

ΕΞΕΡΕΥΝΩΝΤΑΣ ΤΟ “RONDO”

(«Σύνολο ασκήσεων με επαναλαμβανόμενες κινήσεις θέσεων σε συγκεκριμένο χώρο.»)

Υπάρχουν πολλές ερμηνείες του Rondo και πολλές απόψεις σχετικά με το πότε, πώς και γιατί θα πρέπει να χρησιμοποιείται από τους προπονητές.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ RONDO;

Η κατανόησή μου του Rondo είναι ότι πρόκειται για ασκήσεις θέσεων βασισμένες στην υπερφόρτωση των παικτών μέσα σε μια συγκεκριμένη περιοχή, με σαφώς καθορισμένους ρόλους για τους συμμετέχοντες.

Ένα σημαντικό σημείο για το Rondo είναι ότι δεν είναι ασκήσεις με βάση την κατοχή και ότι δεν δουλεύονται για να ενθαρρύνουν τους παίκτες να κρατήσουν μόνο την μπάλα (αν και το κάνουν για να αναπτύξουν τις δεξιότητες τους στην μεταβίβαση και στην υποδοχή σε ένα ανταγωνιστικό περιβάλλον).

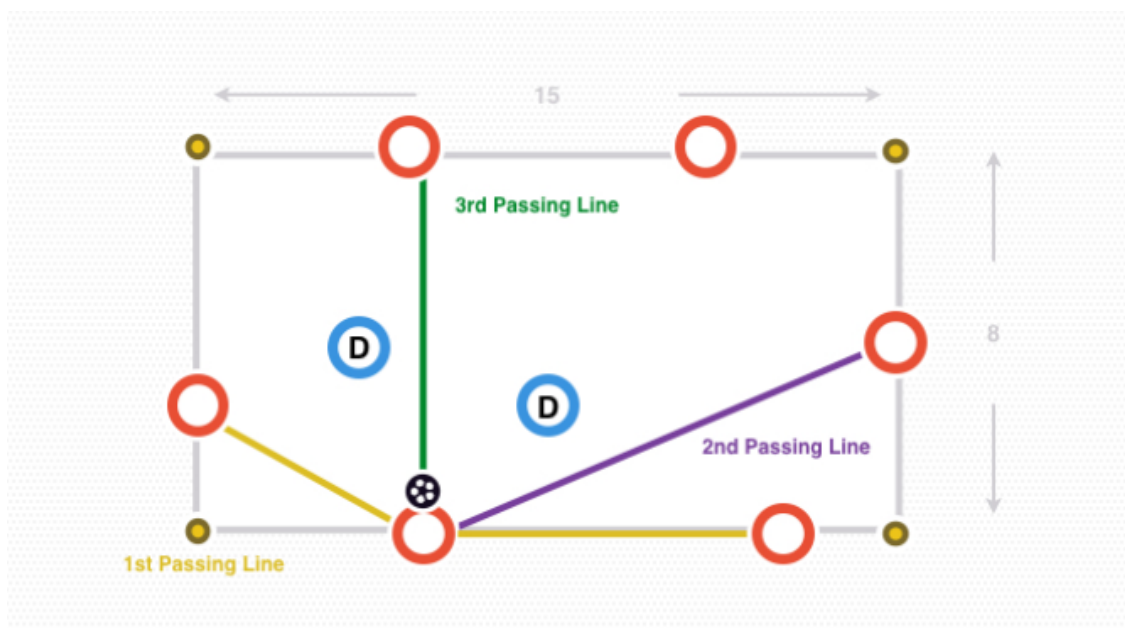
Επιπλέον, το Rondo χρησιμοποιείται για να εκπαιδεύσει τους παίκτες στην ανάληψη-ευθύνη των θέσεων, προκειμένου να περάσουν στην επίθεση κερδίζοντας χώρο στο γήπεδο και προωθώντας το παιχνίδι να κατευθυνθούν προς το στόχο.

Σύμφωνα με την εμπειρία μου, οι πρακτικές αυτές είναι κατάλληλες για την μεταβίβαση, την διείσδυση και την κατανόηση πότε να μεταβιβάσουν ή να διεισδύσουν. Σε μια άσκηση Rondo π.χ. 4v2 ή 6v2, ο σκοπός της ύπαρξης 2 αμυντικών στη μέση περίπου είναι για να αναπτύξει την ικανότητα των επιθετικών παικτών να δημιουργήσουν, να αντιληφθούν και να αναγνωρίσουν τις θέσεις που παρουσιάζουν τις καλύτερες γραμμές για σίγουρη μεταβίβαση-διείσδυση.

ΓΙΑΤΙ ΔΙΔΑΣΚΕΤΑΙ ΤΟ RONDO;

Μια άσκηση Rondo χρησιμοποιείται για να διδάξει την έννοια της κίνησης και τη δημιουργία επιλογών μεταβίβασης για τον παίκτη που έχει την μπάλα. Ιδανικό, θα είναι να προσφέρουμε τέτοια κίνηση προς τον παίκτη που έχει την μπάλα να την περάσει προς τα εμπρός. Σαν προπονητές θα πρέπει να περάσουμε αυτή την έννοια στους παίκτες μας και να τους ενθαρρύνουμε να αναγνωρίσουν τις γραμμές-πέρασμα για την σωστή μεταβίβαση ώστε να δημιουργήσουν καλύτερες προοπτικές επίθεσης.

Παράδειγμα μιας άσκησης Rondo

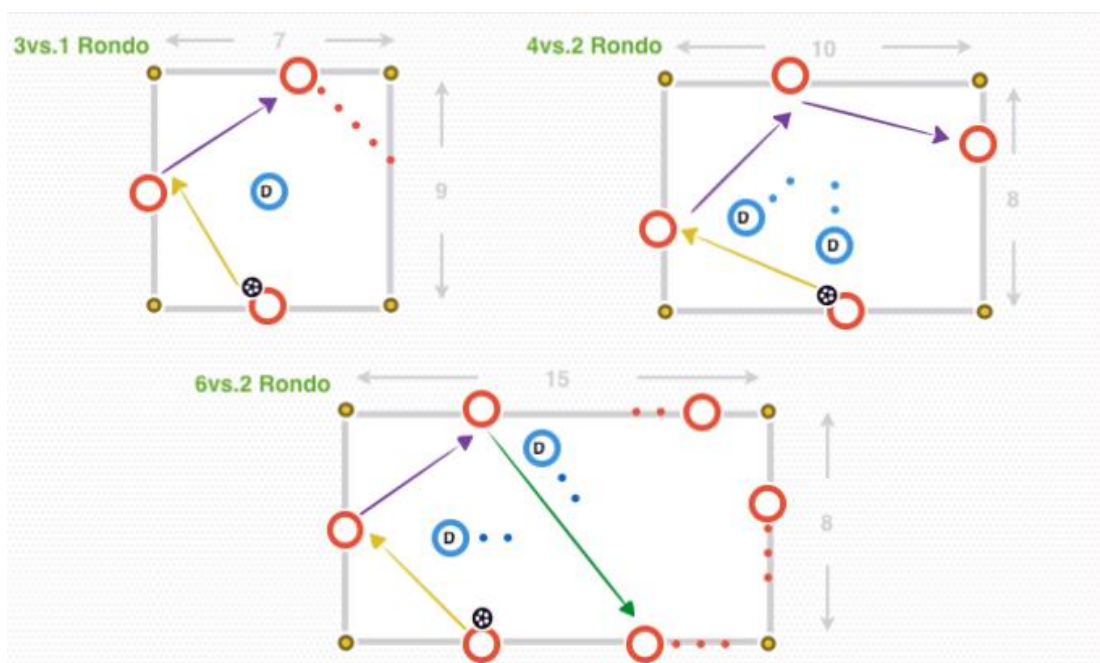


1. Σε αυτή την άσκηση και σε κατάσταση 6v2 η 1^η γραμμή μεταβίβασης (κίτρινη) δεν διεισδύσει την άμυνα των 2 αμυντικών μπλε παικτών (D) αλλά περνά από μπροστά τους. Αυτή η πάσα θα χαλάσει την ισορροπία των αμυντικών ή θα αλλάξει τη γωνία τους και επομένως θα δημιουργήσει κενά και τις ευκαιρίες για να διεισδύσουν οι επιθετικοί. Στην Ισπανία, αυτό ονομάζεται «La Pausa» μεταφράζεται ως «η παύση» σύμφωνα με την οποία οι παίκτες περιμένουν την κατάλληλη στιγμή για να διεισδύσουν αλλάζοντας τις γωνίες της επίθεσης μέσω μεταβιβάσεων που γίνονται μπροστά από την άμυνα.
2. Η 2^η γραμμή μεταβίβασης (μωβ) θα γίνει γύρω από την άμυνα και δεν διεισδύει ούτε αυτή μέσα από την άμυνα των 2 αμυντικών μπλε παικτών (D). Αυτή μετακινεί την μπάλα μέσα στον αγωνιστικό χώρο και προσπαθεί να εξασφαλίσει την κατοχή σε οριακές περιοχές με σκοπό στη συνέχεια να ψάξουν οι επιθετικοί μας παίκτες για ευκαιρίες όπου την κατάλληλη στιγμή θα πρέπει να διεισδύσουν.
3. Η 3^η γραμμή μεταβίβασης (πράσινη) είναι η διεισδυτική μεταβίβαση. Διδάσκει την κατανόηση του πότε (όχι πώς) να περάσει και στην ουσία είναι αυτή η οποία ψάχνουμε και για η οποία έχει σχεδιαστεί και αναπτυχθεί η άσκηση Rondo. Φυσικά, οι προπονητές μπορούν να εξακολουθούν να θέλουν να καθοδηγήσουν τους παίκτες και για την τεχνική λεπτομέρεια για το πώς δηλ. να περάσει αυτή η μεταβίβαση, αλλά εντός του Rondo, πρέπει να δοθεί έμφαση στο χρονοδιάγραμμα του περάσματος και πώς οι παίκτες στηρίζουν τον κάτοχο της μπάλας και καταλαμβάνουν τις σωστές θέσεις ώστε να λάβουν την σωστή μεταβίβαση από τους συμπαίκτες τους.

Επομένως, η απάντηση στο ερώτημα «γιατί διδάσκεται το Rondo;» είναι να αναπτύξει στους παίκτες την κατανόηση του παιχνιδιού και τη λήψη σωστών αποφάσεων στην ικανότητά τους όχι μόνο να μεταβιβάσουν την μπάλα αλλά και να μετακινηθούν και να λαμβάνουν τις κατάλληλες θέσεις σε σχέση με τον κάτοχο της μπάλας υποστηρίζοντάς τον.

ΠΩΣ ΔΙΔΑΣΚΕΤΑΙ ΤΟ RONDO

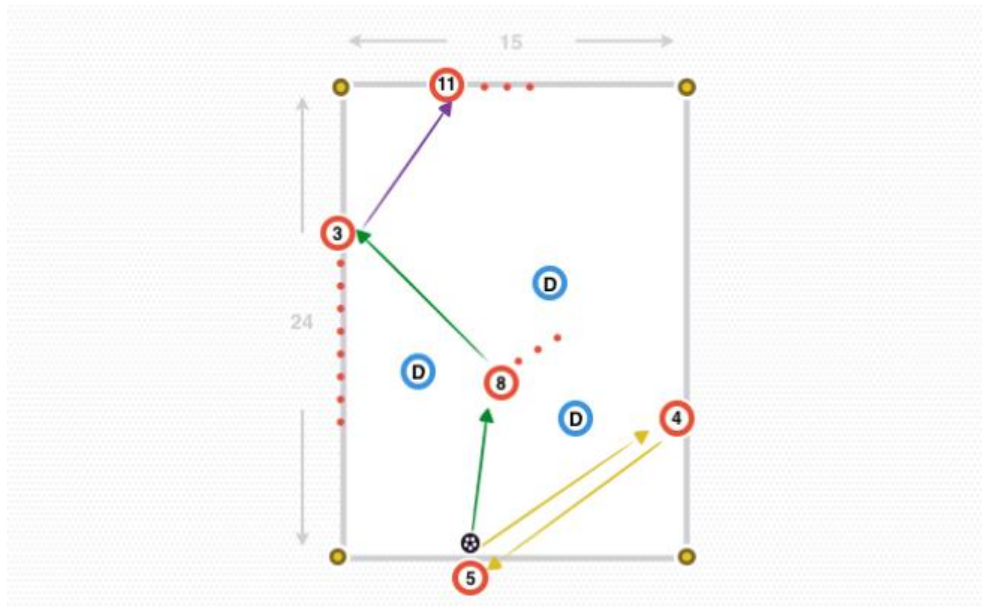
Όταν διδάσκουμε μια άσκηση Rondo θα πρέπει πάντα να δημιουργήσουμε ένα ορθογώνιο αγωνιστικό χώρο για να αναπαράγουν τις συνθήκες του παιχνιδιού. Το μέγεθος του χώρου θα πρέπει να υπαγορεύεται από τον αριθμό των παικτών που επιθυμούμε να χρησιμοποιήσουμε και τα οποία μέρη του γηπέδου (ανάλογα τις θέσεις) θέλουμε να επικεντρωθούμε.



Ένα Rondo μπορεί να διδαχθεί σε μικρό χώρο για παράδειγμα 7X9 για 3v1 ή 8X10 για 4v2 ώστε να αναπτύξουν οι παίκτες την ικανότητα να περνάνε μεταβιβάσεις σε στενούς χώρους, σε μεσαίο χώρο 15X10 ή 30X20 για κατάστάσεις 6v2, 6v4, 8v4 κτλ. ή ακόμη και σε μεγαλύτερο χώρο συνήθως $\frac{3}{4}$, κοιτάζοντας το παιχνίδι στο σύνολό του και χρησιμοποιώντας ακόμα και όλους τους παίκτες να οργανώσουν, συνδυάσουν και να διεισδύσουν προς την επίθεση.

ΕΙΔΙΚΕΣ ΘΕΣΕΙΣ RONDO

Ένα Rondo μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για την ανάπτυξη μιας θέσης και τη διείσδυση από τους παίκτες σε συγκεκριμένες θέσεις. Κατά τη δημιουργία μιας ειδικής θέσης Rondo, πρέπει να σκεφτούμε την συγκεκριμένη περιοχή του γηπέδου που λειτουργούν οι παίκτες και θέλουμε να διεισδύσουν μέσα, καθώς και τη σύνδεση μεταξύ των παικτών εντός του Rondo.



Για παράδειγμα, σε χώρο 25X35 και κατάσταση 5v3, αν η στρατηγική μας σε κάποιον αγώνα ήταν να βγούμε στην επίθεση με τον αριστερό μας μπακ (3), ένα σενάριο στο παιχνίδι θα μπορούσε να είναι το αριστερό μπακ (3) να στηρίξει πρώτα τον αριστερό κεντρικό αμυντικό(5) ο οποίος έχει την μπάλα, ο οποίος όμως θα παίξει στον κέντρικό μέσο(8) και να δεχθεί στην συνέχεια την προωθημένη μεταβίβαση από αυτόν .

Όπως καταλάβατε, σχεδιάζουμε ένα Rondo χρησιμοποιώντας μόνο αυτούς τους παίκτες, γιατί οι σχέσεις τους είναι το κλειδί όταν προσπαθούν να διεισδύσουν και να παίξουν προς τα εμπρός κατά τη διάρκεια ενός παιχνιδιού. Χρειάζεται ο δεξιός μας μέσος σε αυτή την φάση; Μάλλον όχι, γιατί η εστίαση μας είναι στην ανάπτυξη παιχνιδιού από το αριστερό μπακ και είναι απίθανο να υπάρχει συνεργασία μεταξύ των 2 αυτών παικτών βάσει αυτού του στυλ παιχνιδιού.

RONDO ΣΕ ΜΙΚΡΟΤΕΡΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ

Καταστάσεις π.χ. 10v1, 10v2 θα ήταν λάθος να χρησιμοποιηθούν διότι πόσες φορές μπορεί να συμβεί κάτι τέτοιο σε ένα παιχνίδι. Μόνο για προθέρμανση.

Οι Ισπανοί προπονητές φαίνεται να κατανοούν πραγματικά τη σημασία του Rondo και το πού χωράει μέσα στο παιχνίδι. Φυσικά, αυτό το στυλ του παιχνιδιού είναι στην κουλτούρα τους, αλλά αυτό είναι η κατανόηση και η ερμηνεία του σε όλα τα επίπεδα, από το επίπεδο βάσης έως την ελίτ, που είναι και το κλειδί για την εφαρμογή του σε ολόκληρη τη χώρα.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΜΥΝΑ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ RONDO

Ακριβώς όπως σε ένα παιχνίδι ποδοσφαίρου, μια πρακτική Rondo θα υπάρξει όχι μόνο στην επίθεση αλλά και την άμυνα. Ως εκ τούτου, το Rondo μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για να καθοδηγήσουμε τους παίκτες μας και στις αμυντικές μας αρχές.

Ο Diego Simeone κάνει ίσως την καλύτερη δυνατή χρήση του Rondo για την αμυντική του λειτουργία. Αυτό φαίνεται με το πώς δουλεύει με την ομάδα του την Ατλέτικο Μαδρίτης έχοντας δεχτεί μόλις 15 γκολ σε 31 παιχνίδια. Οι αντίπαλες ομάδες αγωνίζονται να διεισδύσουν μέσα από την άμυνα της Ατλέτικο αλλά δύσκολα τα καταφέρνουν. Μπορούν να κυκλοφορούν την μπάλα γύρω τους, αλλά είναι δύσκολο να περάσουν μέσα από αυτήν.

Κατά τη γνώμη μου, είναι το πιο εντυπωσιακό στο φετινό ισπανικό πρωτάθλημα, επειδή έχουν υιοθετήσει ένα στυλ παιχνιδιού που είναι ασυνήθιστο στην Ισπανία και πολλά από αυτό στηρίζεται στην υπεράσπιση του Rondo.

Εν ολίγοις, αν κάποιος με ρωτάει τι είναι το Rondo απαντώ "θέσεις και τεχνικές εργασίες με την κατανόηση του πότε και πού θα κάνουμε τα σωστά πράγματα στον επιθετικό και στον αμυντικό τομέα".

Οι Ισπανοί προπονητές έτσι το έχουν προσφέρει-διδάξει.

Είναι «ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΘΕΣΕΩΝ» και όχι διατήρηση της μπάλας.

Αυτό είναι το κλειδί για το πώς να παίξουν το παιχνίδι και έχουν μεγάλη επιτυχία με τη χρήση αυτού του συστήματος.

*Τοκπασίδης Παναγιώτης
Προπονητής Ποδοσφαίρου Uefa A'
www.ptokpasidis.gr*