



KRAKÓW
KINGS
FOOTBALL



Defensive Playbook



- Pytania
- Odpowiedzi
- Wnioski
- Planowanie
- Implementacja
- Egzekucja

Pytania i Odpowiedzi



- W jakim kierunku chce iść drużyna ?
- Kiedy musimy zacząć osiągać efekty ?
- Jak dużo mam czasu na zbudowanie formacji ?
- Kiedy zaczynamy sezon ?
- Jakich mam ludzi dostępnych ?
- Jakich mam przeciwników ?

Wnioski

- System defensywny
- Ilość potrzebnych treningów
- Czas niezbędny na techniki
- Czas niezbędny na instalacje
- Ilość potrzebnych rekrutów



Planowanie



- Filozofia
- Formacja/-e
- Coverage
- Blitz Package
- Ilość treningów
- Czas na techniki i instalacje
- Rekrutacje

Implementacja



- Nie trzymasz w ręce – nie masz
- Prosto i na temat
- Trzymaj się planu
- Duch formacji
- Lepsze wrogiem dobrego

Egzekucja

- Analiza
- Ocena
- Informacja zwrotna
- Gra szczegółów
- Zrozumienie



Filozofia



To coś więcej niż gra

We are **WARRIORS** – we fight to the end and never surrender !
We hit fast and hard ! We always pursuit and never slow down!

We are **PROUD** – We never argue with refs or other teams!
We know our value and do everything to prove we are worth being a KING !

We are a **KINGS** – We trust each other ! We inform each other !
We listen to our captains and coaches ! We think and never lose focus !

Formacje



5 - 3

5 - 2

4 - 3

4 - 2

3 - 4

biegi

podania

Formację należy uzależnić od swojego składu i systemów ofensywnych stosowanych przez przeciwników

- 5 – 3 najmocniejsza ze stosowanych formacji antybiegowych, dużo osób w „boxie”
- 5 – 2 formacja antybiegowa
- 4 – 3 najbardziej uniwersalna z formacji, dająca najszerszy wachlarz możliwości
- 4 – 2 formacja antypodaniowa
- 3 – 4 najmocniejsza ze stosowanych formacji antypodaniowych, mało osób w „boxie”

Coverage



Coverage należy uzależnić od pomysłu na grę, systemów stosowanych przez przeciwnika, korpusu swoich graczy

- Man – Man

System krycia w którym jeden zawodnik obrony odpowiada tylko i wyłącznie za jednego zawodnika drużyny przeciwnej.

Kryjący zawodnik koncentruje się tylko na swojej odpowiedzialności, porzucając ją tylko gdy jest akcja biegowa, lub piłka została rzucona do innego zawodnika.

- Zone coverage

System krycia w którym każdy zawodnik obrony odpowiada za określony obszar na boisku.

Zawodnik kryjący musi orientować się czy w jego strefie znajdują się przeciwnicy, ale uwagę koncentruje na rozgrywającym drużyny przeciwnej.

Swoją strefę porzuca w momencie podania to innego zawodnika, lub biegu.

- Mixed coverage

System w którym zawodnik odpowiada za zawodnika, lub miejsce na boisku w zależności od systemu.

Obowiązki uzależnione są od pozycji i zagrywki, może to być odpowiedzialność za strefę, lub za zawodnika.

Man - Man



- Cover 0

Sytuacja w której gramy nie używając żadnego safety . Najbezpieczniejsza do zatrzymywania biegów, najbardziej ryzykowna gdy chodzi o podania, szczególnie te dalekie.

- Cover 1

Sytuacja w której gramy używając tylko jednego safety którego odpowiedzialnością są przede wszystkim głębokie podania.

- Cover 2

System w którym mamy dwóch safety których odpowiedzialnością są przede wszystkim głębokie podania.

Zone



Cover 2

Cover 3

Cover 4

Płytkie podania

Głębokie podania

- Cover 2

Sytuacja kiedy gramy używając dwóch safety kryjących głębokie strefy. Pozostali zawodnicy „backfield’u” zajmują się kryciem krótkich stref. Największym zagrożeniem są tutaj podania kierowane w środek boiska, lub dwóch lub więcej WR’ów w głębokiej strefie.

- Cover 3

Sytuacja w której gramy używając trzech graczy do pokrycia trzech głębokich stref, przeważnie jest to safety oraz dwóch CB.

- Cover 4

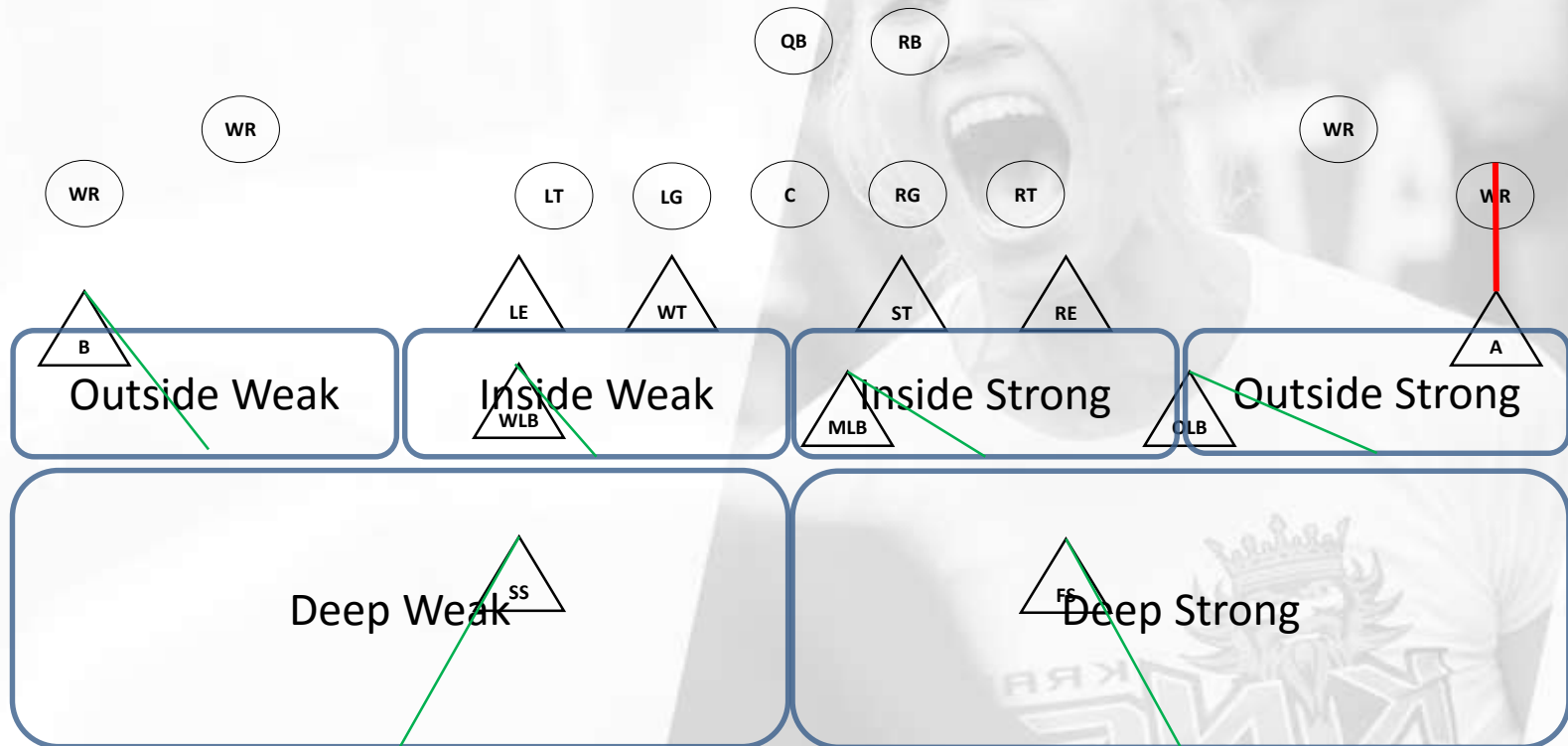
System w którym aż czterech graczy kryje głębokie strefy. Co do zasady tymi osobami są dwaj safety, oraz dwaj CB.

Mixed



System w którym mieszamy krycie Man-Man z kryciem Zone.

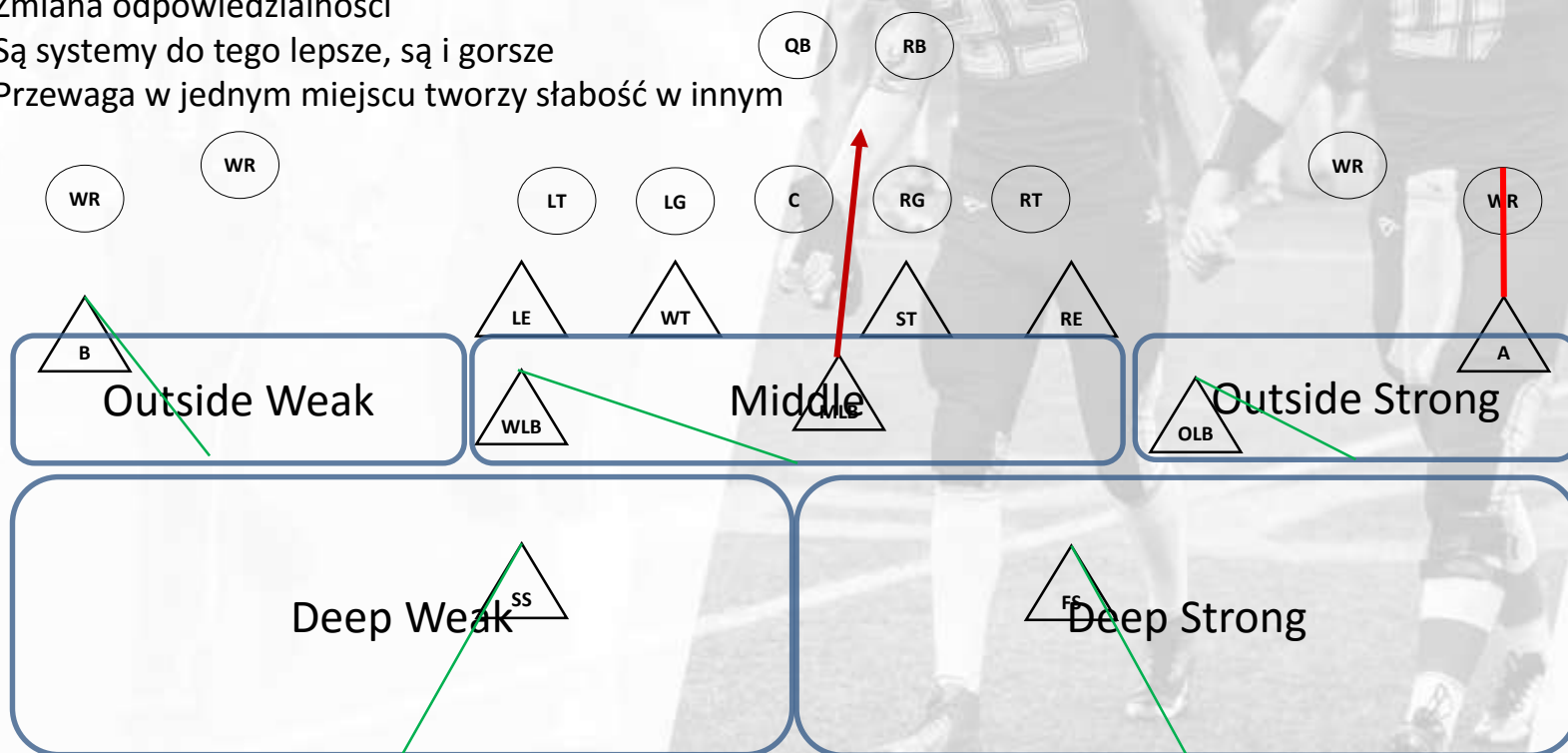
Przeważnie używany w przypadku gdy w drużynie przeciwnej występuje wybijający się zawodnik na pozycji WR.



Blitz Package



- Zmiana krycia
- Zwiększanie presji
- Zmiana odpowiedzialności
- Są systemy do tego lepsze, są i gorsze
- Przewaga w jednym miejscu tworzy słabość w innym



Ilość treningów



Planując system obrony weź pod uwagę że wprowadzenie trudniejszych systemów wymaga więcej czasu.

Rozpisz wszystkie aspekty swojego systemu które musisz przekazać zawodnikom.

Postaraj się oszacować jak długo będziecie musieli pracować nad poszczególnymi częściami.

Określ ile treningów potrzebujesz aby go wprowadzić.

Jeżeli nie masz na to czasu – nie rób tego.

Lepszy gorszy system który opanujecie dobrze, niż świetny system którego nie umiecie zagrać.

Techniki i Instalacja

- Techniki

Indywidualna praca w grupach pozycyjnych, lub formacjach mająca na celu nauczenie zawodników technik niezbędnych do grania w wybranym systemie defensywnym.

Pamiętaj iż różne systemy wymagają różnych technik!

- Instalacja

Nie ma groźniejszej obrony niż taka która dobrze rozumie swój system !

Nie ma lepszej metody na zrozumienie systemu niż odpowiednia instalacja.



Q & A

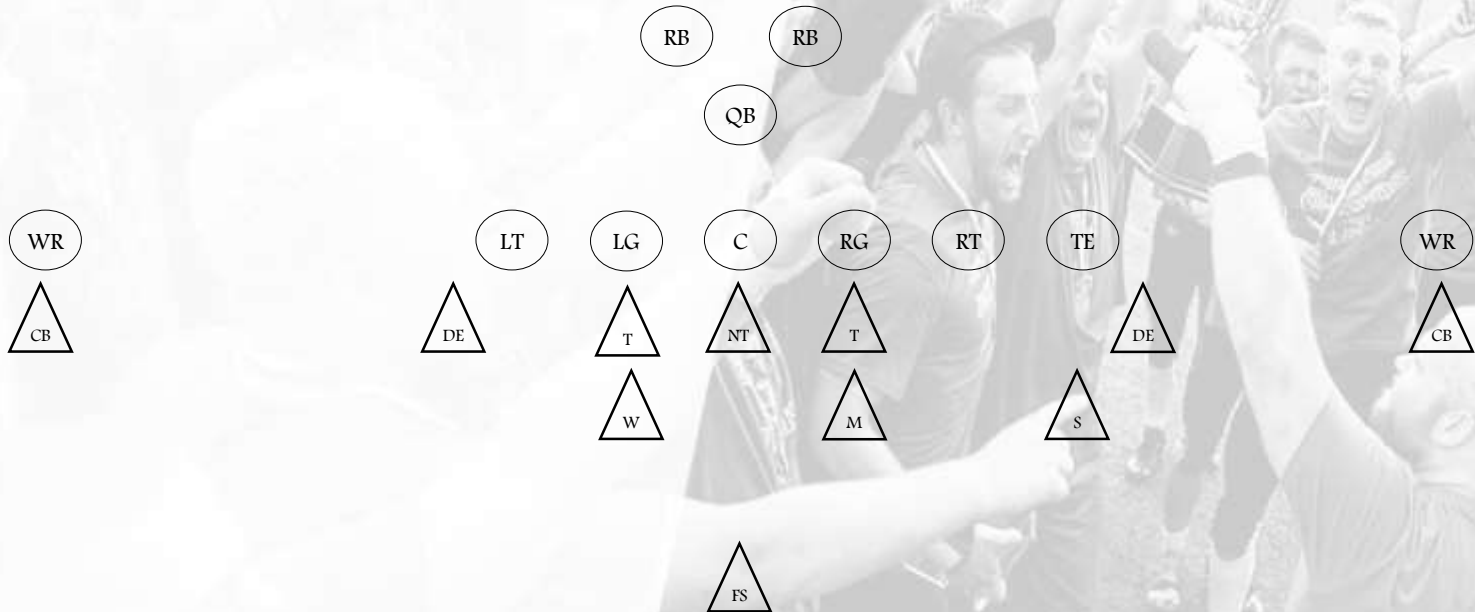


5 - 3



Formations

5 lineman, 3 linebackers, 2 cornerbacks, 1 safety

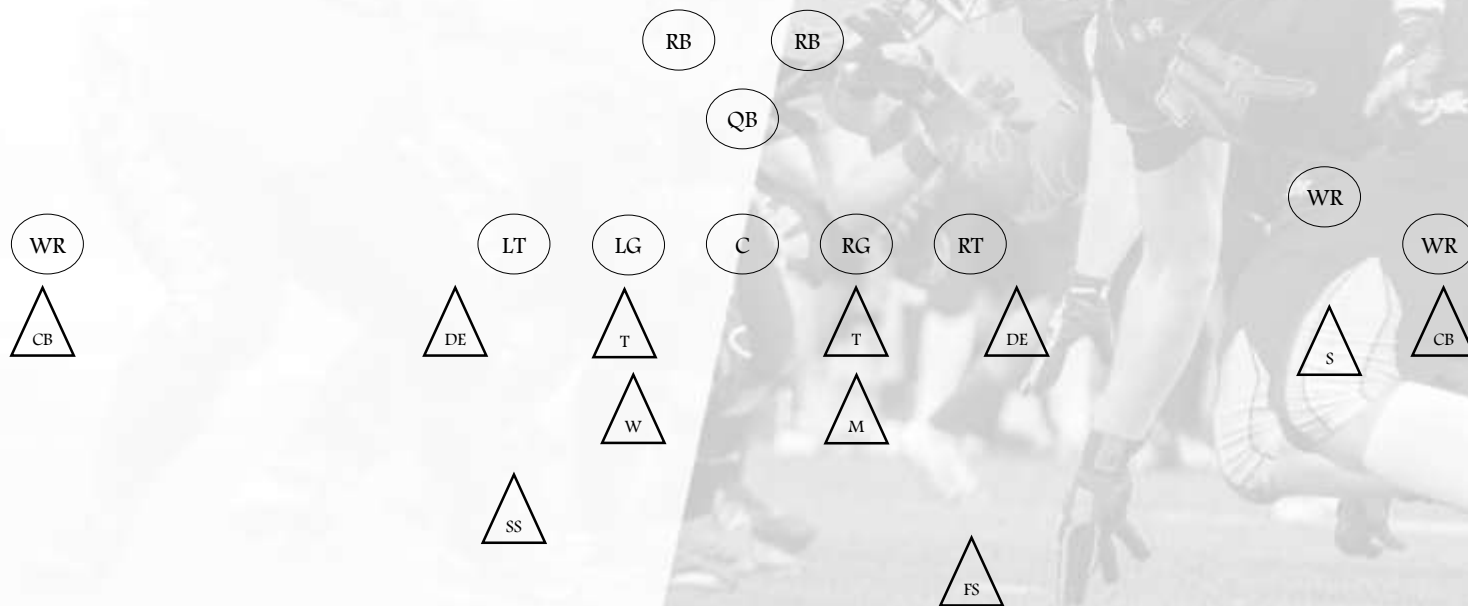


4 - 3



Formations

4 lineman, 3 linebackers, 2 cornerbacks, 2 safeties

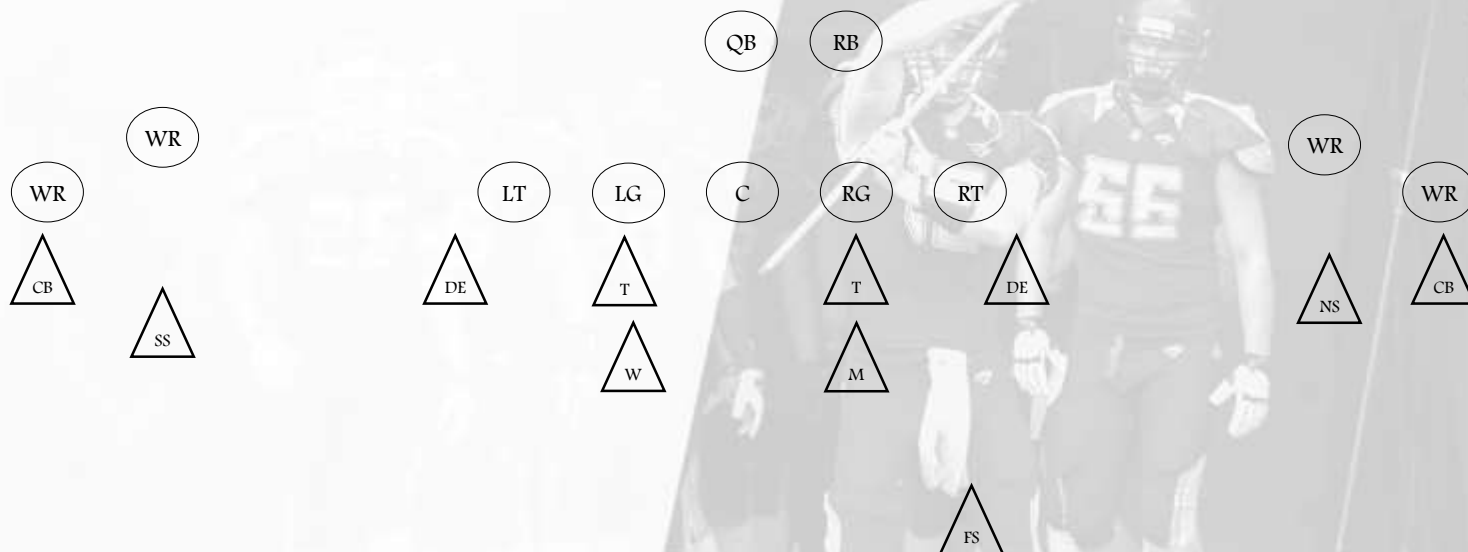


4 - 2



Formations

4 lineman, 2 linebackers, 2 cornerbacks, 3 safeties



Dziękuję za uwagę

Łukasz Niedzielski – Koordynator Defensywy
Kraków Football Kings

<https://goo.gl/9EZxsF>

