



ESMTK játékos profilok



Készítette:
Nagy Dániel
Sportigazgató



Játékos profilok

- ***Az egyéni és a csapat érdekeknek találkozniuk kell egymással, ezáltal lehet egyaránt sikeres az egyén és a csapat is.***
- ***Cél egy olyan profil kialakítása, amely az egyéni játék 4 alaptényezőjére (technika, taktika, kondíció, mentális) támaszkodva posztokra lebontva meghatározza a játékos jelenlegi képességeinek szintjét, állapotát, rávilágít, hogy a jövőben a játékos mely tulajdonságait szükséges fejleszteni, valamint mik azok az erősségek, amiket tovább kell fejleszteni a célok megvalósításának érdekében.***

Technikai elvárások

Kapus

Kezdő szint: alapállás, helyezkedő mozgás, védés feltérdeléssel, védés ölelő fogással, védés kosárfogással, labda kigurítása, labda kidobása, legördülés lapos labdára, legördülés félmagas labdára.

Haladó szint: Ráborítás technikája, védés lecsúszással, magas labda lehúzása kosárfogással, kétkezes öklözés, egykezes öklözés, kicsúszás, blokk technika, csillagalakzat technika, magas vetődés, kirúgás test előtt, drop-rúgás, fektetett rúgás.



Személyiség

Kapus

- **Önbizalom**
- **Bátorság**
- **Koncentráció**
- **Kommunikáció**



Kondíció

Kapus

- **Gyorserő**
- **Reakció gyorsaság**
- **Alap állóképesség**



Taktika

Kapus

- **Helyezkedés**
- **Gyors átváltások**
- **Kezdeményezés/optimális kockázat**



Technikai elvárások

Belső védő

Szerelés
Fejelés

Átadás
Átvétel

Labdavezetés

Lövés

Cselezés



Személyiség

Belső védő

Vezér

Felelőség

Magabiztos

Kommunikáció



Kondíció

Belső védő

Koordináció

Ugróerő

Gyorsaság

Gyorsaság



Taktika

Belső védő

Helyezkedés

Mélység
biztosítása

Területvédelem/
Emberfogás

Megelőzés



Technikai elvárások

Szélső védő

Átadás
Átvétel

Szerelés
Fejelés

Labdavezetés

Cselezés

Lövés



Személyiség

Szélső védő

Anticipáció

Küzdőszellem

Agresszivitás

Cselezés

Együttműködés



Kondíció

Szélső védő

Gorserő

Gyorsaság

Állóképesség

Törzsizomzat



Taktika

Szélső védő

Ellenfél
szélre
szorítása

Szélsővel
együttműködés

Belső védő
biztosítása

Támadójáték
kezdeményezése



Technikai elvárások

Védekező középpályás

Átadás
Átvétel

Szerelés
Fejelés

Labdavezetés

Lövés

Cselezés



Személyiség

Védekező középpályás

Koncentráció

Vezér

Intelligencia

Anticipáció



Kondíció

Védekező középpályás

Gyorserő

Ugróerő

Alapvető
gyorsaság

Állóképesség



Taktika

Védekező középpályás

Labdaszerzés

Játék
osztogatás

Forgatások

Mélység
biztosítása



Technikai elvárások

Szélső középpályás

Átadás
Átvétel

Cselezés
Labdavezetés

Lövés

Fejelés

Szerelés



Technikai elvárások

Támadó középpályás

Átadás
Átvétel

Lövés

Cselezés
Labdavezetés

Fejelés

Szerelés



Személyiség

Támadó középpályás

Bátorság

Szenvedély

Kreativitás

Egyéniség



Kondíció

Támadó középpályás

Gyorsulás

Állóképesség

Mozgékonyság

Gyorserő



Taktika

Támadó középpályás

Szervezés

Szabad területek
felismerése,
beindulások

1:1

Ellenfél
támadásépítésének
megakadályozása



Technikai elvárások

Támadó, Ék

Átvétel

Lövés
Átadás
Cselezés

Fejelés

Labdavezetés

Szerelés



Személyiség

Támadó, Ék

Bátorság

Szenvedély

Anticipáció

Egyéniség



Kondíció

Támadó, Ék

Gyorsulás

Gyorserő/Ugróerő

Mozgékonyság

Állóképesség



Taktika

Támadó, Ék

Átadások
fogadása

Érkezések,
beindulások

1:1

Ellenfél
támadásépítésének
megakadályozása, terelés

