

A taktika oktatásának folyamatában az egésznél és résznél, mint oktatási szempontnak, módszernek szakadatlan változása a jellemző.

A taktikai képzésben mindkét módszernek a megfelelő helyen és időben megvan a maga létjogosultsága. Ennek a megállapításnak nem mond ellent álláspontunk, amely szerint a taktikai tevékenységet – a játékot, a küzdelmet – nem szabad apró részekre darabolni. *A képzésben a globalitásnak, mint vezető elvnek úgy kell érvényesülnie, hogy a logikailag és perceptuomotorosan még átfogható lehető legnagyobb cselekvésségeket gyakoroltassuk.* Ezt a módszertani elvet támaszolja alá az a tétel is, hogy az egész nem fogható fel a részek matematikai összegeként. Vagy több, vagy kevesebb annál. Sajnos, rendszerint kevesebb, mert a részeselekvések egybeolvasztása mindig nehézséget okoz, különösen akkor, ha a részgyakorlást kiszakítjuk a valós, versenyszerű perceptuális mezőből és „üvegházi” körülmények között gyakorol a versenyző.

### *Taktikai sablonok, kombinációk elsajátítása és a döntési képesség fejlesztésének kapcsolata*

A feltett kérdésre a képzési cél megfogalmazásakor már válaszoltunk, amikor a döntési képesség fejlesztését helyeztük előtérbe. Mégis megfogalmaztuk a kérdést, mert a gyakorlatban két vezető irányzat tapasztalható. Mint hasonló esetekben történni szokott, egyik sem felel meg teljesen a kitűzött célnak, és a taktikai felkészítés hatékonyságát a két tendencia legjobb tulajdonságainak szintézise határozza meg. Ennek megfelelően gyakorolni kell a sémákat, kombinációkat, összetett taktikai cselekvéseket a tipikus versenyhelyzetekben, ugyanakkor változatos, újszerű, sok információt nyújtó gyakorlatokkal fejleszteni kell a versenyző azon pszichikus tulajdonságait, amelyek a bonyolult, több alternatívás kombinációk váratlan helyzetekben az adekvát döntéseket lehetővé teszik. Ilyen tulajdonságok például az idő- és térérzékelés, figyelem-összpontosítás és -váltás, pontos helyzetérzékelés, múltbeli események felismerésének és felidézésének készsége, elhatározó képesség, fantázia, eredetiség, kockázatvállalás stb.

Az egyes kombinációkat, formációkat sokat kell gyakorolni, de ez a gyakorlás nem válhat mechanikus sulykolássá. *A képzés minden mozzanatának arra kell irányulnia, hogy a versenyző döntési képességét fejlessze, illetve a döntések nyomán meginduló motoros akciókat hatékonyabbá tegye.*

### *A funkcionális kötöttség és a taktikai cselekvések alkalmazhatóságának viszonya*

Az eredményes taktikai tevékenység és a sztereotíp jellegű sablonokhoz mereven kötődő gondolkodási és cselekvési mód nem fér meg egymás mellett. *A taktikai tevékenység nagyfokú cselekvési plaszticitást, variációs készséget igényel.* Ez az igény jelentkezik többek között a mindkét oldalra eredményes akcióvezetéssel kapcsolatban. A jobb és bal oldalra közel azonos cselekvőkészséggel rendelkező versenyzők ellenfeleiket nagyfokú bizonytalanságban tudják tartani, míg az egyoldalú cselekvési lehetőségei behatároltabbak. Elméleti megfontolások és gyakorlati tapasztalatok arra utalnak, hogy a kétoldalas képzést a jobb transzferhatás érdekében az ügyesebb, a domináns oldalon kezdjük.

Különösen a sportjátékokra vonatkozik, hogy míg a mezőnyunka elsősorban a figyelem megosztását igényli (disztributív figyelem), addig a célzásnál a figyelmet a cél-

tárgyra kell összpontosítani (koncentrált figyelem). A figyelem és a tevékenység megfélemlését sem bízhatjuk a véletlenre. Olyan gyakorlatokat kell alkalmazni, amelyek a sportági tevékenységnek megfelelő figyelemi funkciók fejlődését segítik elő. A taktikai tevékenységben – ahol a környezeti tényezők észlelésének fontos szerepe van – a figyelem tudatos fejlesztése folyamatos feladat.

El kell kerülni, hogy a képzés hatására kialakuló figyelemi, gondolkodásbeli, *cselekvési „funkcionális fixáció” korlátozza a versenyzők fejlődését.* Ez a megállapítást egy példával illusztráljuk. Felmérést végeztünk egy serdülő leány kosarlabda-csapatnál taktikai cselekvési szintjük megállapítására. Azt tapasztaltuk, hogy a leegyszerűbb 2:1 elleni helyzeteket is elzárásokkal akarták megoldani. Az oktatásban az elzárásra való túlzott beállítódás a versenyzők gondolkodásmódját és cselekvőképességét fixálta, megkötötte ehhez a cselekvési formához.

Ebben az esetben elsősorban a funkcionális fixáció tartalmi vonatkozásáról volt szó. Ezen túlmenően a taktikai cselekvéssel kapcsolatban a kötöttségnek, a fixációnak lehetnek intenzitási (sebességi), időzíítési, információs-felvételi vonatkozásai is.

Ennek elkerülésére követendő oktatási módszerként ajánljuk a taktikai cselekvés oktatásában a hely, helyzet, idő, sebesség, intenzitás, ritmus sokirányú variálását.

Az információs-felvételi képesség fejlesztésére alkalmazható a „pressure training”, amikor „... sokkal gyorsabb labdamozgatást kell végezni, mint ami a játékban előfordul” (Winterbottom)\*

*Versenyzőknek időzííté érzékének fejlesztése* is hozzájárul ahhoz, hogy taktikai tudásukat rugalmasan, a helyzeteknek megfelelően, ne pedig merev sztereotíp jelleggel alkalmazzák. Időzííté érzékünket két összetevő, a távolság- és sebességérzékelés viszonya fejezi ki. Az időzííté érzék fejlettsége lehetővé teszi, hogy ugyanazt a taktikai elemet különböző időviszonylatokban hajtsuk végre, és ezzel támadási és védekezési akcióink lehetőségeit kihasználjuk, csapatsportokban jobb együttműködési feltételt teremtünk. Az időzííté érzékét legjobban azok a gyakorlatok fejlesztik, amelyekben a társ, társak hirtelen ritmus- és irányváltatásaihoz kell alkalmazkodni.

Összefoglalásként annak a véleményünknek adunk kifejezést, hogy az ismeretek alkalmazását gátló funkcionális kötöttség kialakulásának megelőzésére a taktikai cselekvések oktatásakor a variációs lehetőségek (hely, jobb-bal oldali akciók, idő, intenzitás, ritmus, védő és támadó pozíció stb.) széles skáláját alkalmazzuk.

### *Gyorsaság, pontosság, gyakorlási elosztás*

Arra a kérdésre, hogy mit oktassunk, megadtuk a választ, amikor a képzés középpontjába a küzdelemből, a játékból „kiemelt” taktikai cselekvéseket helyeztük. A hogyan kérdésre mindig nehezebb válaszolni. Úgy véljük, hogy az oktatás-módszertani anyag már eddig is hozzájárult e kérdés eredményes megoldásához. Most még néhány gondolattal szeretnénk a korábbiakban leírtakat kiegészíteni.

A taktikai cselekvések elemzése, értelmezése közben már többször utaltunk az időkorlátok és a gyors végrehajtás jelentőségére.

Nem tartjuk helyesnek azt a módszertani eljárást, hogy egy taktikai gyakorlatot lassan megtanítsunk a „tökéletesség” szintjéig, majd annak felgyorsítását tűzzük ki célul. *A taktikai cselekvések elsajátítása és alkalmazása közben a gyorsaságot és pontosságot egyformán fontos tényezőként kezeljük.* Mindkettő a mozgásminta, az aktuális cselekvés alkotó-

\* Winterbottom, W.: Soccer Coaching. In: Knapp, B.: Skill in Sport. Naldrett Press 1957.