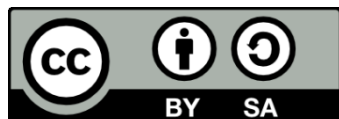




# Αντιπτέριση (ΕΠ027)

Ενότητα 12: Τακτική διπλού μικτού

Στεπάν-Σαρκής Παρτεμιάν  
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού  
Θεσσαλονίκης



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

# Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται σε άδειες χρήσης Creative Commons.
- Για εκπαιδευτικό υλικό, όπως εικόνες, που υπόκειται σε άλλου τύπου άδειας χρήσης, η άδεια χρήσης αναφέρεται ρητώς.



# Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης» έχει χρηματοδοτήσει μόνο τη αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.





ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

---

# Τακτική διπλού μικτού

# Περιεχόμενα ενότητας

1. Τακτική διπλού μικτού
  - i. Ρόλος ζευγαριού
  - ii. Λειτουργίες ζευγαριού
    - a. Άμυνα
    - b. επίθεση
  - iii. Service
    - a. Από άνδρα προς άνδρα
    - b. Από άνδρα προς γυναίκα
    - c. Από γυναίκα προς γυναίκα
    - d. Από γυναίκα προς άνδρα



# Σκοποί ενότητας

- Κατανόηση της τακτικής του διπλού μικτού.
- Κατανόηση του ρόλου του ζευγαριού σε άμυνα και επίθεση.
- Κατανόηση της τακτικής του service ως προς το φύλο.



# Ο ρόλος του ζευγαριού.

## Οι λειτουργίες σε άμυνα και επίθεση 1

- Η Τακτική του Διπλού Μικτού στηρίζεται κυρίως στην αρχή που θέλει τον Άνδρα να καλύπτει τον πίσω χώρο του γηπέδου και να εκτελεί τις περισσότερες των επιθέσεων και τη Γυναίκα ευρισκόμενη στον μπροστινό χώρο να καλύπτει τις αμυντικές ενέργειες του αντίπαλου ζευγαριού στον μπροστινό χώρο του γηπέδου τους καθώς και να δημιουργεί τις κατάλληλες προϋποθέσεις για την δημιουργία των επιθετικών προσπαθειών του ζευγαριού της.



# Ο ρόλος του ζευγαριού.

## Οι λειτουργίες σε άμυνα και επίθεση 2

- Η Τακτική εντοπίζεται επίσης στις θέσεις του ζευγαριού την στιγμή που είτε σερβίρει, είτε υποδέχεται σέρβις.
- Σημαντική είναι ακόμα και η διάταξη που έχουν κατά την εκτέλεση επίθεσης ή υποδοχή επίθεσης από το αντίπαλο ζευγάρι.



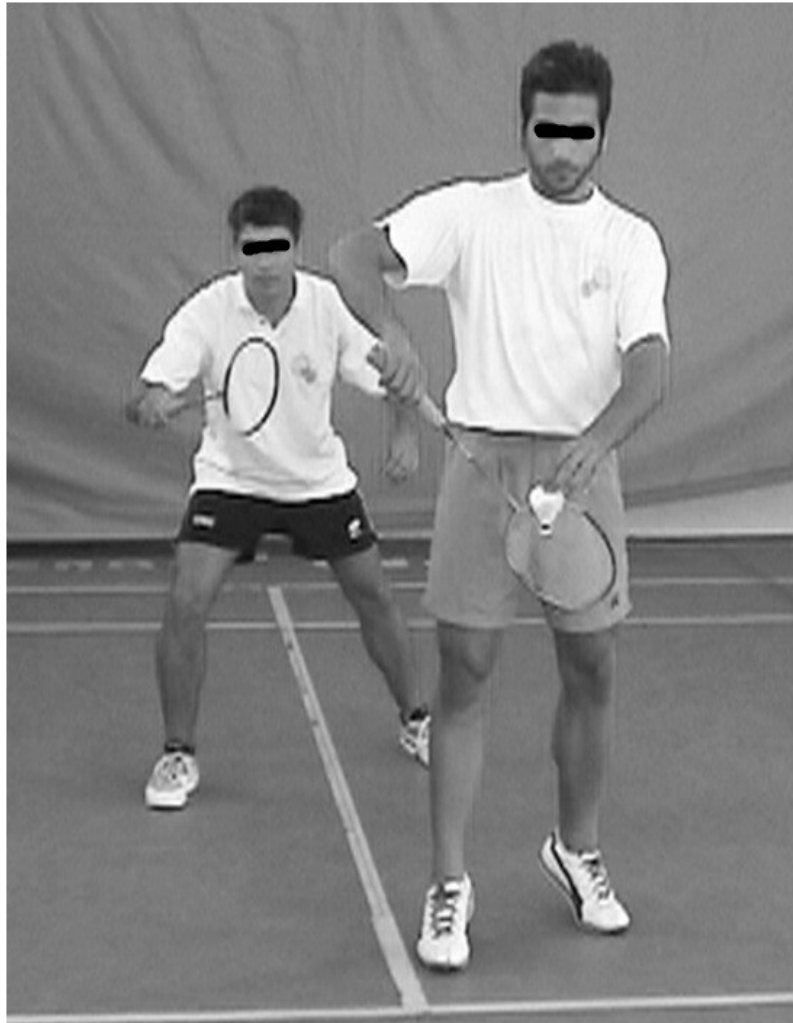


# Τακτική service μικτού: άνδρας προς άνδρα

- Όταν σερβίρει Άνδρας σε Άνδρα, το σέρβις είναι χαμηλό με σκοπό να έρθει ο αντίπαλος Άνδρας όσο πιο κοντά στο δίχτυ. Η Γυναίκα του Άνδρα που σερβίρει, βρίσκεται μπροστά και πλάγια του χωρίς να εμποδίζει την εκτέλεση του σέρβις και αναλαμβάνει το παιγνίδι κοντά στο δίχτυ. Η Γυναίκα της πλευράς που υποδέχεται, βρίσκεται μπροστά και πλάγια από τον Άνδρα (χωρίς να εμποδίζει την υποδοχή αλλά και να μην είναι εκτεθειμένη στο φτερό).



# Τακτική service μικτού από άνδρα προς άνδρα



Τακτική service μικτού:  
άνδρας προς άνδρα

# Τακτική service μικτού: άνδρας προς γυναίκα

- Όταν σερβίρει Άνδρας σε Γυναίκα, το σέρβις καλό είναι να είναι ψηλό με σκοπό να κινηθεί η Γυναίκα στο πίσω μέρος του γηπέδου της και κατά συνέπεια να πάρει μέρος του μπροστινού γηπέδου και ο αντίπαλος Άνδρας. Ο Άνδρας του ζευγαριού που υποδέχεται, βρίσκεται πίσω και στο κέντρο του γηπέδου. Η Γυναίκα του Άνδρα που σερβίρει, βρίσκεται μπροστά του χωρίς να εμποδίζει την εκτέλεση του σέρβις και αναλαμβάνει το παιγνίδι κοντά στο δίχτυ.



# Τακτική service μικτού από άνδρα προς γυναίκα

Τακτική service μικτού:  
άνδρας προς γυναίκα



Αντιπτέριση

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Θεσσαλονίκης



# Τακτική service μικτού: γυναίκα προς γυναίκα

- Όταν σε ρβίρει Γυναίκα προς Γυναίκα, το σέρβις είναι κυρίως χαμηλό, καθώς σε περίπτωση ψηλού σέρβις και πιθανής επίθεσης (καρφί) από την αντίπαλη Γυναίκα, η Γυναίκα που μόλις σέρβιρε, θα πρέπει να κινηθεί προς τα πίσω να αντιμετωπίσει την επίθεση.



# Τακτική service μικτού από γυναίκα προς γυναίκα

Τακτική service μικτού:  
γυναίκα προς γυναίκα



Αντιπτέριση

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Θεσσαλονίκης



# Τακτική service μικτού: γυναίκα προς άνδρα

- Όταν σερβίρει Γυναίκα προς Άνδρα, το σέρβις είναι χαμηλό με σκοπό να έρθει ο αντίπαλος Άνδρας όσο πιο κοντά στο δίχτυ. Η γυναίκα του ζευγαριού που υποδέχεται, βρίσκεται μπροστά και πλάγια από τον Άνδρα. Ο Άνδρας του ζευγαριού που σερβίρει βρίσκεται πίσω και στην κεντρική γραμμή με σκοπό να αντιμετωπίσει το κτύπημα που θα κατευθυνθεί στο πίσω μέρος του γηπέδου.



# Θέση στην άμυνα

- Όταν το ζευγάρι δέχεται επίθεση, παίρνει τη θέση της «Τριγωνικής Άμυνας» και με τους δύο παίκτες να κινούνται προς τα πίσω και μακριά από το φτερό. Γίνεται προσπάθεια η Γυναίκα να κινηθεί μακριά από το φτερό ώστε πιθανό καρφί σε αυτή, να διαγράψει μεγαλύτερη τροχιά και να φτάσει ασθενέστερο.





# Θέσεις στην επίθεση

- Όταν το ζευγάρι εκτελεί επίθεση, γίνεται προσπάθεια αυτή να γίνεται από τον Άνδρα και να κατευθύνεται στην Γυναίκα της αντίπαλης πλευράς. Η Γυναίκα του ζευγαριού που εκτελεί την επίθεση, βρίσκεται μπροστά και προς το κέντρο του γηπέδου. Σε πιθανό κτύπημα drop, η γυναίκα καλύπτει τον μπροστινό χώρο του γηπέδου.



# Σημείωμα Αναφοράς

Copyright Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Πατερμιάν Στεπάν-Σαρκίς, «Αντιπτέριση. Τακτική διπλού μικτού». Έκδοση: 1.0. Θεσσαλονίκη 2014. Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:

<http://eclass.auth.gr/courses/OCRS255/>.



# Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά - Παρόμοια Διανομή [1] ή μεταγενέστερη, Διεθνής Έκδοση. Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων».



Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.

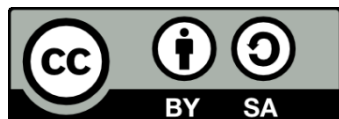
[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>





# Τέλος ενότητας

Επεξεργασία: Μαριάνα Χ. Κοτζαμανίδου  
Θεσσαλονίκη, Χειμερινό εξάμηνο 2014-2015



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

---

# Σημειώματα

# Διατήρηση Σημειωμάτων

Οποιαδήποτε αναπαραγωγή ή διασκευή του υλικού θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει:

- το Σημείωμα Αναφοράς
- το Σημείωμα Αδειοδότησης
- τη δήλωση Διατήρησης Σημειωμάτων
- το Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων (εφόσον υπάρχει)

μαζί με τους συνοδευόμενους υπερσυνδέσμους.

