



Αρχές ομαδικής τακτικής σε άμυνα & επίθεση



Βασικές Αρχές Επίθεσης

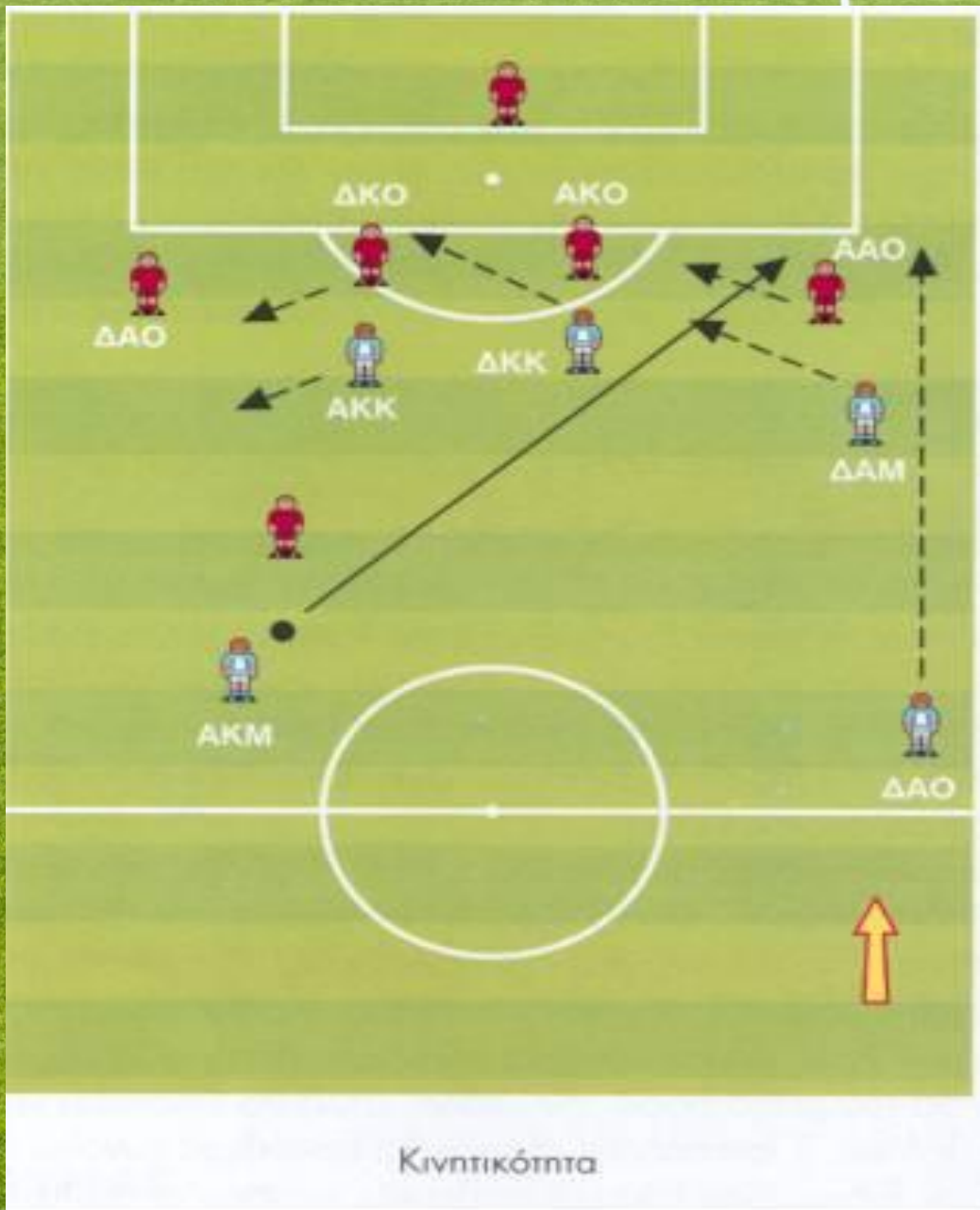
Βασικές αρχές επίθεσης

- Κινητικότητα
- Βάθος
- Πλάτος
- Αριθμητική Υπεροχή
- Συνοχή γραμμών
- Αιφνιδιασμός
- Διείσδυση
- Αυτοσχεδιασμός

1. Κινητικότητα

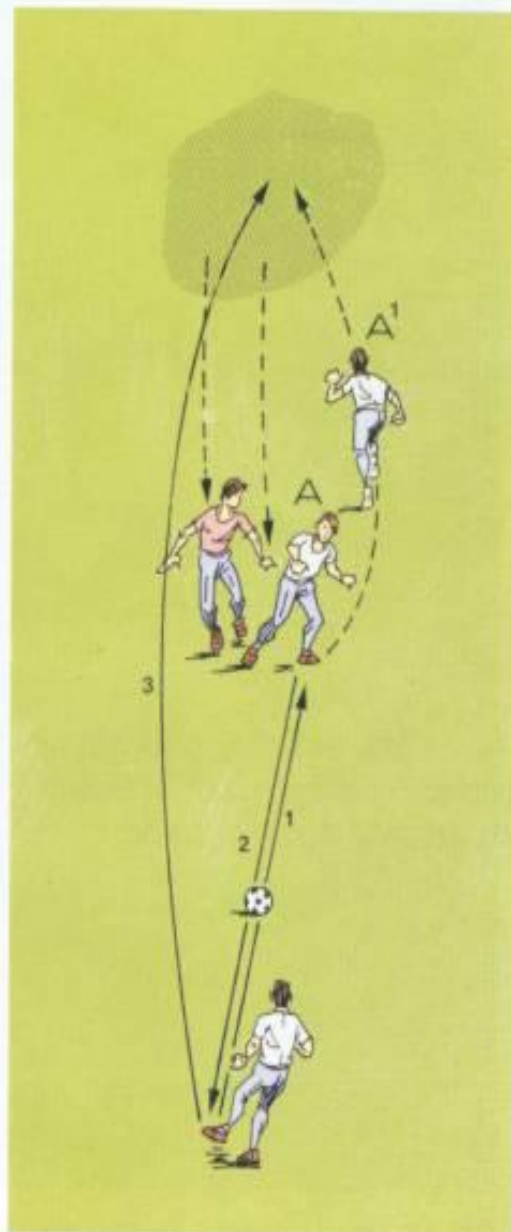
Κινητικότητα είναι διδαγμένες επιθετικές κινήσεις των παικτών προκειμένου να παρασύρουν τους αντίπαλους αμυνόμενους από τις θέσεις τους και με τον τρόπο αυτό να διασπάσουν την οργανωμένη άμυνά τους, δημιουργώντας κενούς χώρους τους οποίους θα εκμεταλλευτούν

1. Κινητικότητα



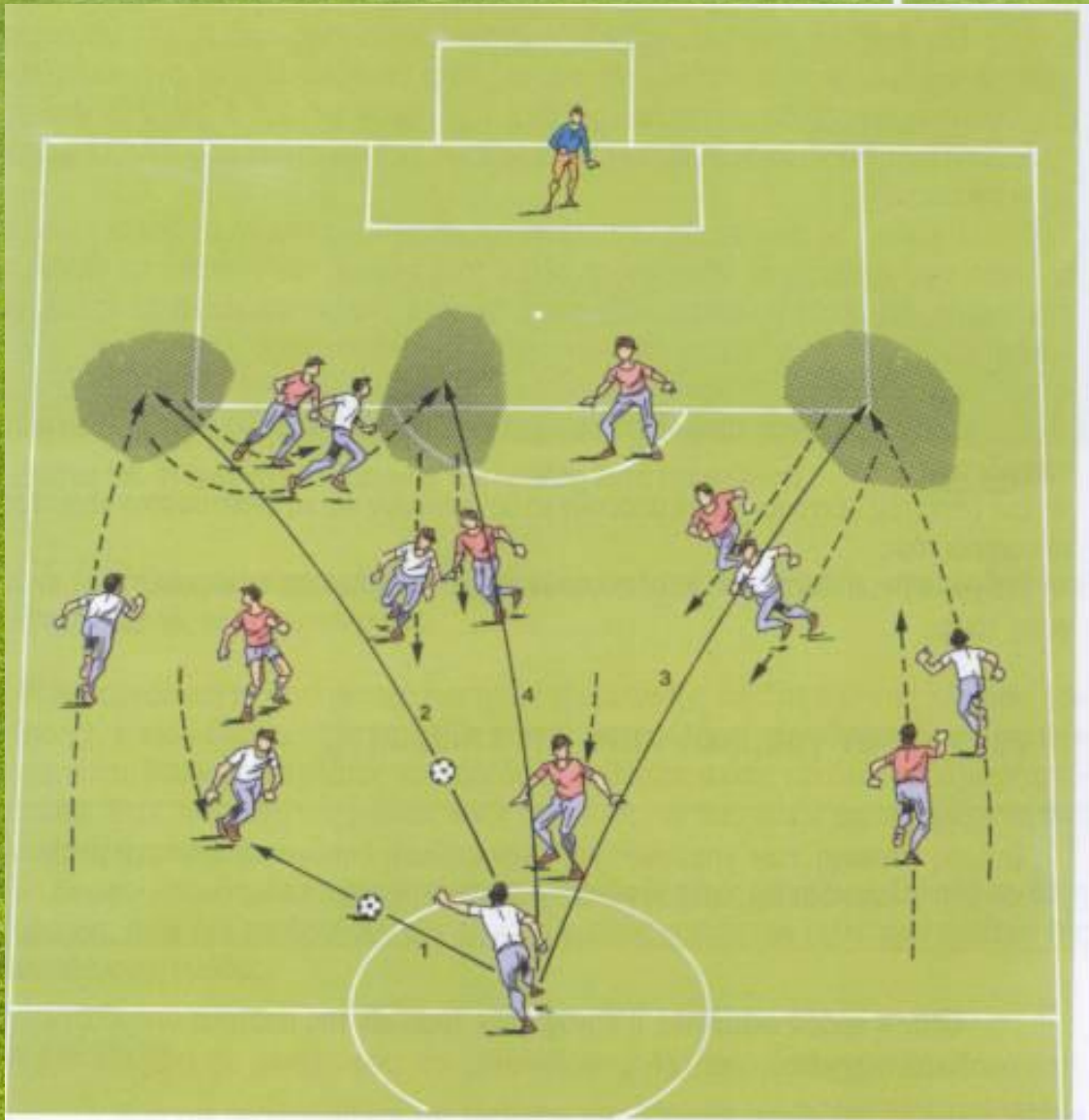
- Ξεμαρκάρισμα
- Μπέρδεμα άμυνας
- Δημιουργία χώρου

1. Κινητικότητα



Δημιουργία χώρου και εκμετάλλευσή του από τον ίδιο παίκτη

1. Κινητικότητα



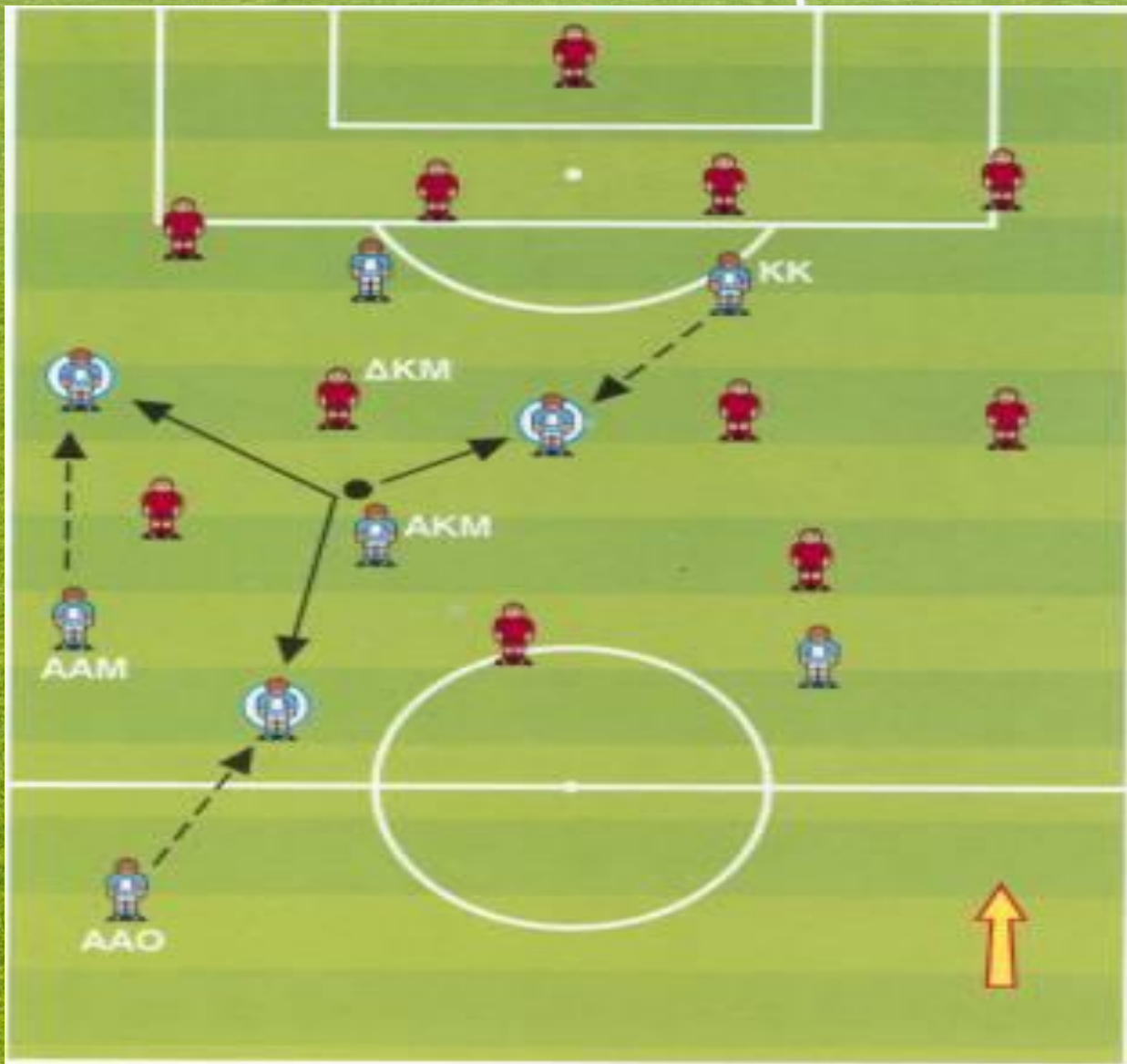
Εικόνα 55. Η δημιουργία χώρου με δελεαστικές κινήσεις και η εκμετάλλευσή του από άλλους συμπαίκτες.

Δημιουργία χώρου με δελεαστικές κινήσεις

2. Βάθος

Βάθος επίθεσης είναι η τοποθέτηση των επιτιθέμενων παικτών, έπειτα από μετακινήσεις και παραπλανητικά τρεξίματα, σε θέσεις στηρίγματα εμπρός & πίσω του παίκτη που έχει την μπάλα, προκειμένου αυτός να έχει πολλές επιλογές μεταβίβασης

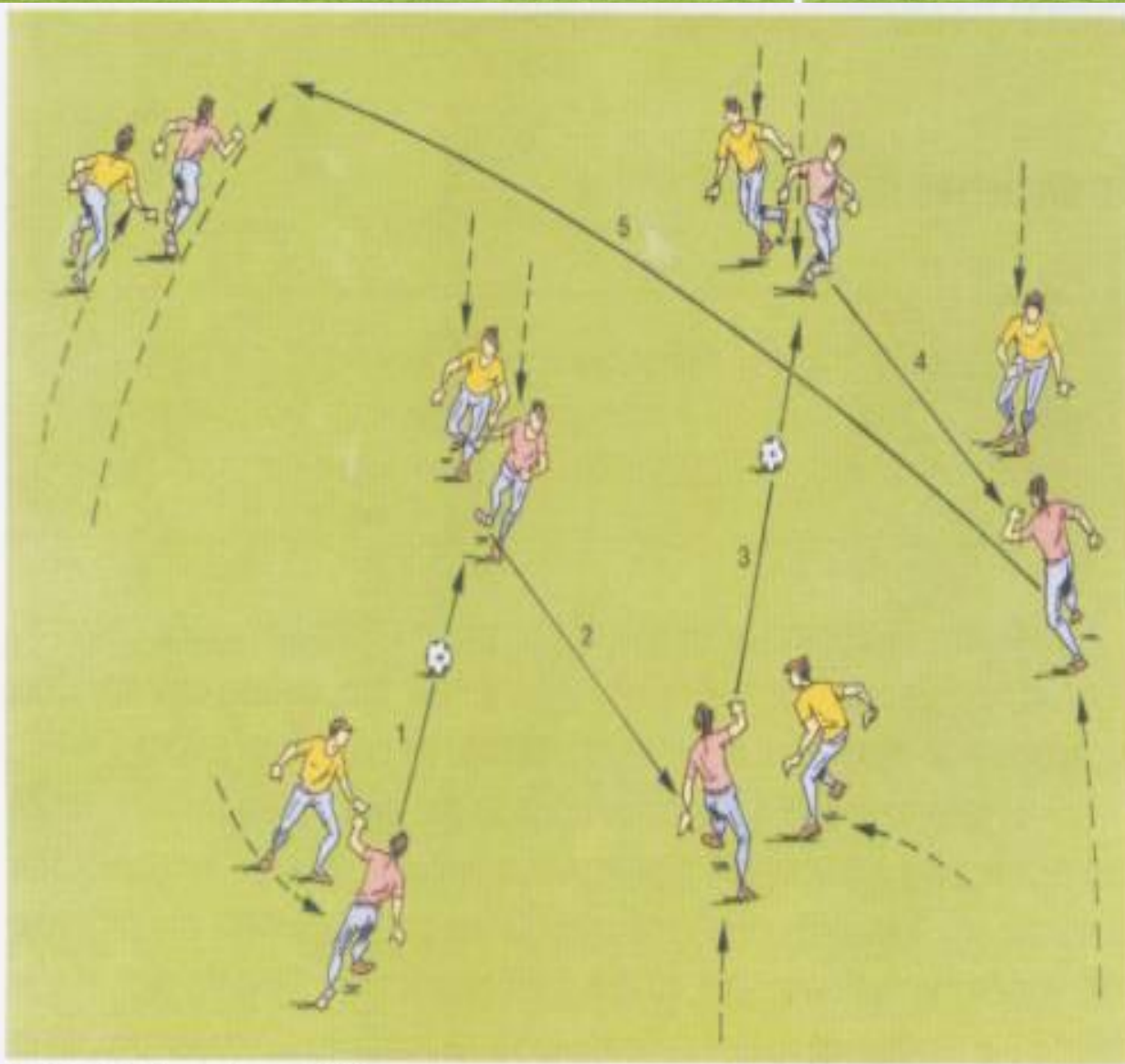
2. Βάθος



Βάθος επίθεσης

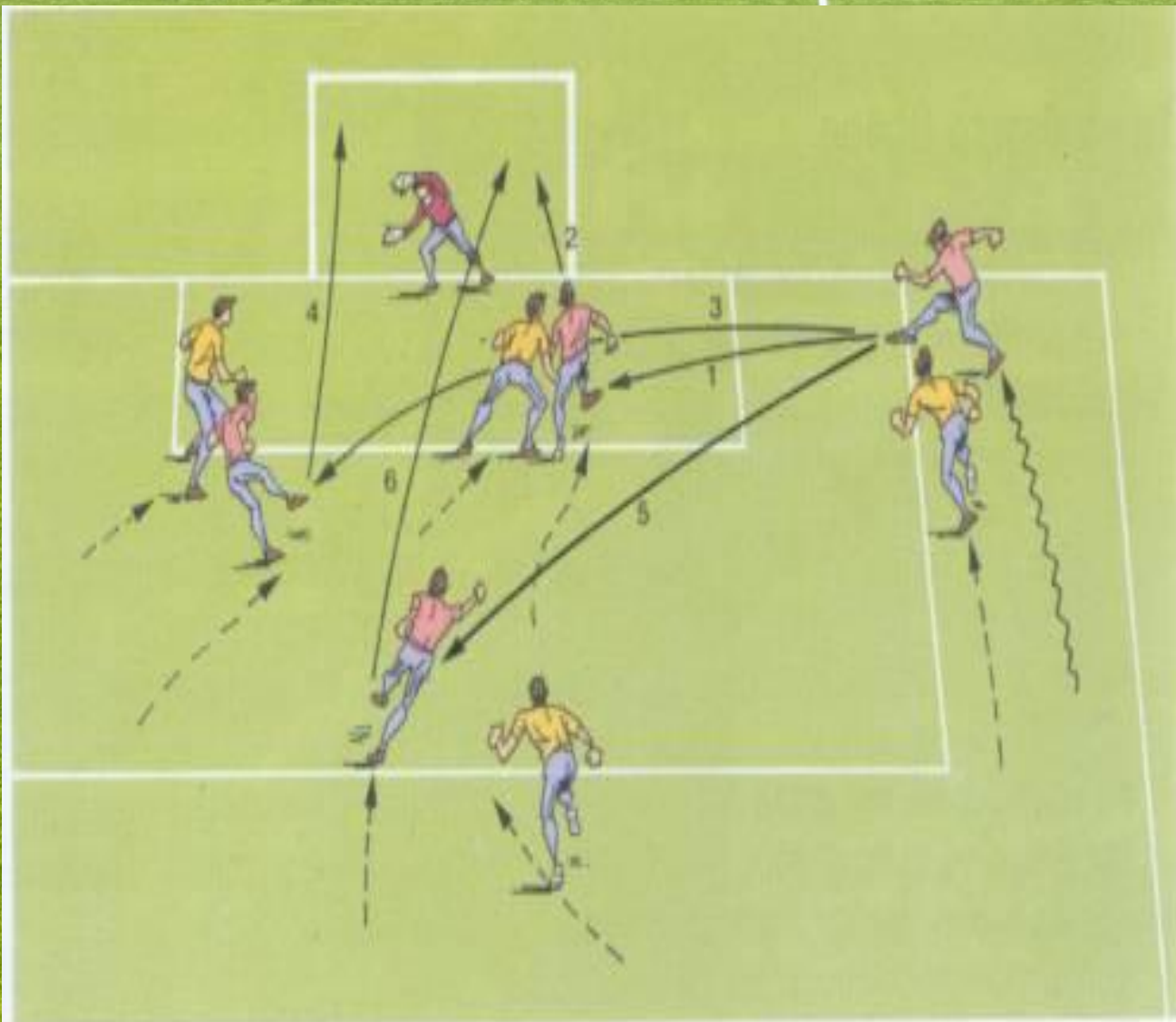
- δυνατότητα πάσας
- κυκλοφορία μπάλας
- διατήρηση κατοχής
- κάλυψη όταν χαθεί η μπάλα

2. Βάθος



Εικόνα 50. Το επιθετικό βάθος

2. Βάθος

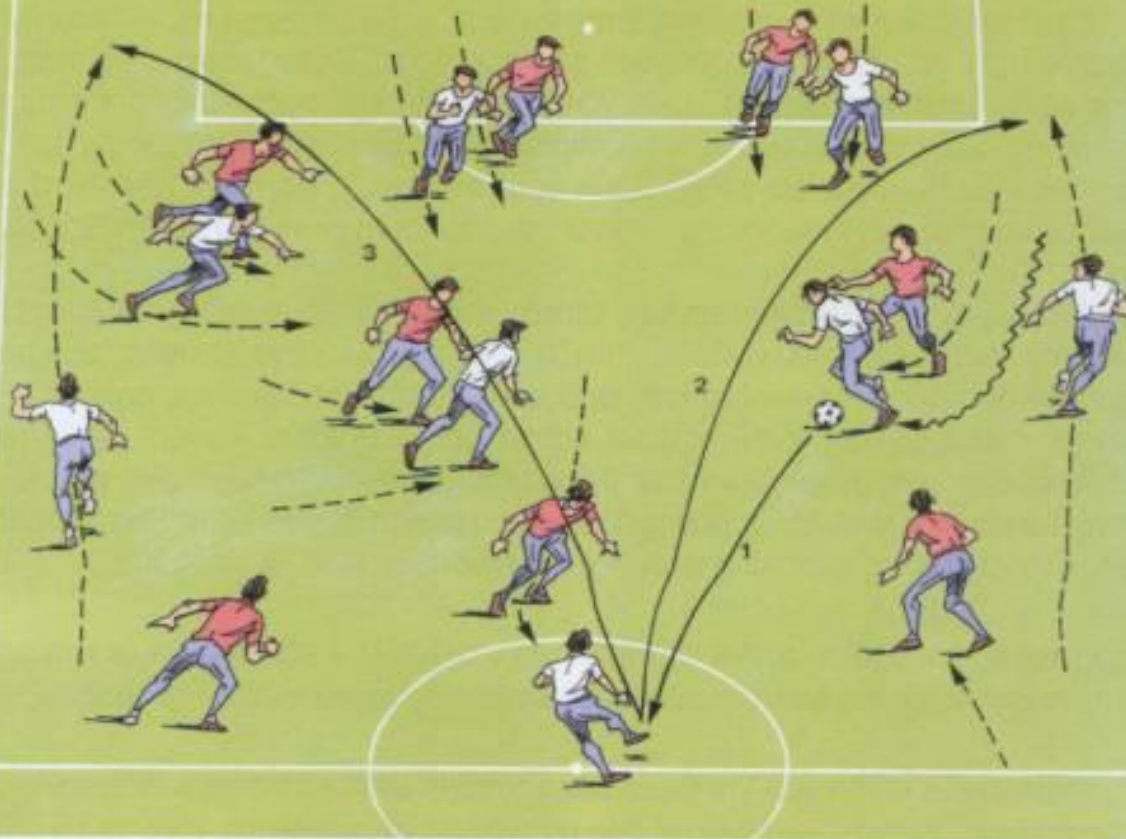


Εικόνα 51. Το επιθετικό βάθος μπροστά στην αντίπαλη εστία.

3. Πλάτος

Πλάτος επίθεσης είναι η μετακίνηση των παικτών, κατόπιν μεθοδευμένων τρεξιμάτων, σε πλάγιες θέσεις, ώστε οι αντίπαλοι να έρθουν σε δίλημμα ως προς τις ενέργειές τους, με σκοπό τη διατάραξη της συγκέντρωσης και του βάθους τους και τη δημιουργία κενών χώρων για εκμετάλλευση

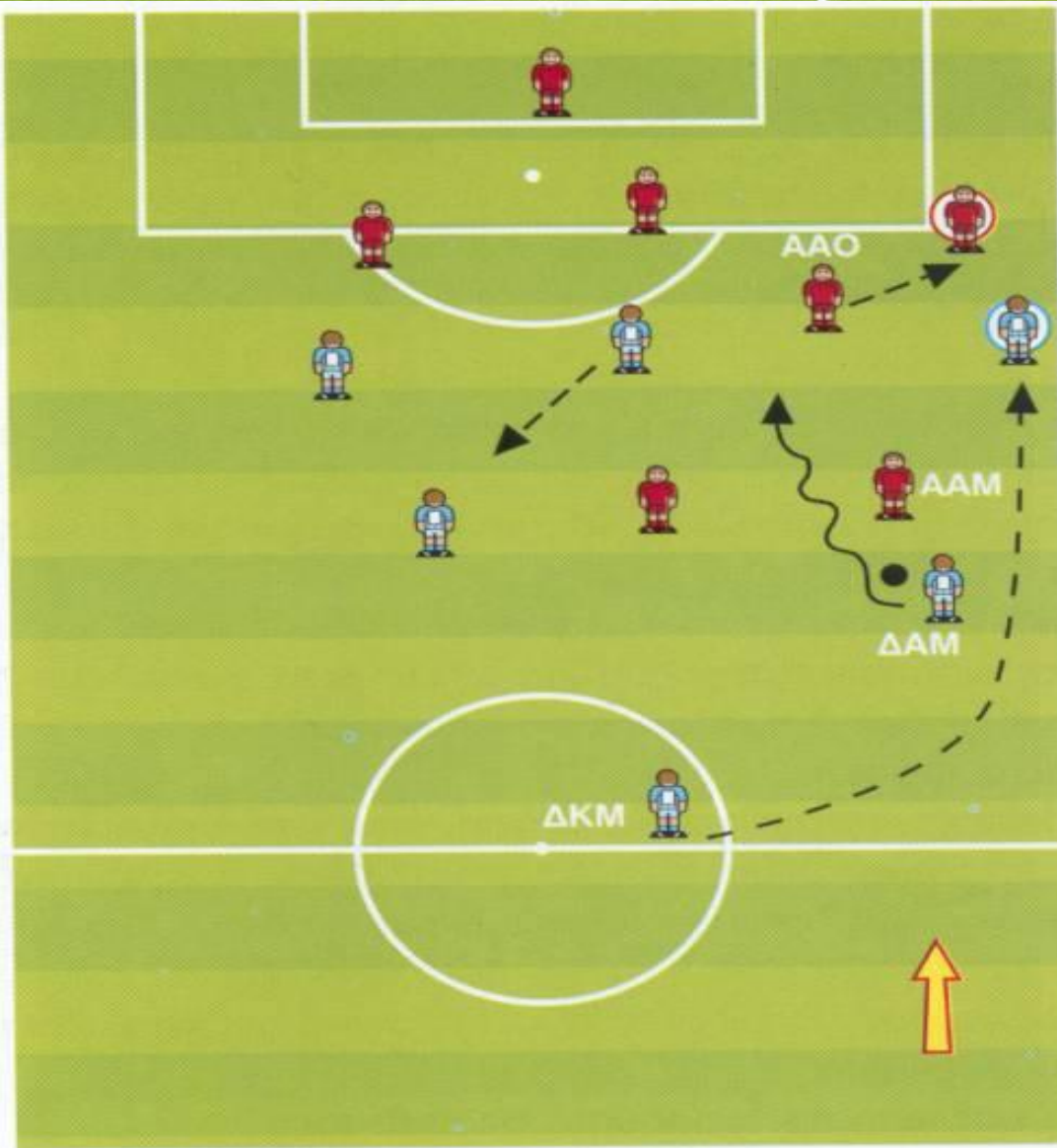
3. Πλάτος



Εικόνα 52. Ο περιορισμός και η επαναφορά του επιθετικού πλάτους.

- άνοιγμα άμυνας
- διατάραξη συγκέντρωσης
- κενά στο κέντρο ή στα άκρα

3. Πλάτος

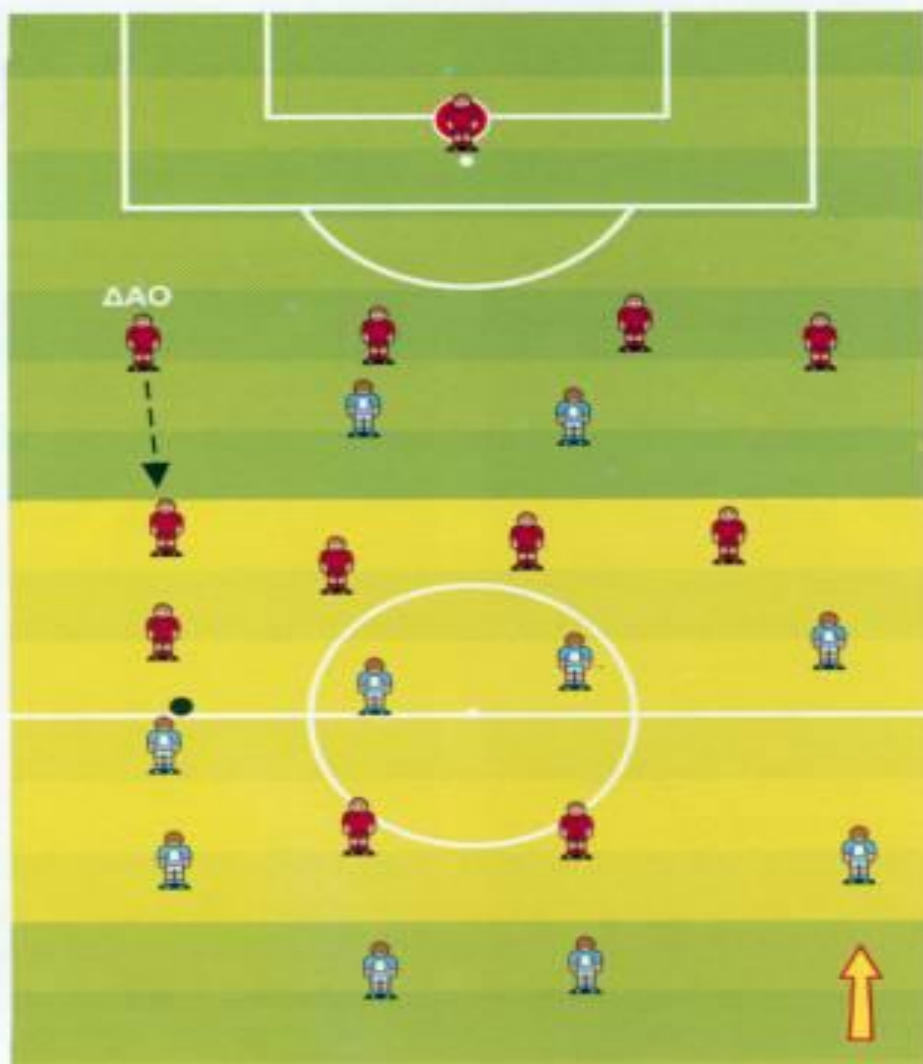


Τακτική κίνηση προσπέρασης συμπαίκτη από τα πλάγια (overlapping)

4. Αριθμητική υπεροχή

Αριθμητική υπεροχή στην επίθεση είναι η προσπάθεια των επιτιθέμενων παικτών, μέσα από ατομικές ή ομαδικές τακτικές ενέργειες, να βρεθούν με περισσότερους παίκτες έναντι των αντιπάλων, σε ένα συγκεκριμένο χώρο

4. Αριθμητική Υπεροχή



Αριθμητική υπεροχή
στο κεντρικό τρίτο του γηπέδου
με τη βοήθεια αμυντικού παίκτη

- διατήρηση κατοχής μπάλας
- καλή ανάπτυξη
- ολοκλήρωση επίθεσης πιο αποτελεσματικά

5. Συνοχή γραμμών

Συνοχή γραμμών στην επίθεση είναι η συμπαγής μετακίνηση των παικτών της ομάδας προς την αντίπαλη εστία

5. Συνοχή γραμμών



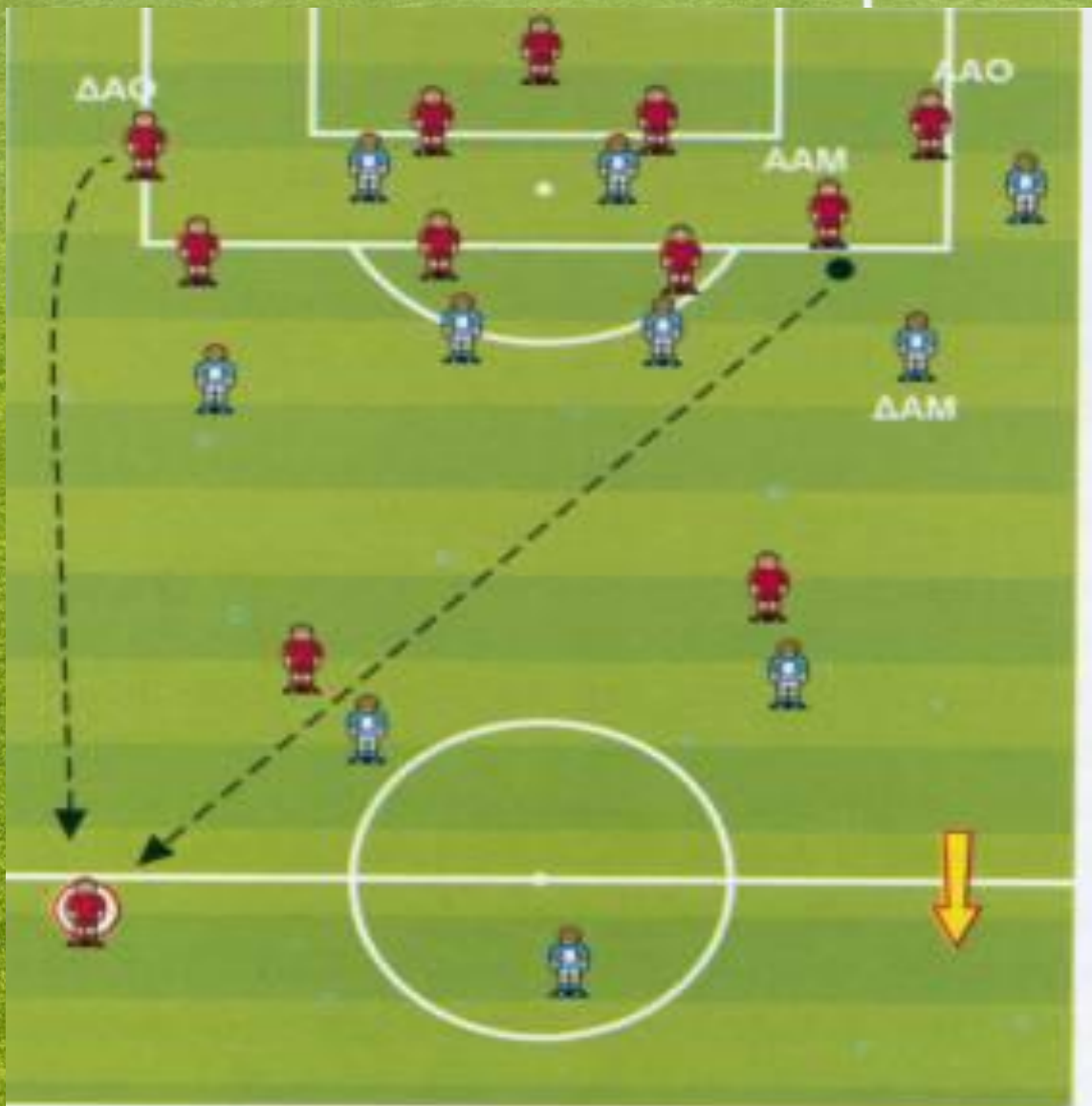
Εικόνα 56. Η συνοχή των γραμμών της ομάδας κατά την επίθεση.

- κατάργηση κενών
- καλύτερη κυκλοφορία
- κατοχή μπάλας
- αποφυγή οφσάιντ

6. Αιφνιδιασμός

Αιφνιδιασμός είναι η ταχύτατη επιθετική ενέργεια των επιτιθέμενων παικτών, προκειμένου να βρεθούν σε ζωτικούς χώρους της αντίπαλης άμυνας, πριν οι αμυντικοί προλάβουν να οργανωθούν

6. Αιφνιδιασμός



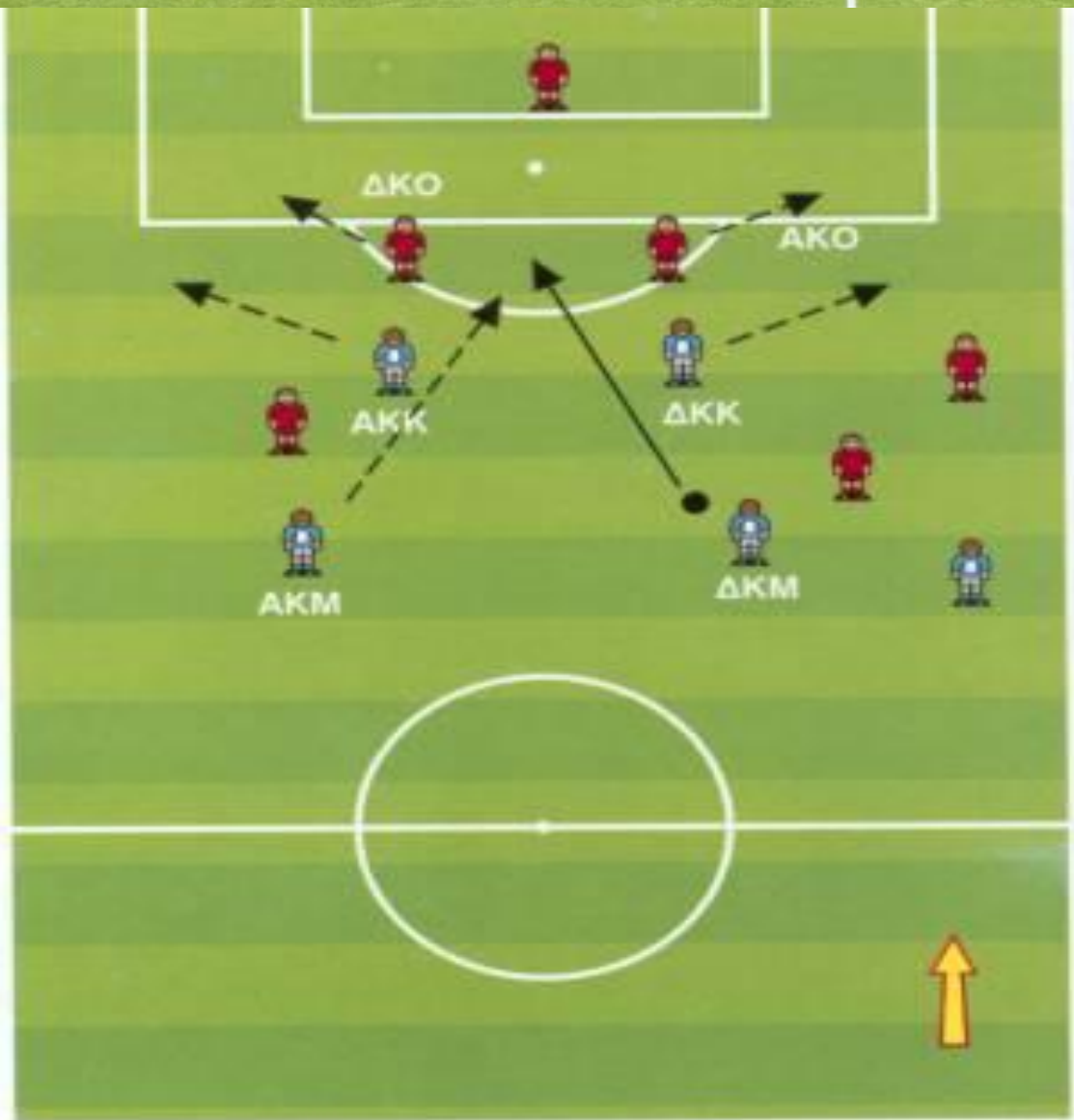
Αιφνιδιασμός

- καταπόνηση αντιπάλου
- ανοργάνωτη άμυνα
- σύγχυση αμυντικών

7. Διείσδυση

Διείσδυση είναι μία επιθετική τακτική κίνηση των επιτιθέμενων, διαμέσου αντίπαλων αμυνόμενων, προκειμένου να δεχθούν την μπάλα ανάμεσά τους ή πίσω απ' αυτούς και να βρεθούν σε πλεονεκτική επιθετική θέση

7. Διείσδυση



Διείσδυση από παίκτη του κέντρου

- ευνοϊκή θέση στην αντίπαλη άμυνα
- δημιουργία χώρων για τον κάτοχο της μπάλας

8. Αυτοσχεδιασμός

Αυτοσχεδιασμός είναι η στιγμιαία, απρογραμματίστη ενέργεια ενός παίκτη που έχει την μπάλα, προκειμένου αυτός ή κάποιος συμπαίκτης του να βρεθεί σε πλεονεκτική θέση

8. Αυτοσχεδιασμός



Βασικές αρχές επίθεσης

- Κινητικότητα
- Βάθος
- Πλάτος
- Αριθμητική Υπεροχή
- Συνοχή γραμμών
- Αιφνιδιασμός
- Διείσδυση
- Αυτοσχεδιασμός



Βασικές Αρχές Αμυνας

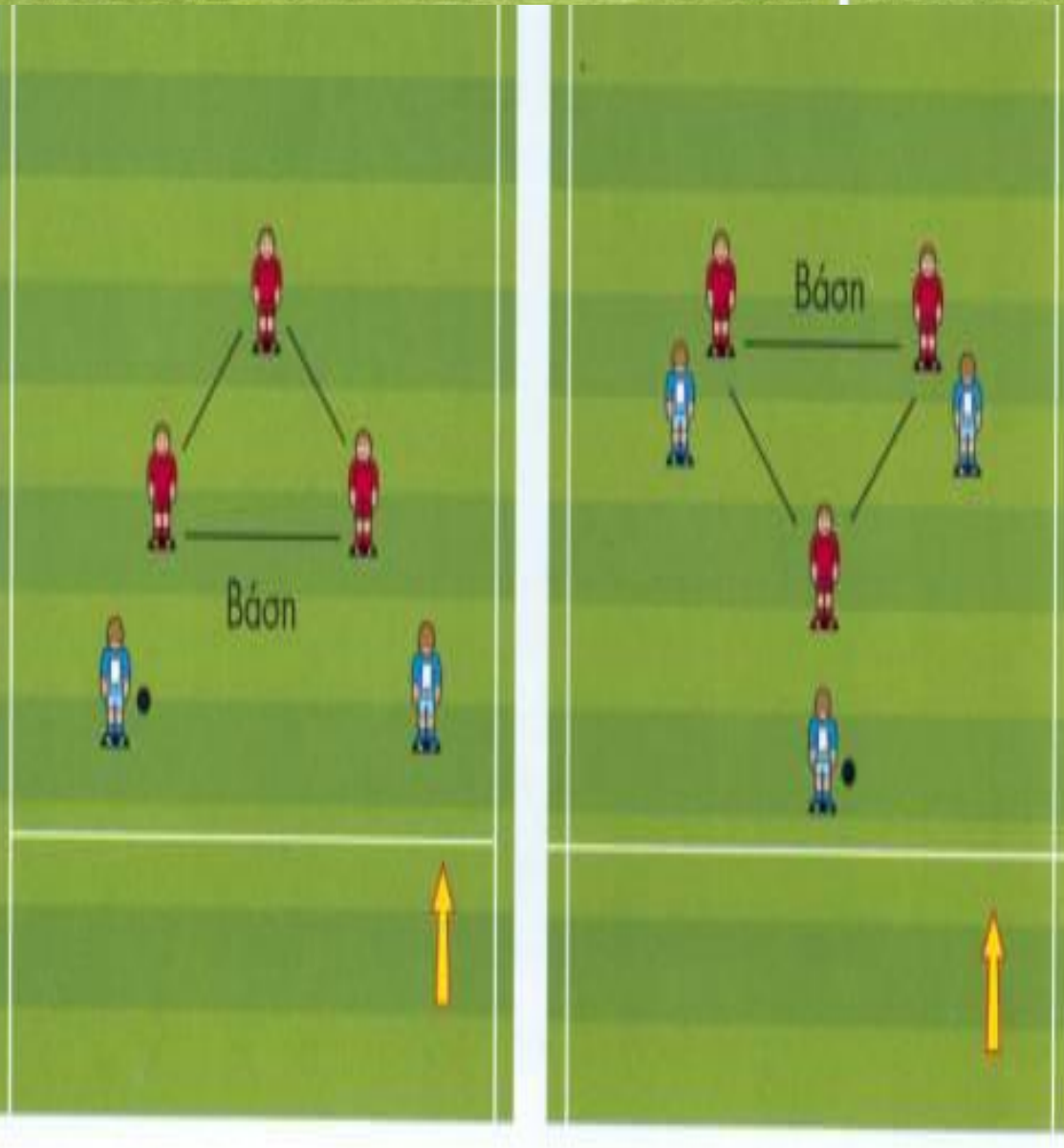
Βασικές αρχές άμυνας

- Βάθος
- Συγκέντρωση
- Ισορροπία
- Αριθμητική Υπεροχή
- Συνοχή γραμμών
- Πίεση
- Καθυστέρηση
- Κάλυψη Θέσεων
- Αυτοσυγκράτηση

1. Βάθος

Βάθος άμυνας είναι η διάταξη των παικτών κατά τη διάρκεια της άμυνας, έτσι ώστε να αλληλοκαλύπτονται μεταξύ τους, αρχής γενομένης από τον παίκτη που είναι πλησιέστερα στον αντίπαλο με την μπάλα

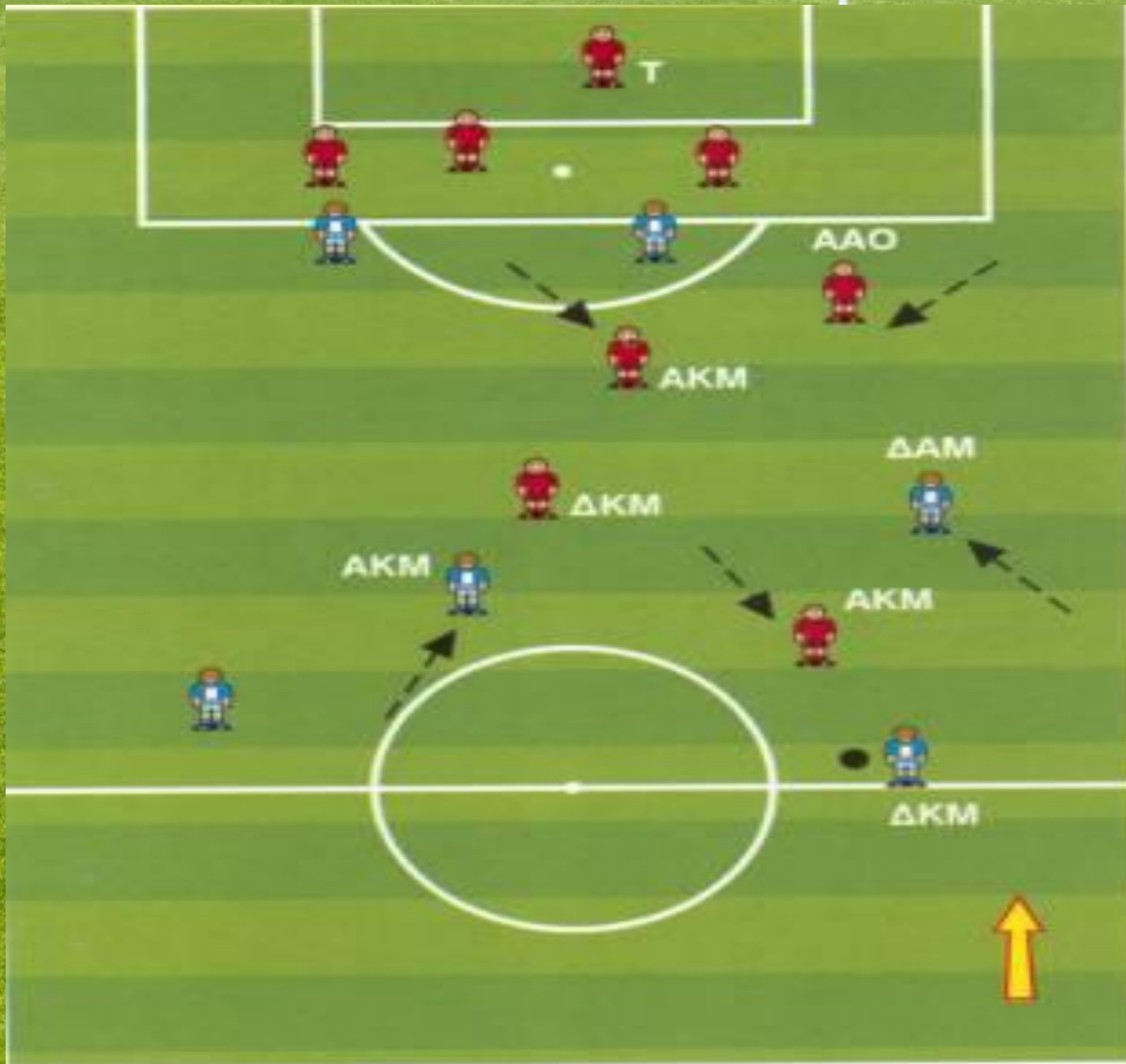
1. Βάθος



- εξασφάλιση κάλυψης
- απουσία κενών χώρων

Αρχές άμυνας

1. Βάθος



Βάθος άμυνας

2. Συγκέντρωση

Συγκέντρωση είναι η αρχική συσπείρωση των παικτών της αμυνόμενης ομάδας στο ζωτικό χώρο προ της μεγάλης περιοχής και στη συνέχεια προς το σημείο που βρίσκεται η μπάλα, με σκοπό να μειωθούν οι αποστάσεις μεταξύ των αμυνόμενων παικτών και συνεπώς να μειωθεί ο χώρος ανάμεσά τους

2. Συγκέντρωση



Συγκέντρωση έπειτα από επίθεση



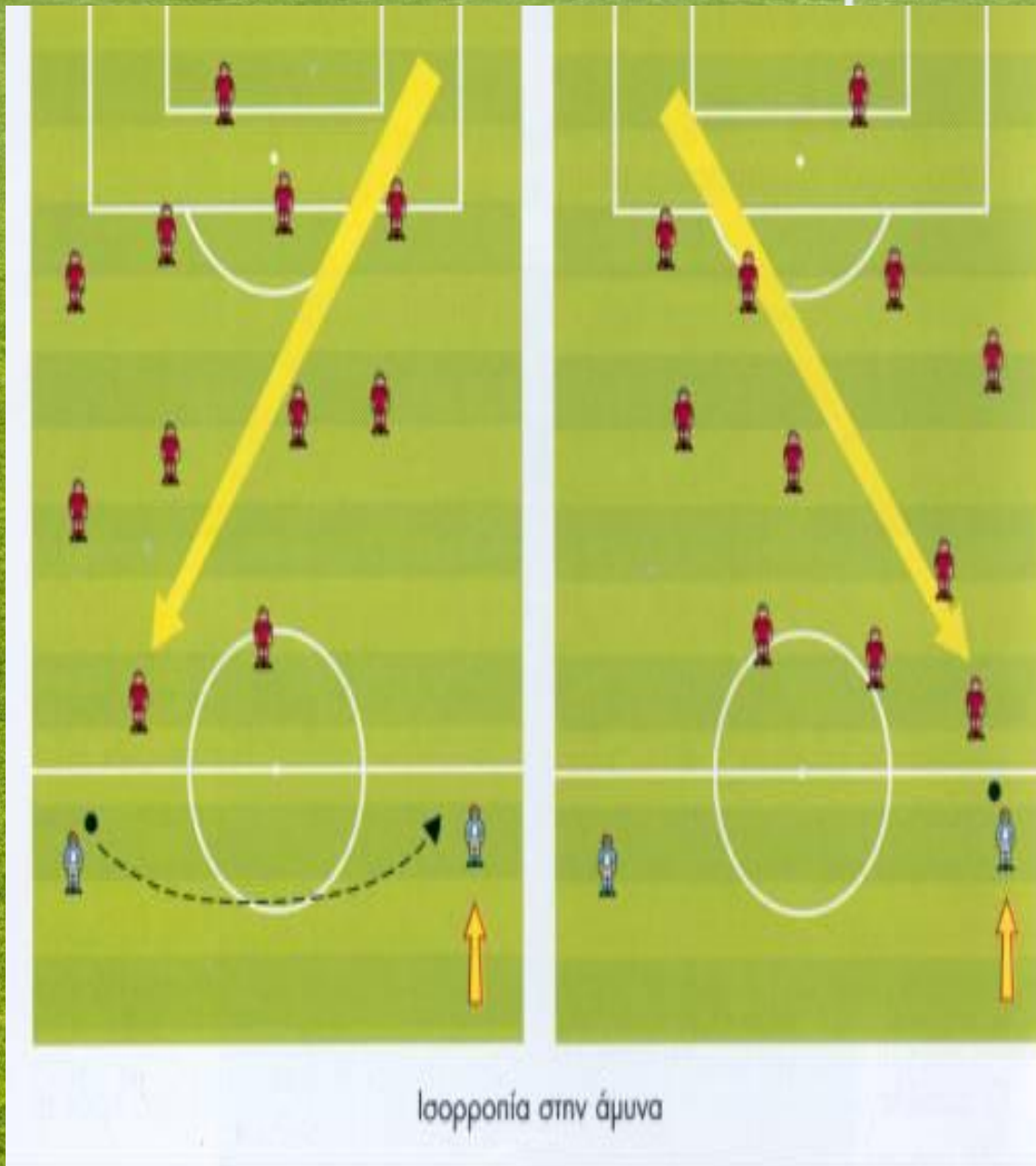
Συγκέντρωση έπειτα από την αρχική συγκέντρωση

- μείωση αποστάσεων
- περιορισμός χώρων και εύκολων περασμάτων στην εστία

3. Ισορροπία

Ισορροπία στην άμυνα είναι η προσπάθεια που καταβάλλουν οι αμυνόμενοι παίκτες προκειμένου να διατηρήσουν τις αρχές του βάθους και της συγκέντρωσης, έχοντας πάντα ως άξονα το σημείο όπου βρίσκεται η μπάλα

3. Ισορροπία

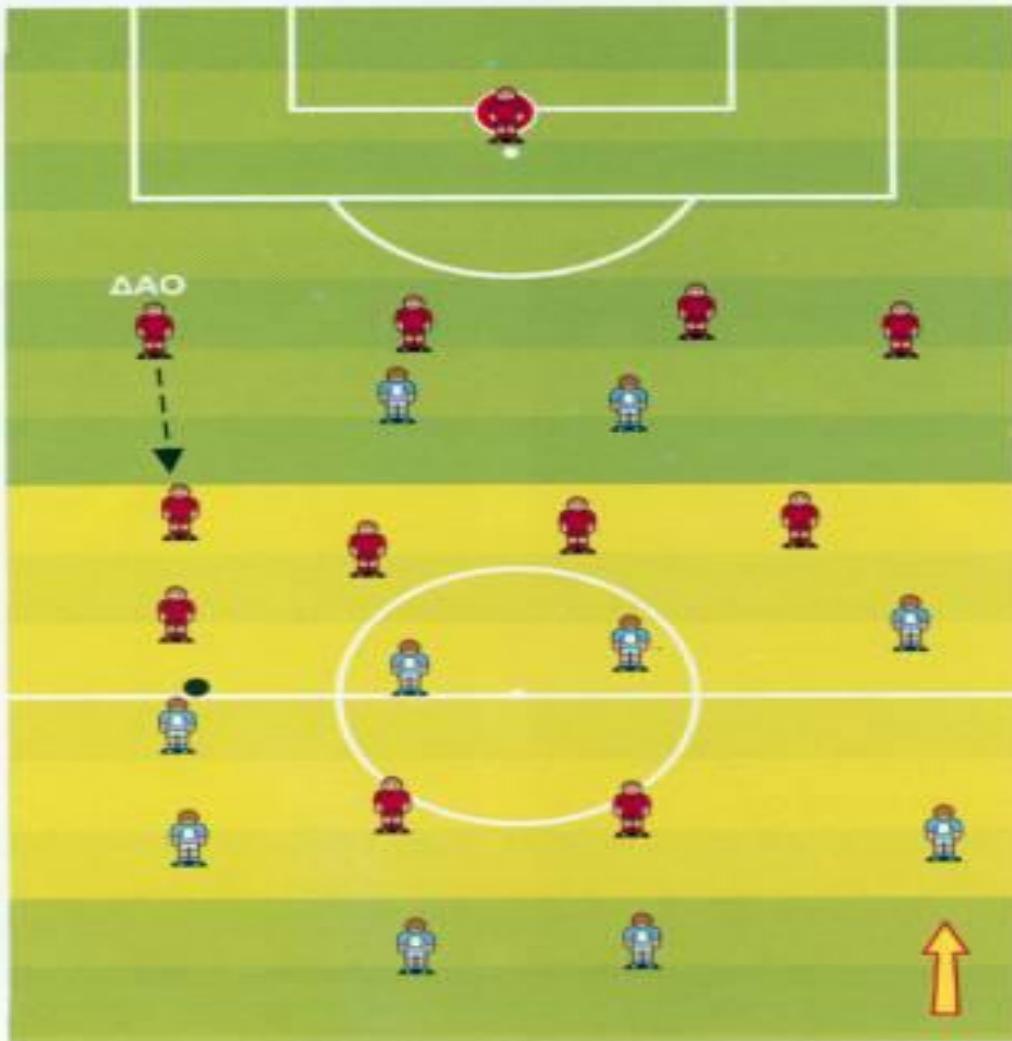


- διατήρηση αλληλοκάλυψης
- εξουδετέρωση κινητικότητας αντιπάλων
- καλή εφαρμογή άμυνας χώρου

4. Αριθμητική υπεροχή

Αριθμητική υπεροχή στην άμυνα είναι η προσπάθεια της αμυνόμενης ομάδας να βρεθεί με έναν τουλάχιστον παίκτη περισσότερο στην άμυνα από τους αντίπαλους επιθετικούς

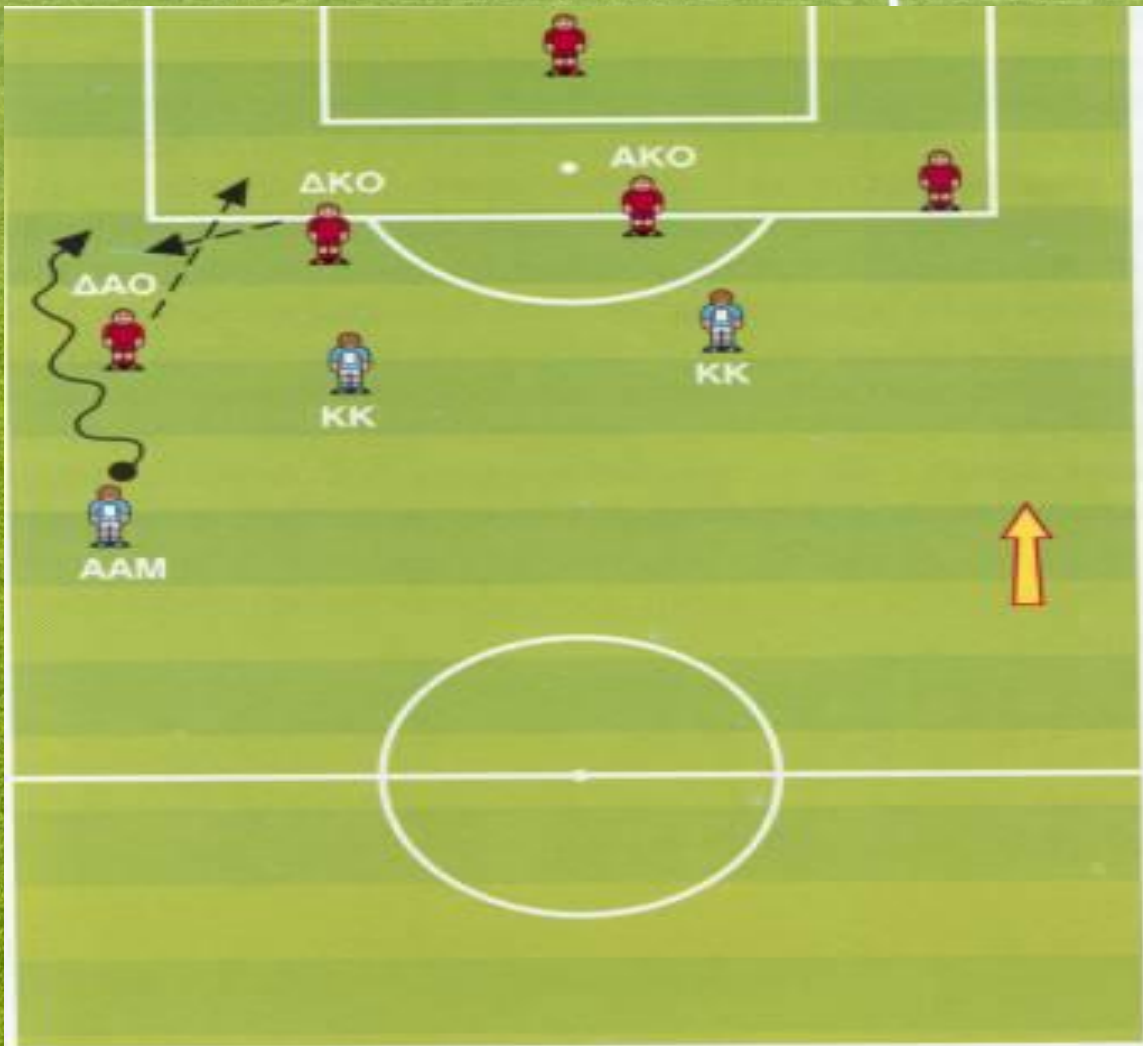
4. Αριθμητική Υπεροχή



Αριθμητική υπεροχή
στο κεντρικό τρίτο του γηπέδου
με τη βοήθεια αμυντικού παίκτη

- εφαρμογή αρχών άμυνας
- κάλυψη τυχόν ρηγμάτων
- δυσκολία ανάπτυξης του αντιπάλου και ευκολότερη απόσπαση μπάλας

4. Αριθμητική Υπεροχή



Αριθμητική υπεροχή
με το να επιστρέφει γρήγορα
ο παίκτης τον οποίο τον προσπέρασε αντίπαλος

5. Συνοχή γραμμών

Συνοχή γραμμών στην άμυνα είναι η συμπαγής μετακίνηση των παικτών της ομάδας προς την κατεύθυνση της δικής τους εστίας, όταν χαθεί η κατοχή της μπάλας

5. Συνοχή γραμμών



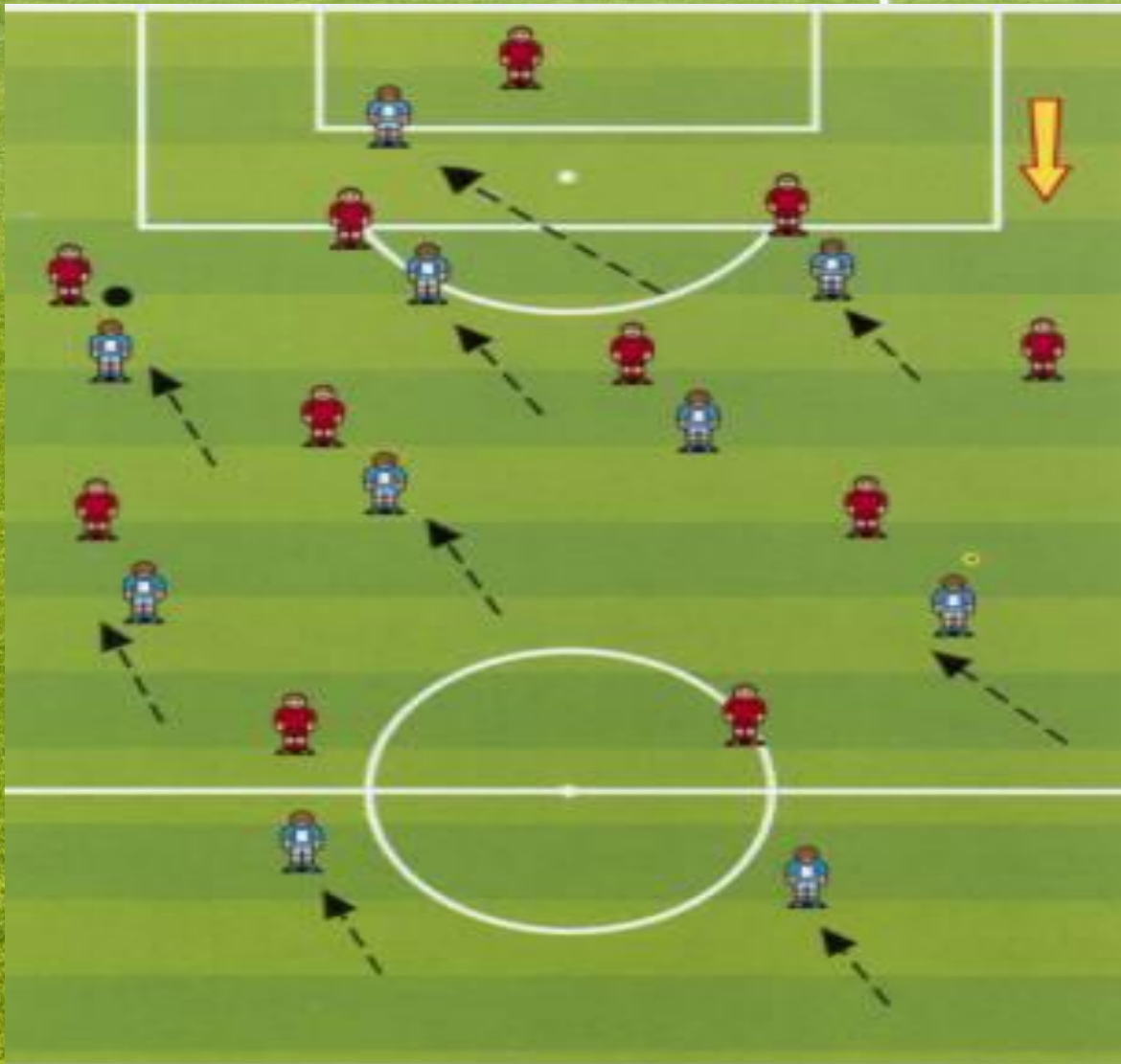
Εικόνα 61. Η συνοχή των γραμμών της ομάδας κατά την άμυνα.

- κατάργηση κενών
- δυσκολία ανάπτυξης αντιπάλου
- επανάκτηση κατοχής & καλή αφετηρία για επίθεση

6. Πίεση

Πίεση στην άμυνα είναι η καθολική προσπάθεια των αμυνόμενων παικτών προκειμένου να αναγκάσουν τους αντίπαλους επιτιθέμενους να εκδηλώσουν την επίθεσή τους στο χρόνο, το χώρο και την κατεύθυνση που οι αμυνόμενοι επιθυμούν

6. Πίεση



Πίεση στον αντίπαλο που έχει την μπάλα στο επιθετικό τρίτο του γηπέδου της αμυνόμενης ομάδας

- δυσκολία ανάπτυξης του αντιπάλου & εφαρμογής τακτικών του κινήσεων

7. Καθυστέρηση

Καθυστέρηση στην άμυνα είναι η κοινή προσπάθεια των αμυνόμενων παικτών, αμέσως μόλις χάσουν την κατοχή της μπάλας, να παρεμποδίσουν την γρήγορη εκδήλωση της επίθεσης των αντιπάλων, ώσπου να προλάβουν να επιστρέψουν στις θέσεις άμυνας όλοι οι συμπαίκτες τους και να οργανωθούν



7. Καθυστέρηση



- χρόνος για επιστροφή, κάλυψη ζωτικών χώρων & οργάνωση της άμυνας

Με πίεση



7. Καθυστέρηση



Με έξυπνο φάουλ τακτικής

8. Κάλυψη θέσεων

Κάλυψη θέσεων στην άμυνα είναι η κοινή προσπάθεια των αμυνόμενων παικτών να καλύψουν τον κενό χώρο που δημιουργείται, όταν κάποιος συμπαίκτης τους δεν προλαβαίνει να γυρίσει έγκαιρα στη θέση του

8. Κάλυψη θέσεων



Κάλυψη θέσεων συμπαικτών

- ο πλησιέστερος ως προς τη θέση καλύπτει το κενό από την αργή επιστροφή

9. Περιορισμός - Αυτοσυγκράτηση

Περιορισμός - Αυτοσυγκράτηση στην άμυνα

είναι ο αυτοέλεγχος που θα πρέπει να επιδεικνύουν οι αμυνόμενοι παίκτες που φυλάσσουν αντιπάλους, προκειμένου να μην παρασυρθούν και επιχειρήσουν να αποσπάσουν την μπάλα από τον αντίπαλό τους, εάν δεν είναι απόλυτα βέβαιοι

9. Περιορισμός - Αυτοσυγκράτηση



Αρχές Επίθεσης

- Κινητικότητα
- Βάθος
- Πλάτος
- Αριθμητική Υπεροχή
- Συνοχή γραμμών
- Αιφνιδιασμός
- Διείσδυση
- Αυτοσχεδιασμός

Αρχές Άμυνας

- Βάθος
- Συγκέντρωση
- Ισορροπία
- Αριθμητική Υπεροχή
- Συνοχή γραμμών
- Πίεση
- Καθυστέρηση
- Κάλυψη θέσεων
- Αυτοσυγκράτηση - περιορισμός