

ФОРУМ НА ТРЕНЕРИ

ПОДГОТОВКА НА У-21
РЕПРЕЗЕНТАЦИЈА ЗА ЕУРО 2017 - ПОЛСКА

Скопје 20.02.2018

СЕЛЕКТОР У-21
БЛАГОЈА МИЛЕВСКИ

Критериуми за селектирање на репрезентативците

- Карактер (фудбалски, социјален)
- ТЕ - ТА аспект
- Физички аспект
- Психолошки аспект

Начин на подготовка за ЕУРО 2017- Полска

- Физичка подготовка; лактатни и биодекс тестови во март и дадени поединечни програми за работа
- ТЕ - ТА подготовка
- Теоретска подготовка (анализи)
- Психолошка подготовка

План на активности

	Nedela	Ponedelnik	Vtornik	Sreda	Cetvrtok	Petok	Sabota
Datum	04.06.	05.06.	06.06.	07.06.	08.06.	09.06.	10.06
09.00	SOBIR	Razvoj na eksplozivnost, kordinacija i agilnost	Razvoj na eksplozivnost, kordinacija i agilnost	Razvoj na eksplozivnost, kordinacija i agilnost			Natprevar
18.00	Voved vo trenazen process (aeroben rezim)	TE-TA	TE-TA	TE-TA	TE-TA	TE-TA	SLOBODNO POPLADNE I VECER
Datum	11.06	12.06	13.06	14.06	15.06	16.06	17.06
10.00	REKUPERACIJA	Patovanje za Polska					
18.00		TE-TA	TE-TA	TE-TA	TE-TA	TE-TA	NATPREVAR SPANIJA



Анализа на Шпанија

Техничко - Тактички Тренинг

ТЕХНОЛОГИИ КОРИСТЕНИ ПРИ АНАЛИЗАТА

- InStat Скаут систем
- Видео материјали



Spain U21

Current season stats:

- Utkmice: 24
- Wins: 18
- Draws: 4
- Losses: 2
- Golovi: 63-17
- Žuti karton: 26
- Crveni kartoni: 2
- Penalty: 4

Average statistics per match:

- Dodavanja: 711 (89%)
- Ključna dodavanja: 23
- Shots (on target): 17 (7)
- Posession: 65%
- Korneri: 8
- Free kick attacks: 2.4
- Counter attacks: 12
- Prekršaji: 10
- Dueli: 152 (52%)
- Vazdušni dueli: 31 (56%)
- Startovi na loptu: 32 (53%)
- Driblinzi: 42 (62%)

Kompletar meč video

61

Matches highlights video

60

Postignuti golovi video

143

Priljeni golovi video

37

Search episodes

Omiljene

Spain in attack

Positioning attacks

Counter attacks

Udarci

Korneri

Free kicks attacks

Penali

Spain in defense

Opponent's positioning attacks

Opponent's counter attacks

Šutevi protivnika

Korneri protivnika

Opponent's free kicks attacks

Penali protivnika

Igrači

Antonio Sivera

Unai Simón

Ivan Villar

Pablo Maffeo

Pol Lirola

Toni Lato

Aaron Martin

Unai Núñez

Jorge Saenz

Jorge Mere

Jesus Vallejo

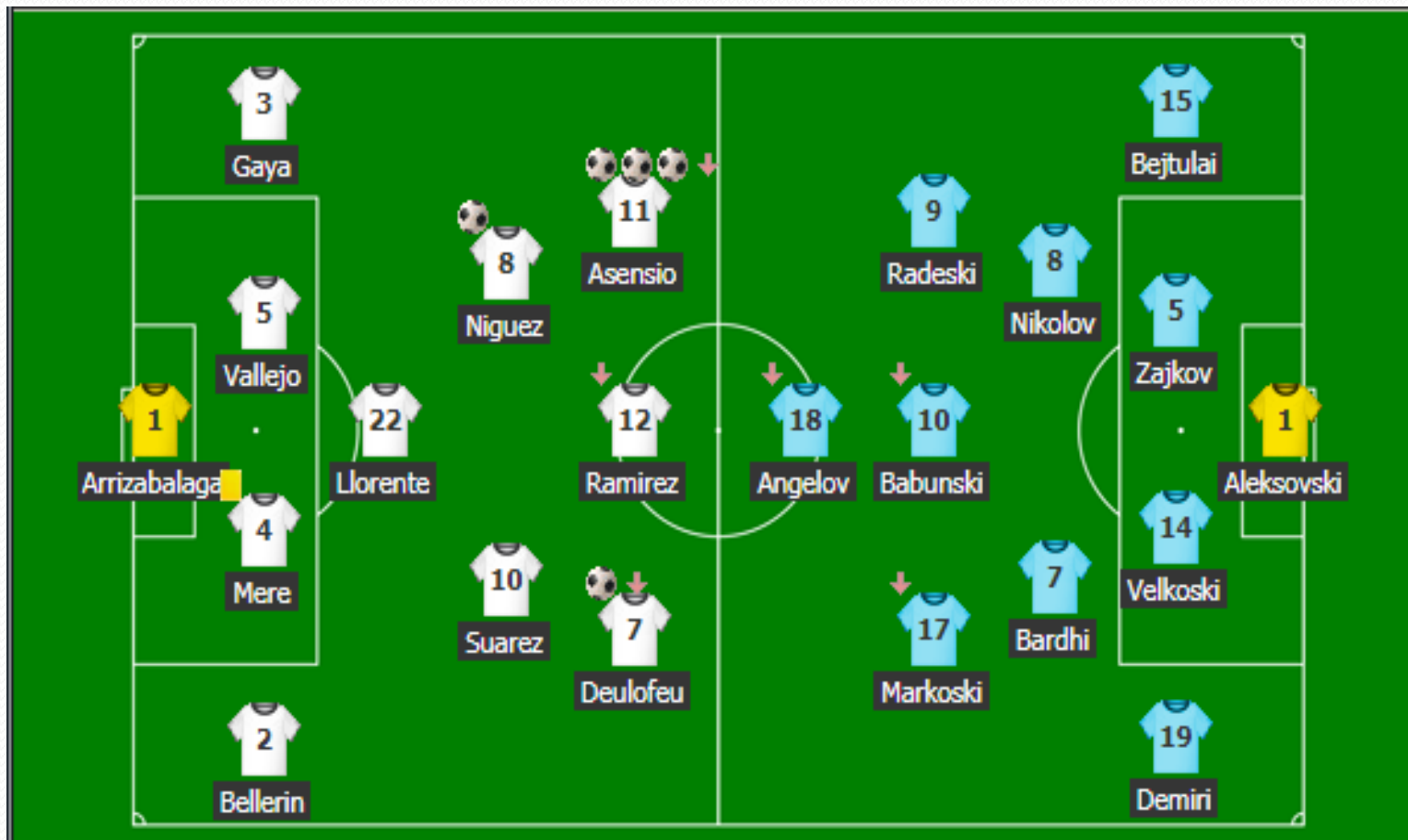
Rodri Hernandez

Igor Zubeldia

ПАРАМЕТРИ ЗЕМЕНИ ВО ПРЕДВИД ПРИ АНАЛИЗАТА

- Систем на играта
- Тимски карактеристики
- Индивидуални карактеристики на фудбалерите
- Анализа во дефанзива
- Анализа во офанзива
- Јаки и слаби страни
- Стратегии при прекини (офанзивни - дефанзивни)
- Промена на системот при измена на играчите

Систем на игра 1-4-3-3



ТРЕНИНГ - ТЕ-ТА

ТЕМА НА ТРЕНИНГОТ : Организација на напад

ЦЕЛ НА ТРЕНИНГОТ : Брз пренос на топка во втора зона, користење на слободниот страничен простор, лево и десно од централниот дефанзивен играч за врска

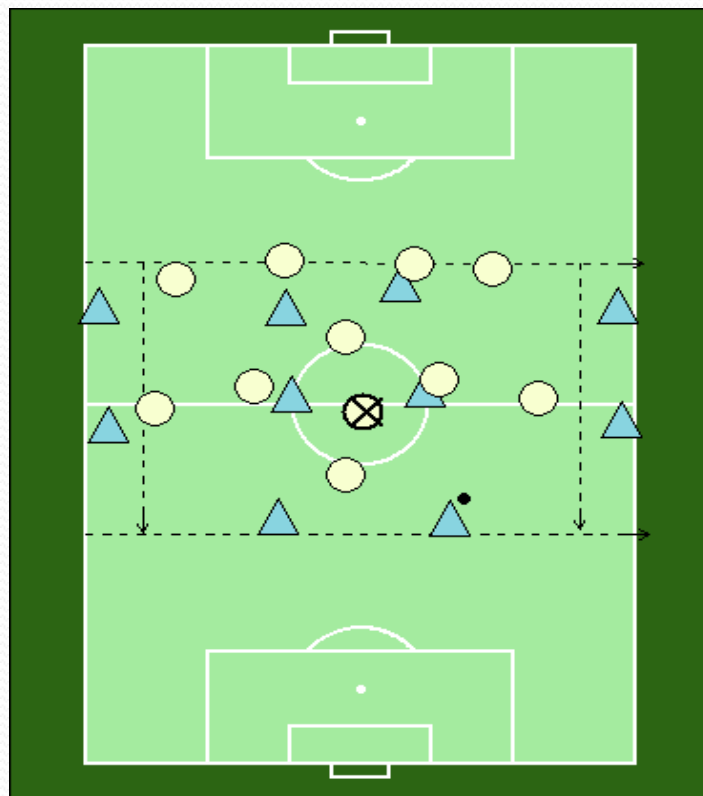
МОМЕНТ НА ИГРА : При наш посед на топка

ДЕЛ НА ТЕРЕНОТ : Втора и трета зона

ЦЕЛНА ГРУПА : Цела екипа

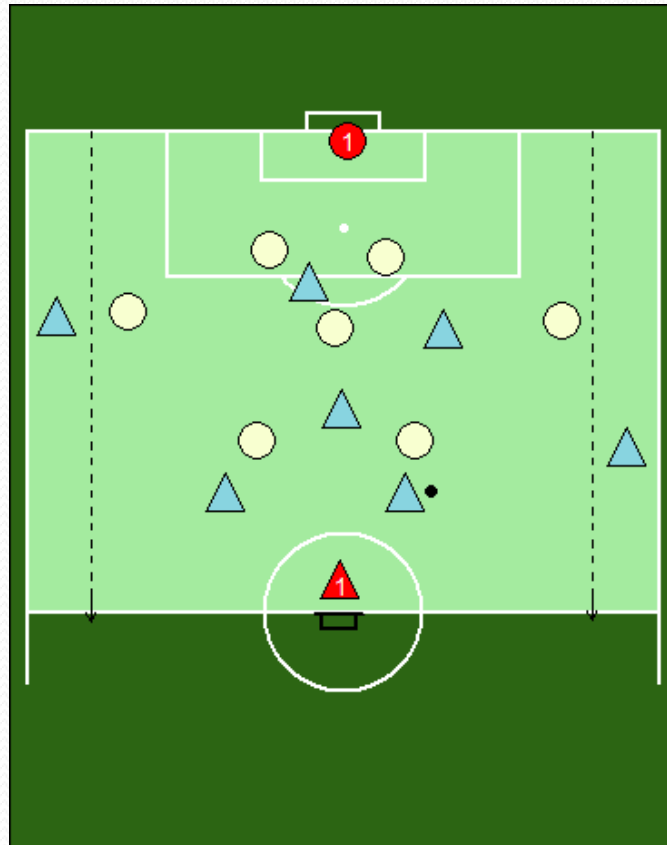
Загревање и Предвежба

- Статичен стречинг – 5'
- Динамично загревање - 8'
- 10 против 10 + цокер - 2 x 4' , во простор 40 x 60 метри
- Брза циркулација на топка од стоперите и задолжително додавање на страна од каде со максимум 2-3 додавања во средина да се направи пренос во спротивниот обележан простор
- Фудбалерите од екипата која не е во посед, не смеат да влегуваат во обележаниот страничен простор, пред приемот на топката.
- Не е дозволено повторно одигрување со играч од истиот обележан страничен простор



Вежба 1

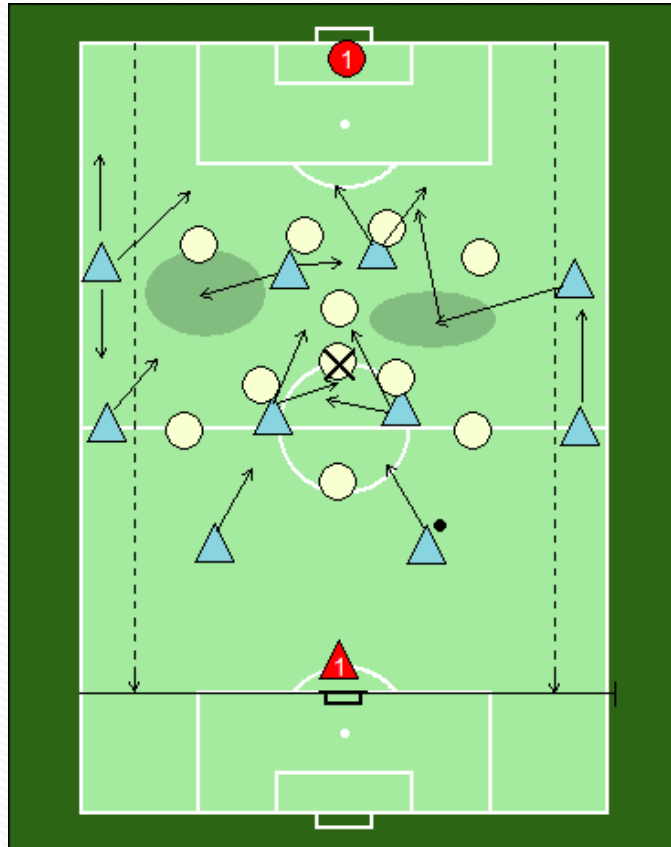
- игра 7 против 7 + голмани - останатите 7 игра во квадрат
- само на екипата која е во посед на топката и е дозволено користење на страничниот простор
- задолжително одигрување со играч и во двата обележани странични простори, за да можат да одат во завршница



Везба 2

Игра 10 против 10 + цокер – 2x 10' , во обележан простор како на сликата

- Само на екипата која е во посед на топката и е дозволено користење на страничниот простор
- Појавување на играчите во обележаниот (затемнет) простор по претходно зададени задолженија
- Задолжително движење на играчите како на дијаграмот
- Рекулпација 5'





7:36

ESP

0-0

MKD

direct **L'ÉQUIPE**

championnat d'Europe
des moins de 21 ans

InStat

Статистички податоци од натпреварот против Шпанија

(користени податоци од официјалниот UEFA сајт и “ rezultati.com ”)

59%		Posjed lopte		41%
11		Ukupno šuteva		24
6		Šutevi u okvir		4
3		Šutevi izvan okvira		10
2		Blokirani šutevi		10
13		Slobodni udarci		10
4		Korneri		7
1		Ofsajdi		2
21		Ubacivanja		14
4		Obrane vratara		1
9		Prekršaji		13
1		Žuti kartoni		0
659		Ukupno dodavanja		403
598		Točna dodavanja		356



UEFA
UNDER21
CHAMPIONSHIP
POLAND 2017



SPAIN

5-0 FYR MACEDONIA



11	TOTAL ATTEMPTS	24
6	ON TARGET	4
59%	POSSESSION %	41%
1	OFFSIDES	2
4	CORNERS	7
91%	PASSING ACCURACY	88%
9	FOULS COMMITTED	13
1	YELLOW CARDS	0
0	RED CARDS	0



Благодарам за вниманието

Ви посакувам успешна работа !!!