

БӨЛІМ: СПОРТ

Футболдағы прессинг: алаңды тарылтып, ойын қарқынын басқару тәсілдері

ЖАРИЯЛАНДЫ
04.06.2026

ТІРЕК СӨЗДЕР
прессинг, спорт, тактика, футбол,
футбол тактикасы

СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/189146/>

Футболдағы прессинг — қарсыластың шабуылын бастауға мүмкіндік бермей, допты тез қайтарып алудың ең тиімді тактикалық құралдарының бірі. Қазіргі ойында бұл әдіс тек қорғаныс емес, шабуылды күшейтетін маңызды стратегияға айналды. Команда жоғары қарқында ойнап, қарсыласқа уақыт пен кеңістік бермесе, матчтың ырғағын өз қолына алады.

ПРЕССИНГ ДЕГЕН НЕ?

Прессинг — доптан айырылған сәтте қарсылас ойыншыға бірден қысым жасау. Оның мақсаты: қателікке итермелеу, пасты бұзу, қауіпті аймақтарға жеткізбеу. Тиімді прессинг командаға допты тезірек қайтарып қана қоймай, қарсыластың психологиялық тұрақтылығына да әсер етеді.

Прессингтің негізгі түрлері

- **Жоғары прессинг** — қарсылас қақпасына жақын аймақта қысым жасау.
- **Ортаңғы прессинг** — алаңның ортасында тұрып, ойын бағытын шектеу.
- **Төмен прессинг** — өз аймағында жинақы қорғанып, қауіпті сәтті күту.

НЕГЕ ПРЕССИНГ ЗАМАНАУИ ФУТБОЛДА МАҢЫЗДЫ?

Қазіргі командалар пасқа негізделген ойын өрнегін жиі қолданады. Мұндай кезде прессинг қарсыластың құрылымын бұзады. Егер ойыншылар бір-бірін жақсы сақтандырып, бір уақытта қозғала алса, допты ұстау уақыты қысқарады. Бұл әсіресе жылдам шабуылға шығатын ұжымдар үшін пайдалы.

Табысты прессингтің шарттары

- **Физикалық дайындық** — жоғары қарқын ұзақ сақталуы керек.

- **Ұжымдық тәртіп** — бір ойыншы емес, бүкіл команда бірге қимылдауы тиіс.
- **Дұрыс қашықтық** — аралық тым алшақ болса, прессинг бұзылады.
- **Коммуникация** — алаңдағы өзара түсіністік шешуші рөл атқарады.

КӨРЕРМЕН ҮШІН ПРЕССИНГТІ ҚАЛАЙ ТАЛУҒА БОЛАДЫ?

Егер шабуылшы да, жартылай қорғаушы да, қорғаушы да бір мезетте алға шығып, доп иеленген ойыншыны қоршаса, бұл — ұйымдасқан прессинг. Мұндай сәттерде пас бағыттары жабылады, қарсылас асығыс шешім қабылдайды. Сол себепті прессинг ойынның ең қызықты әрі қарқынды элементтерінің бірі саналады.

Футболдағы прессинг — тек күшке сүйенетін амал емес, ақыл мен үйлесімнің нәтижесі. Дәл осы қасиеті оны кәсіби деңгейдегі командалардың басты қаруына айналдырады.

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.