

MJP



MODELO DE JOGO PESSO

Sabendo que o treinador é um modelo de liderança no futebol, busco demonstrar que é possível conciliar sucesso esportivo com valores humanos. Empatia, humildade, inclusão, responsabilidade social e excelência são valores que prezo.

O sistema tático adotado sempre é escolhido baseado no DNA do clube e na característica dos jogadores que compõem o elenco. Com bastante flexibilidade e um diálogo aberto e respeitoso, procuro entender a necessidade e os objetivos do clube.

Princípios Inegociáveis

- **Respeito mútuo**

Entre jogadores, staff e adversários

- **Disciplina**

No treinamento, em campo e fora dele

- **Trabalho em equipe**

Colaboração e comunicação eficaz

- **Desenvolvimento pessoal**

Crescimento fora de campo

- **Integridade**

Honestidade e transparência



É o plano estratégico que define a filosofia, objetivos e métodos que uso para alcançar o sucesso em campo.
Não abrindo mão dos aspectos essenciais, táticos, técnicos, físicos e mentais.

- **Filosofia:**

Estilo de jogo, valores e princípios que orientam as decisões táticas e estratégicas.

- **Objetivos:**

Metas específicas, como conquistar títulos, melhorar a classificação ou desenvolver jovens talentos.

- **Métodos:**

Um plano sistemático e estruturado para desenvolver habilidades, conhecimentos e comportamentos nos jogadores, visando melhorar o desempenho da equipe.

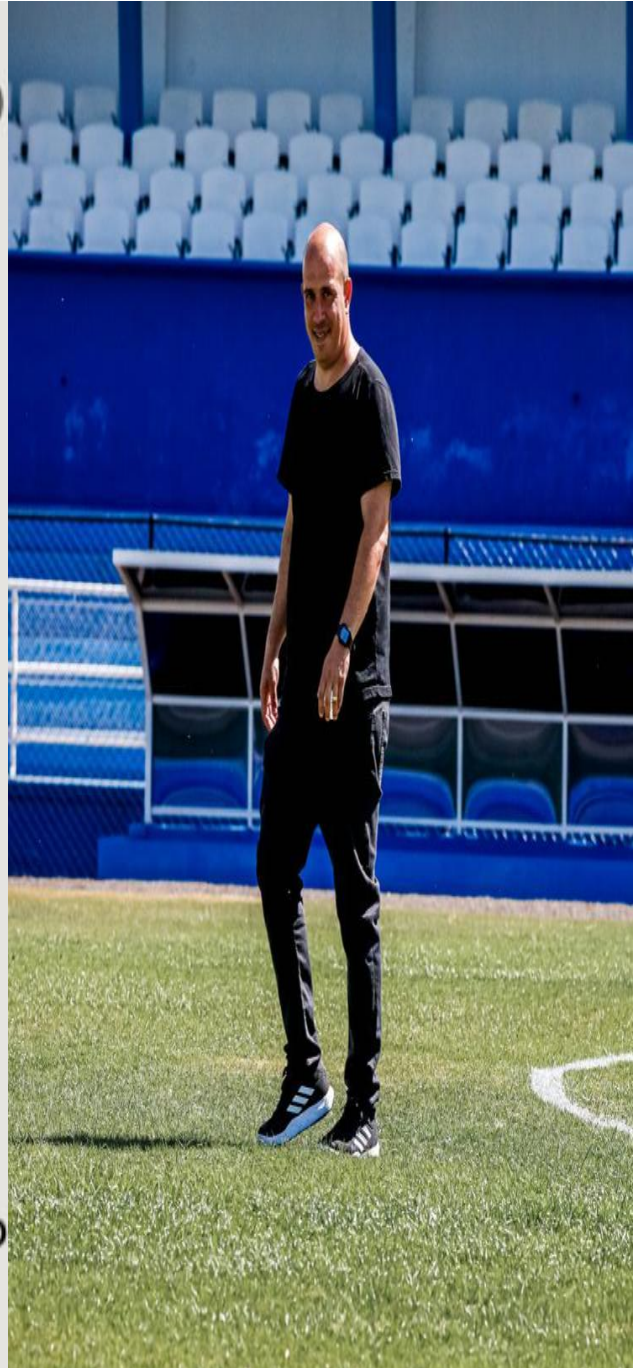


MODELO DE JOGO

Realizar um jogo vertical, com posse de bola objetiva, através de passes e dribles rápidos, sempre atacar marcando.

FEEDBACK

Verificar se as metas estabelecidas estão sendo alcançadas.





TREINO

Criar comportamentos e treinar os atletas buscando sua evolução individual e coletiva, para que executem o plano de jogo a fim de superar o nosso adversário.

ANÁLISE DE DESEMPENHO

Padronizar o que deu certo e corrigir o que não atendeu as expectativas. Fazer com que o atleta compreenda o modelo de jogo para que ele possa executar determinadas ações em campo.

É o processo para desenvolver habilidades específicas, melhorar o desempenho individual do atleta e aperfeiçoar técnicas e métodos aumentando, assim, a produtividade e eficiência da equipe.



ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA

Bloco Alto

Marcação mista (individual / zona), induzir o adversário a jogar pelos corredores laterais + bola longa. Linha defensiva em diagonal, dando equilíbrio ao corredor central e facilitando as coberturas.

Bloco Médio

Marcação por zona, fechando o corredor central, induzindo o adversário aos corredores laterais, para executar pressão com superioridade numérica (lateral, extremo e volante). Linha defensiva em diagonal.

Bloco Baixo

Marcação por zona, dobra de marcação com a segunda linha, sustentação da primeira, sem quebra. Coberturas no último terço com volante e zagueiro.



TRANSIÇÃO OFENSIVA

Ataque Rápido

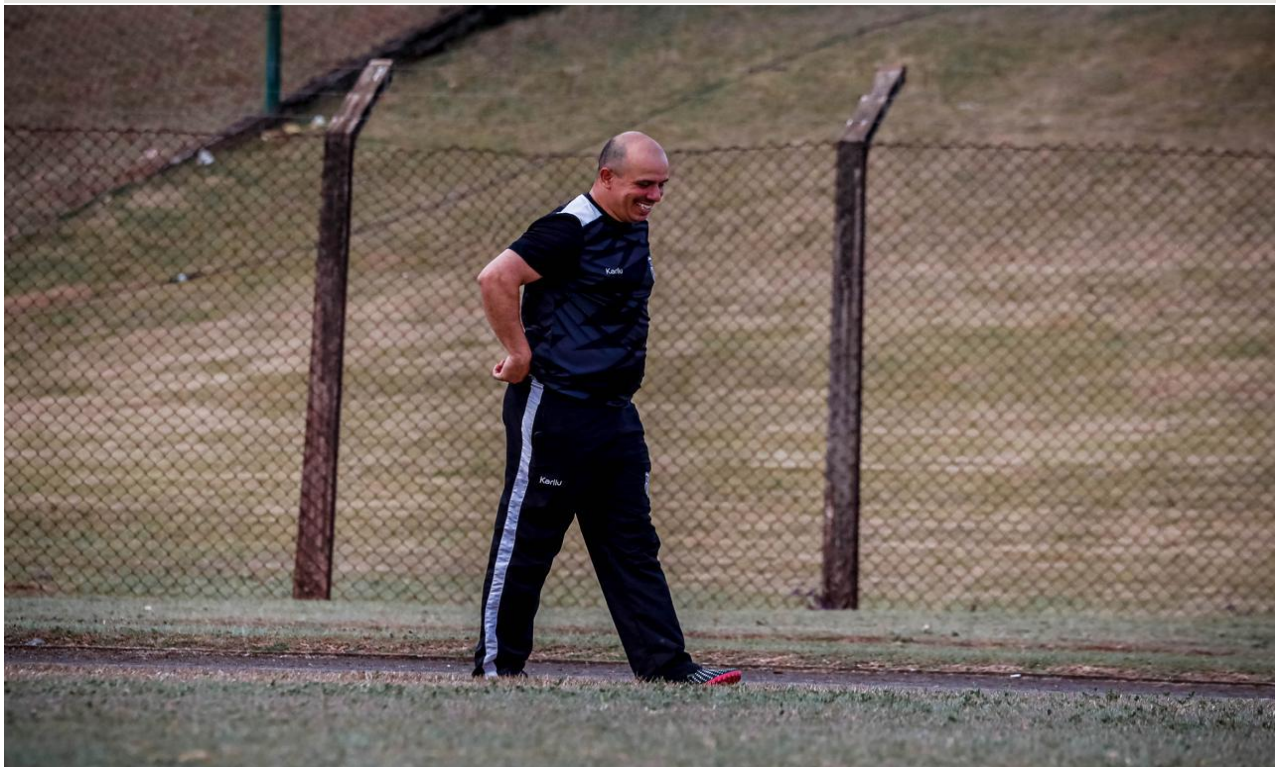
Após retomar a posse, reagir rapidamente para aproveitar o desequilíbrio do adversário, utilizando a velocidade e movimentos de infiltração.

Ataque Rápido Lado Oposto

Após retomar a posse, reagir rapidamente, retirando a bola da zona de pressão e aproveitando o desequilíbrio adversário no lado oposto, utilizando a velocidade e ataque de espaço.

Garantir Posse

Em caso de impossibilidade para um ataque rápido, retirar a bola da zona de pressão, mantendo a posse para entrar em organização ofensiva.



ORGANIZAÇÃO OFENSIVA

Último Terço

Verticalidade, circulação rápida, buscar triangulações para gerar condições de ultrapassagens e 1x1 nos corredores laterais, volante do lado da bola com liberdade para atacar espaço. Preencher a área com extremo, atacante, meia e volante (*lateral lado contrário). Terminar a jogada.

Segundo Terço

Independente da estrutura adotada, sempre respeitar o jogo posicional, dando amplitude, profundidade e formação de triângulos. Recuo do volante ou lateral com os zagueiros, extremo flutuar de fora para dentro, meia e atacante com liberdade para buscar espaço entre linhas adversárias (não ultrapassar a linha dos nossos volantes).

Primeiro Terço

Tiro de meta:
Goleiro pode direcionar a saída para o lateral, pois o extremo fixou os laterais adversários.
Saída de 3 na formação do losango (goleiro, zagueiro e volante).
Passe longo para o atacante, um extremo posicionado por dentro, outro para o desvio, estrutura montada para disputa da 1ª e segunda bola.



TRANSIÇÃO DEFENSIVA

Pressão Pós Perda

Após a perda da posse, o jogador mais próximo, pode optar por uma falta tática, ou realizar pressão imediata ao portador da bola, os três jogadores mais próximos, devem realizar cobertura defensiva do companheiro formando um losango.

Temporização

Durante a pressão pós perda, a ultima linha deve ser formada no intuito de realizar a temporização até a linha da grande área, mantendo o alinhamento e sincronia.

Recomposição

Os jogadores devem passar a linha da bola em velocidade, realizando o bloqueio de finalização em caso de eminência de finalização.



PESSO (Toninho) TREINADOR FUTEBOL

34 991513885 (WHATSAPP)

@pessotoninho (INSTAGRAM)

antoniomareskaenzo@icloud.com (email)



1 Pedro 4:10

“Cada um exerça o dom que recebeu para servir aos outros, administrando fielmente a graça de Deus em suas múltiplas formas”