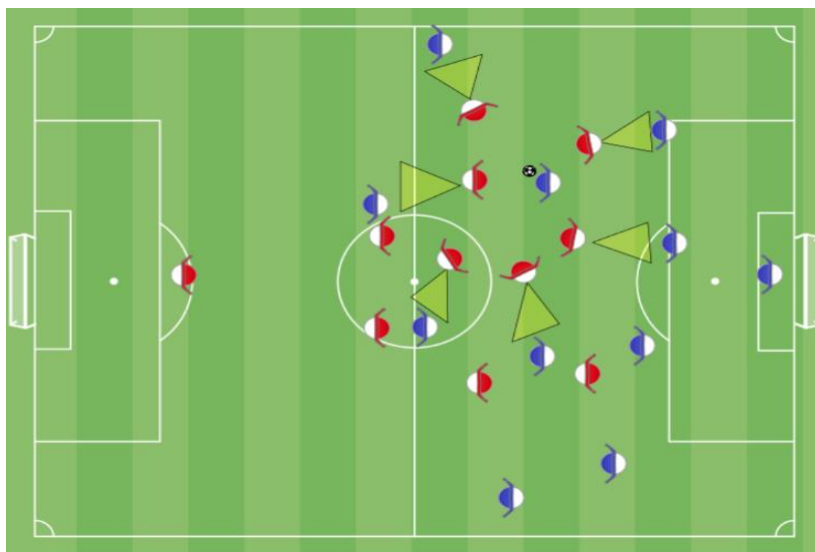
Slika 29: Protipritisk usmerjen na žogo



Slika 30: Protipritisk usmerjen na žogo, Adi Hutter (SV Gröding)

d. Protipritisk usmerjen na podajo

Cilj tega načina pritiska je približevanje nasprotniku z namenom zapiranja določene linije za podajo, ali pa z namenom prisiliti nasprotnika v podajo, kjer z dobrim predvidevanjem lahko pridemo do žoge. V tej taktiki je nasprotnemu igralcu dovoljeno, da odigra takojšnjo podajo. Igralec z žogo ni napaden agresivno, vsekakor pa je njegova podaja žoge. S takšnim pristopom omogočamo vsaj dvema igralcema, da potencialno pritisneta na igralca, ki prejme žogo. Ta stil igranja je uporabljala Barcelona pod vodstvom Pepa Guardirole.



Slika 31: Protipritisk usmerjen na podajo



Slika 32: Protipritisk usmerjen na podajo, Pep Guardiola (FC Barcelona)
(povzeto po OFB, 2022)

4.2.2. PREDNOSTI IN SLABOSTI PROTIPRITISKA

PREDNOSTI PROTIPRITISKA

Glavna prednost protipritiska je, da vodi do hitrih nasprotnih napadov visoko na polovici nasprotnika. Po izgubljeni žogi nasprotnik začne prehajati v svojo obliko organizacije napada, kar lahko vodi do vrzeli v njihovi obrambni strukturi. Ekipe, ki dobro izvajajo protipritisk, dosegajo veliko število zadetkov.

Protipritisk je idealen za ekipe, ki ustvarjajo priložnosti z dolgotrajno posestjo žoge. Če pridobijo žogo zelo hitro nazaj, so zelo malo časa brez posesti žoge, kar pomeni, da nadzorujejo igro. Uspešen protipritisk onemogoča nasprotne protinapade, saj z izvajanjem protipritiska upočasnjujemo nasprotnika za izvedbo protinapada in ga celo prisilimo, da igra z žogo nazaj. Tudi v primeru, da nismo uspešni s protipritiskom, imamo še vedno veliko možnosti, da izbijemo žogo iz polja ali prekinemo napad s prekrškom. Oba načina sta učinkovita za zaustavitev protinapada.

S protipritiskom lahko tudi uspešno nevtraliziramo določene nasprotne igralce, ki predstavljajo nevarnost za našo ekipo na določenih predelih igrišča.

SLABOSTI PROTIPRITISKA

Glavna težava ekip, ki izvajajo protipritisk, je, da nasprotniku puščamo veliko prostora izza obrambne vrste. Če nismo uspešni s protipritiskom, postane naša obrambna vrsta ranljiva za nasprotne protinapade.

Uspešno izveden protipritisk je v veliki meri odvisen od organiziranosti ekipe. Če samo en igralec ne izpolni pravilno svoje naloge, se možnosti preboja nasprotnika v napad izdatno povečajo. Pri tem ima ključno vlogo taktična inteligenca igralcev, da se po izgubljeni žogi hitro odzovejo. V nasprotnem primeru taktika protipritiska ne bo uspešna.

Protipritisk zahteva tudi visoko stopnjo fizične pripravljenosti in agilnosti igralcev. Če samo en igralec ne more vzdrževati zahtevane ravni, se bodo pojavile vrzeli in protipritisk ne bo uspešen. Prav tako nenehno izvajanje protipritiska povzroča utrujenost igralcev, kar se še posebej pozna v poznejših tekmah v tekmovalni sezoni.

5. UČINKOVITOST VIŠKEGA PRITISKA – PRIMERJAVA MED SLOVENSKIM IN EVROPSKIM NOGOMETOM

Za ugotavljanje učinkovitosti pritiska v sodobnem nogometu se za analizo običajno uporablja odstotek uspešnih poskusov pritiska, potem, ali ekipa izvaja branjenje v visoki, srednji ali nizki coni, ter analiza glede na to, kako visoko na igrišču ekipe izvajajo pritisk v fazi branjenja ter koliko so pri tem uspešne in od česa je vse skupaj odvisno.

5.1. UČINKOVITOST IZVAJANJA PRITISKA V ANGLEŠKI LIGI

Spodnja tabela prikazuje najbolj relevantne podatke za ekipe, ki so nastopale v angleški ligi v tekmovalni sezoni 2020/21.

Ekipa	PI	90s	Pressure					
			Press	Succ	%	Def 3rd	Mid3rd	Att 3rd
Arsenal	29	34	4186	1201	28,7	1325	1710	1151
Aston Villa	22	33	4662	1263	27,1	1591	1967	1104
Brighton	27	34	4565	1467	32,1	1518	1935	1112
Burnley	24	34	4153	1125	27,1	1208	1859	1086
Chelsea	27	34	4845	1523	31,4	1546	2138	1161
Crystal Palace	22	33	4797	1268	26,4	1975	1986	836
Everton	29	33	4695	1365	29,1	1888	1900	907
Fulham	27	34	4463	1327	29,7	1528	1869	1066
Leeds United	22	34	5943	1772	29,8	2078	2574	1291
Leicester City	27	34	4497	1416	31,5	1597	1929	971
Liverpool	28	33	4488	1454	32,4	1097	1936	1455
Manchester City	23	34	3976	1260	31,7	980	1781	1215
Manchester Utd	25	33	4264	1256	29,5	1276	1859	1129
Newcastle Utd	27	34	4873	1243	25,5	1874	2030	969
Sheffield Utd	25	34	5495	1372	25,0	1876	2340	1279
Southampton	29	33	4823	1512	31,3	1674	2099	1050
Tottenham	24	34	5166	1425	27,6	1882	2267	1017
West Brom	30	34	4977	1378	27,7	1931	2088	958
West Ham	24	34	4336	1173	27,1	1681	1846	809
Wolves	26	34	4480	1357	30,3	1862	1877	741

PI – število igralcev v igri, 90s – igralne minute deljeno z 90, Press – število pritiskov na nasprotnega igralca, ki prejema, vodi ali podaja žogo, Succ – število pridobljene posesti žoge po 5 sekundah izvajanja pritiska, % – odstotek časa pridobljene posesti po 5 sekundah izvajanja pritiska, Def 3rd – število pritiskov na nasprotnega igralca v

obrambni coni, Mid 3rd – število pritiskov na nasprotnega igralca v srednji coni, Att 3rd – število pritiskov na nasprotnega igralca v napadalni coni

Tabela 1: Učinkovitost izvajanja pritiska, PL – 2020/21

Iz tabele je razvidno, da so uspešnejše ekipe, ki izvajajo pritisk v visoki coni, čeprav ta korelacija ne velja natančno za vse primere. Najuspešnejše ekipe so:

- Liverpool: 1455 izvedenih pritiskov v visoki coni, uspešnost 32,4 %,
- Leeds United: 1291 izvedenih pritiskov v visoki coni, uspešnost 29,8 %,
- Sheffield United: 1279 izvedenih pritiskov v visoki coni, uspešnost 25,0 %.

Za primerjavo podatkov spodnja tabela prikazuje število dotikov po odvzeti žogi na podlagi izvedenega pritiska.

Ekipa	PI	Poss	90s	Touches						
				Touches	Def Pen	Def 3rd	Mid 3rd	Att 3rd	Att Pen	Live
Arsenal	29	53,6	34	22555	2312	7495	10629	5932	881	21142
Aston Villa	22	48,7	33	18257	2286	6063	7830	5495	935	16750
Brighton	27	51,5	34	20949	2336	7402	9110	5824	925	19436
Burnley	24	41,4	34	17102	2065	5410	8092	4459	637	15592
Chelsea	27	61,3	34	26504	2450	8368	13002	6831	965	25076
Crystal Palace	22	40,3	33	17307	2019	6214	8037	4101	580	15769
Everton	29	47,3	33	20023	2556	7708	9222	4351	612	18640
Fulham	27	49,0	34	20941	2323	7241	9831	5200	717	19406
Leeds United	22	57,9	34	22196	2742	8501	9579	5526	876	20582
Leicester City	27	55,0	34	22549	2210	7467	10870	5555	761	21072
Liverpool	28	62,6	33	26172	1881	6830	13251	7691	1155	24657
Manchester City	23	64,5	34	27464	1873	6296	14816	8245	1243	26094
Manchester Utd	25	56,3	33	23086	2016	6872	10751	7062	925	21624
Newcastle Utd	27	38,7	34	16741	2347	6687	6870	4123	561	15164
Sheffield Utd	25	41,0	34	17939	2148	5884	7719	5329	929	16475
Southampton	29	51,9	33	20221	2110	6913	9973	4551	681	18668
Tottenham	24	51,3	34	21684	2400	7400	10914	4657	660	20154
West Brom	30	37,7	34	16489	2410	6142	7135	3979	571	14938
West Ham	24	41,9	34	18145	2189	6200	8323	4727	726	16662
Wolves	26	48,8	34	20360	2081	6756	10060	4867	654	18823

PI – število igralcev v igri, Poss – posest, 90s – igralne minute deljeno z 90, touches – število dotikov, Def Pen – število dotikov v obrambnem kazenskem prostoru, Def 3rd – število dotikov v obrambni coni, Mid 3rd – število dotikov v srednji coni, Att 3rd – število dotikov v napadalni coni, Att Pen – število dotikov v napadalnem kazenskem

prostoru, Live – dotiki »živa žoga«. Podatki ne prikazujejo statistiko udarcev iz kota, prostih strelav, vmetavanja žoge, kazenskih udarcev in strolov na gol.

Tabela 2: Število dotikov po odvzeti žogi na podlagi izvedenega pritiska, PL – 2020/21

Iz tabele je razvidno, da praktično iste ekipe (Liverpool, Manchester City, Arsenal, Manchester United in Brighton) prevladujejo v številu dotikov z žogo tako v napadalni tretjini kot tudi v kazenskem prostoru in kot bo razvidno tudi iz naslednje tabele po številu priložnosti (expected goals – xG).

Ekipa	Expected					G-xG	Np:G-xG
	PK	PKatt	xG	npG	npG/Sh		
Manchester City	5	8	66,2	60,2	0,12	3,8	4,8
Liverpool	6	6	60,8	56,3	0,11	-8,8	-10,3
Chelsea	7	9	55,9	49,1	0,10	-4,9	-5,1
Manchester Utd	8	9	53,2	46,4	0,10	7,8	6,6
Leicester City	8	10	50,3	42,7	0,10	6,7	6,3
Arsenal	6	6	49,3	44,8	0,11	-5,3	-6,8
Leeds United	3	3	49,3	47,0	0,10	-1,3	-2,0
Brighton	6	9	48,5	41,6	0,10	-14,5	-13,6
Tottenham	5	5	47,5	43,7	0,11	11,5	10,3
Aston Villa	4	5	47,4	43,6	0,10	-1,4	-1,6
West Ham	2	3	46,4	44,0	0,11	6,6	7,0
Everton	4	4	41,0	38,1	0,12	2,0	0,9
Fulham	3	6	36,8	33,1	0,09	-12,8	-12,1
Wolves	4	4	36,1	33,1	0,08	-5,1	-6,1
Southampton	5	6	35,3	30,8	0,09	5,7	5,2
Burnley	3	3	34,8	32,5	0,10	-4,8	-5,5
Newcastle Utd	4	4	33,6	30,5	0,09	0,4	-0,5
West Brom	4	4	28,8	25,8	0,09	0,2	-0,8
Sheffield Utd	3	4	27,7	24,7	0,09	-10,7	-10,7
Crystal Palace	3	3	25,6	23,4	0,09	6,4	5,6

PK – realizirani kazenski udarci, PKatt – izvedeni kazenski udarci, xG – število priložnosti za gol, npG – število priložnosti za gol brez kazenskih udarcev, /Sh – na udarec, G-xG – razlika med obema vrednostima, np:G-xG – razlika med obema vrednostima.

Tabela 3: Število ustvarjenih priložnosti po izvedenem pritisku, PL – 2020/21

Iz podatkov iz tabele lahko zaključimo naslednje:

- V PL je veliko ekip, ki izvajajo pritisk visoko na igrišču (ni nujno, da so vrhunske ekipe).
- Izmed ekip (Arsenal, Chelsea, Liverpool, Manchester City, Manchester United in Tottenham) se Tottenham brani bolj nizko, ManUtd in Arsenal pritiskata visoko, vendar ne uporabljata visoke linije sodelovanja.
- Vidimo lahko jasno povezavo med uspešnostjo ekipe in visokim pritiskom. Odvisno od odstotka uspešnosti visokega pritiska imajo te ekipe veliko število dotikov v napadalni tretjini, kar običajno vodi do ustvarjanja velikega števila priložnosti.

Seveda sistem visokega pritiska sam po sebi ne zagotavlja uspeha, je pa zadosten pokazatelj uspešnejših ekip. Spodnja tabela pa prikazuje razvrstitev po 34. odigranem kolu in primerjavo posameznih parametrov v tekmovalni sezoni 2020/21.

Ekipa	Mesto v tabeli na podlagi xG	Mesto v tabeli glede na št. vstopov v napadalni tretjini	Mesto v tabeli na podlagi št. izvedenega visokega pritiska	Skupna razvrstitev v Premier league po 34. kolu
Arsenal	6	7	6	8
Aston Villa	10	4	9	10
Brighton	8	6	8	14
Burnley	16	15	10	16
Chelsea	3	3	5	4
Crystal Palace	20	18	18	13
Everton	12	17	17	8
Fulham	13	11	11	18
Leeds United	7	8	2	11
Leicester City	5	9	14	3
Liverpool	2	2	1	7
Manchester City	1	1	4	1
Manchester Utd	4	5	7	2
Newcastle Utd	17	20	15	17
Sheffield Utd	19	16	3	20
Southampton	15	12	12	15
Tottenham	9	13	13	6
West Brom	18	19	16	19
West Ham	11	10	19	5
Wolves	14	14	20	12

Tabela 4: Razvrstitev ekip, glede na izvajanje visokega pritiska, PL – 2020/21

Na splošno lahko zaključimo, da so ekipe, ki uporabljajo pritisk uspešnejše od ekip, ki tega ne uporabljajo tako pogosto. Na podlagi analize pridobljenih podatkov za Premier ligo velja, da je pritisk učinkovit in daje dobre rezultate. Na podlagi izvajanja visokega pritiska imamo dobre rezultate v naslednjih napadalnih statističnih podatkih: število vstopov v napadalno tretjino, pričakovano število zadetkov (xG) in tudi pri skupni uvrstitvi na ligaški tabeli.

Vendar pritisk oziroma visoki pritisk nista edina dejavnika uspeha. Ekipe morajo biti še vedno sposobne ohranjati svojo osnovno obrambno postavitev.

5.2. PRIMERJAVA VREDNOSTI PPDA V SLOVENSKI IN ANGLEŠKI LIGI

V tem poglavju smo naredili primerjavo vrednosti PPDA med prvo slovensko in prvo angleško nogometno ligo iz sezone 2023/24. Podatke smo si zagotovili prek ponudnika podatkov Wyscout.



Pressing intensity (PPDA)		† Avg. per 90
League average		9.03
1	 Olimpija	6.51
2	 Celje	7.57
3	 Koper	7.62
4	 Rogaška	7.69
5	 Maribor	7.94
6	 Aluminij	9.85
7	 Domžale	10.39
8	 AŠK Bravo	10.87
9	 Mura	10.89
10	 Radomlje	11.00

Tabela 5: Vrednost PPDA v Slovenski ligi



England. Premier League

2023/2024

Pressing intensity (PPDA)		1 Avg. per 90
League average		10.49
1	Liverpool	7.07
2	Tottenham Hotspur	7.15
3	Arsenal	7.97
4	Bournemouth	8.32
5	Brentford	8.50
6	Manchester City	9.00
7	Newcastle United	9.10
8	Chelsea	9.10
9	Brighton	9.22
10	Wolverhampton Wanderers	9.96
11	Manchester United	10.18
12	Burnley	11.27
13	Everton	11.31
14	Luton Town	11.31
15	Crystal Palace	11.39
16	Fulham	11.81
17	Aston Villa	11.96
18	West Ham United	14.26
19	Nottingham Forest	14.38
20	Sheffield United	16.44

Tabela 6: Vrednost PPDA v 1.SNL

Subjektivno je prva angleška liga najboljši liga pri izvajanju visokega pritiska. Veliko klubov v angleški ligi ima v modelu igre kot glavni princip v fazi branjenja - visoki agresivni pritisk, iz tabele je razvidno, da zlasti zadnja tri moštva Premier Lige dvigujejo povprečje, saj so lahko predvidevamo, da so z nizkim branjenjem dovolile nasprotnim ekipam več podaj.

Ti podatki so posebej zanimivi zato, ker se izvajajo v območju 40 % stran od lastnega gola oziroma zadnjih 60 % igrišča.

Na primer, pet ekip v slovenski ligi ima vrednost PPDA nižjo od 8, medtem ko v angleški ligi le tri. Pri tem je treba poudariti, da so v angleški ligi bilo odigranih 38 tekem, v slovenski pa 36. Pomembno je tudi sama taktika nasprotnika (npr. Nasprotnik igra veliko dolgih podaj ali pa da se ekipa, ki doseže prvi gol pomakne nazaj).

5.3. PRIMERJAVA MED VRHUNSKIMI, BLIŽNJIMI EVROPSKIMI EKIPAMI IN EKIPAMI V 1. SNL

Podatke za primerjavo tujih lig smo pridobili od vodilnega ponudnika video sledenja igralcev Skillcorner, ki uporablja tehnologije umetne inteligence za učinkovito prepoznavanje in primerjavo igralcev iz vsega sveta. Podatke za slovenske klube pa na podlagi analize podatkov programa SportsBase. Podatke smo preverjali tudi s programsko aplikacijo Wyscout.

Želeli smo prikazati razlike med 1. SNL, nam bližnjimi evropskimi ligami in vrhunskimi ligami v parametrih, ki izražajo število izvedenih visokih pritiskov v napadalni tretjini.

Pri primerjavi podatkov posamezne lige (Skillcorner) je treba upoštevati, da je bilo v vzorec merjenja zajeto različno število odigranih tekem po posameznem tekmovanju oziroma ligi. Podatki vzorčenja zajemajo klube iz angleške lige, avstrijske lige in 1. HNL. Podatki so zajeti iz tekmovalne sezone 2023/24. Za podatke 1. SNL pa smo v programu SportsBase pridobili za tekmovalni sezoni 2022/23 in 2023/24.

Statistika izvajanja pritiska za klube iz Premier lige, avstrijske Bundeslige in 1. HNL za sezono 2023/24 ter iz 1.SNL (samo Maribor) za sezono 2022/23 prikazuje spodnja tabela.

Ekipa	Št. tekem v vzorcu merjenja	Igralna cona	Število pritiskov na nasprotnega igralca s visoko intenziteto (nad 6 m/s)	Sezona
Liverpool	36	Napadalna	1339	2023/24
Manchester City	35	Napadalna	1327	2023/24
Dinamo Zagreb	34	Napadalna	1149	2023/24
Hajduk	34	Napadalna	920	2023/24
Sturm Graz	26	Napadalna	888	2023/24
Red Bull Salzburg	27	Napadalna	899	2023/24
Maribor	9	Napadalna	213	2022/23

Tabela 7: Statistika izvajanja pritiska na napadalni tretjini v evropskih ligah

Iz tabele je razvidno, da je v primerjavi s podatki iz sezone 2020/21 (koronska) v angleški ligi prišlo v povprečju do povečanja izvajanja visokega pritiska v napadalni tretjini, kar je lahko posledica še hitrejše dinamike igre kot pred štirimi leti, nadalje vpeljave novega pravila pri udarcu od vrat ter razvoja in večje uporabe protipritiska pri večini klubov. Pomembno pa je omeniti, da je bilo merjeno v napadalni tretjini in z intenziteto pritiskanja nad 6 m/s. Na primer Liverpool je imel v srednji coni 2189 pritiskov z intenziteto nad 6 m/s, v vseh treh conah skupaj pa 4871. Manchester City pa v srednji coni 1774, medtem ko je imel v vseh treh conah skupaj 4249 pritiskov.

Iz podatkov za avstrijsko in hrvaško ligo lahko sklepamo, da ekipe dokaj dobro izvajajo visoki pritisk v napadalni tretjini, saj ni zaznati občutne razlike med primerjavo posameznih klubov.

Statistika izvajanja pritiska v 1. SNL, tekmovalna sezona 2022/23 od ponudnika Sportbase prikazuje spodnja tabela.

Team	Entrances to the opposition half	Entrances to the opponent's box	Passes	Team pressing	Team pressing successful, %	Ball possession, %
Maribor	1855	507	15108	517	49%	54%
Olimpija	1795	491	14738	492	46%	61%
Celje	1660	439	14336	474	42%	55%
Domzale	1426	316	10107	486	39%	45%
Mura	1563	395	10938	425	40%	48%
Koper	1689	469	13771	478	46%	53%
Bravo	1765	360	10558	562	48%	45%
Gorica	1728	367	11891	441	42%	48%
Radomlje	1417	334	11365	481	36%	46%
Tabor Sezana	1666	375	10888	536	41%	45%
Average per match team, Total	1656,4	405,3	12370	489,2	43%	50%

Tabela 8: Statistika izvajanja pritiska v 1. SNL na nasprotni polovici, sezona 2022/23

Statistika izvajanja pritiska v 1. SNL, tekmovalna sezona 2023/24 prikazuje spodnja tabela.

Team	Entrances to the opposition half	Entrances to the opponent's box	Passes	Team pressing	Team pressing successful, %	Ball possession, %
Celje	2312	761	19698	602	49%	59%
Olimpija	2441	725	18650	648	46%	59%
Maribor	2234	638	18483	620	47%	56%
Domzale	2078	508	13491	703	43%	46%
Koper	2175	578	16515	604	50%	55%
Bravo	2388	590	13772	802	50%	44%
Mura	1837	429	14509	539	41%	44%
Aluminij	1954	472	14389	596	39%	44%
Rogaska	2188	509	13061	639	45%	45%
Radomlje	2037	450	16217	603	42%	50%
Average per match team, Total	2164,4	566	15878,5	635,6	45%	50%

Tabela 9: Statistika izvajanja pritiska v 1. SNL na nasprotni polovici, sezona 2023/24

Iz primerjave podatkov v obeh tabelah je razvidno, da se število izvedenih pritiskov na igralca z žogo na polovici nasprotnika v slovenskih klubih povečuje iz sezone v sezono, pri nekaterih klubih tudi za več kot 40 %, je pa še vedno manj v primerjavi s klubi evropskih lig. Tudi v drugih primerljivih parametrih je opazen številčen zaostanek, kar se na splošno kaže tudi v dinamiki igre, predvsem če primerjamo vrhunski nivo v angleški ligi, nekoliko manj pa v teh parametrih zaostajamo za nekaterimi klubi iz hrvaške prve lige.

ZAKAJ SE V SLOVENSKI LIGI VISOKI PRITISK NE IZVAJA V VEČJEM OBSEGU?

Med trenerji 1. SNL, 2. SNL in nekaterimi trenerji, ki so v preteklosti delovali v slovenskem prostoru, imajo pa izkušnje tudi iz tujine, smo opravili neformalne razgovore, iz katerih je mogoče narediti določene zaključke.

Pogovori so potekali predvsem na vprašanje, zakaj se v slovenskem prostoru še vedno izvaja visoki pritisk v tako nizkem obsegu. Podana so bila naslednja oziroma subjektivna mnenja:

- Vpliv rezultata: hitra menjava trenerja, ki ga pogojuje negativni rezultat. Za izvajanje visokega pritiska je potreben čas, vsaj dve pripravljalni obdobji in ni potrpežljivosti s strani vodilnih v klubu, da bi se igra visokega pritiska začela izvajati. Igra visokega pritiska je zahteven proces vadbe in za dobro izvedbo potrebujemo čas.
- Karakteristike igralcev: za izvajanje visokega pritiska potrebujemo igralce, ki so ga sposobni izvajati oziroma igrati.
- Hitra prodaja kvalitetnih igralcev: za slovensko ligo je značilen hiter odhod v tujino oziroma klubi želijo čim prej prodati igralca, ko se pojavi prva priložnost. To je povezano z nizkimi proračunskimi sredstvi klubov za tekmovanje.
- Učenje visokega pritiska v nogometnih šolah: v tujini (avstrijska in nemška liga) je v filozofiji kluba oziroma v modelu igre v nižjih selekcijah visoki pritisk nuja.
- Kvantiteta trenažnega procesa: izvajanje igre pritiska je zelo tesno povezano s fizičnimi predispozicijami igralca oziroma kondicijskimi sposobnostmi. V našem prostoru dajemo premalo poudarka na individualno vadbo (KO, TE in TA).
- Prenos informacij in znanja glede taktike izvajanja pritiska: pri učenju na treningih se poda premalo informacij glede taktike izvajanja pritiska.

6. SKLEP

Cilj naloge je bil potrditi učinkovitost obeh oblik pritiska kot proaktiven način branjenja. Ker gre za način, da se pridobi posest žoge visoko na polovici nasprotnika, je ta taktika v igri postala vse bolj priljubljena, največ zaradi tega, ker osvajamo žogo v predelih igrišča, ki so nevarni za doseg zadetka.

V nalogi smo proučili principe branjenja z visokim pritiskom in protipritiskom v napadalni coni, zakaj in na kakšen način najvplivnejši trenerji v igri svojih ekip izvajajo pritisk ter kako je ta videti znotraj različnih igralnih sistemov. Igra visokega pritiska in protipritiska je namreč zelo zahteven proces učenja, ki ima svoje principe in zakonitosti, ki jih morajo igralci obvladati, da bi lahko bili uspešni. Vsebina naloge sega v področje taktike igre – središče modela igre, konkretnije v področje taktike v obrambi.

V nalogi smo s pomočjo parametrov merjenja visokega pritiska in protipritiska naredili primerjavo med ekipami angleške lige (vrunska liga) ter ekipami nekaterih drugih lig, ki izvajajo visoki pritisk in med moštvi, ki igrajo v 1. SNL. Zavedamo se, da obstaja problem različnih orodij pri pridobivanju podatkov za izvajanje primerjav in podajanje mirodajnih zaključkov.

ZAKLJUČKI

Na podlagi videoanalize tekem potrjujemo, da pri izvajanju visokega pritiska v visoki coni ni velikih razlik med ekipami na vrhunskem nivoju in ekipami 1. SNL, le igralci v bližini žoge so na trenutke presegli hitrost 20 km/h. Razlike prihajajo zaradi tega, ker imajo igralci na vrhunskem nivoju večji delež hitrega teka in sprintov v trenutku po izgubljeni žogi ali po prekinitvi pri izvajanju protipritiska.

Iz primerjave različnih sistemov igre, kjer uspešni trenerji s svojimi ekipami izvajajo visoki pritisk, lahko rečemo, da je način izvajanja visokega pritiska direktno odvisen od modela igre posameznega trenerja. Principi, na kakšen način napadalna linija oziroma celotna ekipa zapira nasprotnika, je direktno odvisna od pričakovanega rezultata. Kot je na primer značilno za ekipo Jürgena Kloppa, njega zanima samo, kako si čim prej ustvariti priložnost za doseg zadetka,

Manchester City oziroma Joseph Guardiola pa želi čim prej pridobiti posest žoge in znova graditi napad in podobno.

Nadalje je na podlagi pridobljenih podatkov izvajanja pritiska v angleški ligi (sezona 2020/21) razvidno, da so uspešnejše ekipe, ki izvajajo visoki pritisk. Pokazatelj za to je, da te ekipe na prvenstveni lestvici zasedajo praviloma višje položaje. Ekipe, ki izvajajo visoki pritisk, imajo praviloma v napadalni tretjini tudi več dotikov z žogo, kar velja tudi za kazenski prostor, zato prevladujejo tudi v številu ustvarjenih priložnostih, višji xG.

Iz primerjave med klubi evropskih lig (angleška, avstrijska, hrvaška in slovenska), ki izvajajo visoki pritisk, je razlika med najboljšimi angleškimi in slovenskimi klubi v številu izvajanj visokega pritiska. Na primer NK Olimpija, ki velja za boljšega izvajalca visokega pritiska v Sloveniji je statistično bližje nekaterim klubom v Premier ligi, ki so med slabšimi v izvajanju visokega pritiska (Nottingham Forest, Sheffield United). Do tako velike razlike med angleško in slovensko ligo po mojem mnenju prihaja predvsem zaradi večje dinamike igre, boljšega upravljanja žoge v hitrosti, fizičnih sposobnosti igralcev, spremembi ritma in v izbire taktike branjenja z visokim pritiskom, medtem ko ekipe iz slovenske lige izbirajo večinoma taktiko branjenja v srednji igralni coni. Nekaj možnih vzrokov za to smo prikazali prejšnjem poglavju. Iz leta v leto pa se v teh parametrih statistično približujemo drugim ligam v Evropi.

Nadalje smo iz primerjave razpoložljivih statističnih podatkov ugotovili, da pri številu izvajanj visokega pritiska visoke intenzivnosti prihaja med vrhunsko ligo in slovenskimi klubi do razlik. Govorimo o pritisku, za katerega je značilen tek igralca s hitrostjo nad 20 km/h.

Iz vsega navedenega lahko ugotovimo, da še vedno zaostajamo za najboljšimi ekipami iz Premier lige, ni pa nujno, da so slovenske ekipe zaradi tega neuspešne v nogometni igri in v različnih tekmovanjih. Temu potrjujejo podatki, da se v slovenski ligi določeni parametri pri izvajanju visokega pritiska (število uspešnih podaj in število izvedenih pritiskov) iz leta v leto višajo. Tudi to je pokazatelj tega, da klubi v 1. SNL sledijo trendom nogometne igre in da postajamo vse bolj konkurenčni v Evropi.

LITERATURA IN VIRI

1. Brinjavc, M. (2015), Primerjava značilnosti igre nogometnih reprezentanc Nemčije in Brazilije na SP 2014 v Braziliji, magistrsko delo.
2. Elsner, B. (2004). Nogomet, teorija igre. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
3. Ivič, T. (2005). Pressing. Povzetek predavanja iz Srbije iz leta 2005.
4. Kavčič, I., Kolman, S., Starčević, V. (2021). Taktika. Interno gradivo za UEFA C. Nogometna zveza Slovenije.
5. Kavčič, I. (2023). Teorija nogometne igre. Interno gradivo za UEFA A. Predoslje: Nogometna zveza Slovenije.
6. Kopasić, D. (2020). Analize igre – primerjava v nekaterih kondicijskih parametrih med različnimi moštvi, predavanje, seminar ZNTS.
7. Kopasić, D. (2022). Analiza SP 2022. Licenčni seminar PRO/A 2022, NZS.
8. Ralf, P. (2019). Pressing im Fussball. Institut für Jugendfußball.
9. OFB (2022). Pressing. Interno gradivo za UEFA A. OFB.
10. Oyelabi, S. (2022). High press tactic in football.
11. Starčević, V. (2022), Ugotavljanje modela igre portugalske reprezentance u21 v napadu na Euru 2021 na osnovi analize sestavnih situacij, diplomsko delo.
12. The Football Coach (2019). Developing pressing behaviours. The Football Coach.
13. Phase of Play (2020). The Game Plan. Phase of Play.
14. Phase of Play (2020). The Art of Defending. Phase of Play.
15. Curneen, G. (2017). The Modern Soccer Coach Pressing.
16. Verdenik, Z. (2018). Analiza sodobne nogometne igre. Neobjavljeno delo. Predavanje – seminar, ZNTS, Portorož
17. Verdenik, Z. (2019). Analiza sodobne nogometne igre, metodika učenja igre v napadu. Neobjavljeno delo. Predavanje – seminar, ZNTS, Portorož.
18. Zupan, B. in sodelavci (2016). Razvojna pot nogometaša. Brdo pri Kranju: NZS.

UPORABLJENE SPLETNE STRANI

1. www.phaseofplay.com
2. www.sportskeeda.com
3. Wyscout Platform (2022). Statistics selected matches. Pridobljeno na spletnem naslovu <https://platform.wyscout.com>
4. www.fbref.com
5. <https://skillcorner.com/app/in-possession/overcoming-pressure>
6. ["Study on the efficiency of advanced pressing in the Premier League" by Sorin Brîndescu, Francisc-Remus Datcu et al. \(balticsportscience.com\)](#)
7. [xG chart shows link between pressing teams and expected goals conceded \(sporf.com\)](#)
8. [\(PDF\) Exploring the effects of deep-defending vs high-press on footballers' tactical behaviour, physical and physiological performance: A pilot study \(researchgate.net\)](#)
9. [Jesse Marsch's Principles for Pressing and How to Coach Them – Red Bull Hub \(wordpress.com\)](#)
10. [Football Journal: Proactive Pressing - The Coaching Manual](#)
11. [High Pressing vs. Counter Attack - Which is More Effective in Modern Football? \(discountfootballkits.com\)](#)
12. <https://thefootballcoach.net>
13. [Tactics blog #003 - the basics of pressing - Miasanrot.com](#)

UPORABLJENI NOGOMETNI SIMBOLI



Slika 33: Nogometni simboli