



Szerepek a csapatban 10. rész

A csapat sikere szempontjából elengedhetetlenül fontos, hogy minden játékos megértse mi az ő szerepe.

Tudja a dolgát – Akarja megcsinálni – Legyen képes megcsinálni

Ez röviden azt jelenti, hogy tudnia kell, mit kell és mit tilos megtennie. Fogadja ezt el és érezzen felelősséget az iránt, hogy a lehető legjobban hajtsa végre a dolgát. Az edző feladata segíteni a játékosokat ebben a folyamatban.

Néhány alap feladat megegyezik minden pozíció tekintetében. Ezeket jól csinálni mindenki feladata:

- *legyél fit*
- *tudj fogni*
- *ne veszítsd el a labdát a fogásban*
- *tudd elkapni a labdát és tudj passzolni*
- *légy készen kijavítani a másik rontását – azonnal!*

A TIZES (#10)

A csapat tengelyének negyedik tagja. Az Agy. A háromnegyed és az egész csapat esze. A taktikai döntések 80%-át ő hozza meg.

A tízes a felállt háromnegyed-sor első tagja (a tolongás felől számítva). Az ő feladata elkapni a kilences által kipasszolt labdákat. Aztán dönt, hogy rúg, indul, vagy indítja a centereket. Általában ő a legjobb rúgó játékos a csapatban.

A jó tízes arról ismerszik meg, hogy neki van a legnagyobb befolyása a játékra. Ő hozza meg a legnagyobb döntéseket, ráadásul úgy hogy közben folyamatosan nyomás alatt van. Ilyen döntés különösen, hogy melyik oldalon támadunk (jobb-bal), szélesen vagy közel a tolihoz és a rúgás mélységét (hosszú-rövid)

Képesek tizedmásodperc alatt eldönteni, hogy indulnak, indítanak, vagy taktikai rúgást hajtanak végre. A tízes a háromnegyed sarokpontja: mintha egy zsanér lenne, amin elforog a háromnegyed. Szó szerint és képletesen egyaránt.

Nem kell mondani, hogy briliáns labdaérzékük van, ők a legjobb rúgók – a csapaton belül legalábbis. De mindezek csak jelek: az összes tízest jellemzi, hogy csillogó rögbis agyuk van! Képes feltörni a védelmet egy okos passzal vagy kiigazítani a saját védővonalát egy tanáccsal, utasítással. Persze tudnia kell ütközni, csomagot, nyitott tolongást csinálni és nagyokat, agresszívakat fogni.



Döntések, döntések....

A tízes fő feladata irányítani a háromnegyedet. Van taktikai érzéke, olvassa a játékot és bemondja a figurákat. Van elképzelése a játékról és képes irányítani másokat.

Egyensúlyt kell találnia: játéka kiismerhető kell legyen, ugyanakkor folyton változtatnia is kell, hogy örületbe kergesse az ellenfelet. Gyorsnak kell lennie, hogy ha lehet, induljon. Semmi sem frusztrálja jobban a védőket, mint egy olyan tízes, aki hol rúg, hol indul.

Vele szemben támasztott fő követelmények

- Intelligens: képes felismerni a lehetőségeket mind védelemben, mind támadásban
- Jó ítézőképessége van, és helyesen dönt
- Képes végre is hajtani a szükséges dolgokat
- Fitt, agilis és gyors
- Jó keze van
- Jó taktikai rúgó
- Jól rúg területért
- ÖNZETLEN!

Gyakran használt technikái

Labdakezelés

- Képes sok félét passzolni. Gyorsan tud passzolni
- Pontosan passzol
- Előny, ha tud hosszút passzolni
- Képes gyors futás közben felkapni a labdát a földről
- Jól kapja el labdát. Előfordul, hogy a bedobásban is rá dobna.

Futás

- Jól gyorsul
- Jól tudja irányítani magát: képes változtatni a sebességét, cselezni, kerülni
- Képes támogatásként futni
- Képes változtatni a lendületét és 30 méteren nagyon gyors

Rúgás

- Pontosan rúg támadásban és védekezésben, jobbal-ballal
- A régimódi bombát (up'n'under vagy Garryowen-t) amikor magasra röviden gyertyát rúg, hogy be lehessen futni alá
- Kis átemelést a védők felett
- A diagonál-rúgást, keresztben az ellenfél szélsője felett ki oldalra
- Büntetőt
- Drop-ot



Támadásban

A tízes dönti el, hogy milyen laposan kéri a labdát (mármint, hogy a lesvonalhoz milyen közel). Ezzel meghatározza a játék képét is.

- Ha a fent, a gain line-hoz közel kéri, akkor ezzel fenyegeti az ellenfél védelmét. Megpróbálhat áttörni, vagy adhat egy crash-ball-t, maga is beütközhet, illetve adhat passzokat a belső centernek, külső centernek, szélsőnek (ha tud) – vagy teljesen váratlanul a tolongásnak vissza!
- Ha mélyen kéri, akkor 90% biztonsággal rúgás lesz belőle!

Védekezésben

A tízes kommunikál a harmadik sorral és a belső centerrel. Meghatározza milyen védekezést használnak (emberfogás, drift vagy blitz). Ezt meccs közben többször megváltoztatja. Ha leadta a labdás emberét, fut keresztben és segít támogatni.

A mélyfogás általában nem a tízesek erőssége. Csakhogy ezt nem lehet elkerülni. Johnny Wilkinson, aki a VB címig rúgta Angliát híres és hírhedt volt agresszív és kíméletlen fogásairól.

Összefoglaló

- A tízes kulcsfigura
- Létkérdés, hogy jól döntsön
- Alapjaiban jól kell értenie a játékot: a pozíciókat, a passzokat és a játékot
- Fejből kell tudnia a $\frac{3}{4}$ támadó és védő figuráit
- Az ő technikai tudása, fitnessz-szintje, általában a képzettségi szintje meghatározza az egész csapat játékát
- A védekezésben éppolyan szilárd, mint a támadásban

"A legjobb edző a játékostársad"

A mérkőzés folyamán sokszor van szükség edzői beavatkozásra. Érdemes többször végiggondolni, hogy mennek a dolgok. Mi működik és mi nem. Például:

- A tolíba gyors labda kellene, mert az ellenfél nagyon erős, és nem tudjuk tartani őket
- Kicsit feljebb, kicsit lejjebb, kicsit közelebb-távolabb...

Johnny Wilkinson lenne, ha nem lenne ott Daniel Carter.