



ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΤΗΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ II

Ενότητα 17. Επίθεση εναντίον άμυνας Man to Man

Γαλαζούλας Χρήστος

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Θεσσαλονίκης



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.





Επίθεση εναντίον άμυνας Man to Man



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ
επένδυση στην κοινωνία της γνώσης

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ
2007-2013
πρόγραμμα για την ανάπτυξη
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

Περιεχόμενα ενότητας

1. Βασικές αρχές επίθεσης
2. Μεθοδολογία διδασκαλίας επίθεσης
3. Είδη επιθέσεων
4. Επιθετικές διατάξεις



Σκοποί ενότητας

- Η παρουσίαση των βασικών χαρακτηριστικών της επίθεσης εναντίον άμυνας man to man και η μεθοδολογία διδασκαλίας της



ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΕΠΙΘΕΣΗΣ ΕΝΑΝΤΙΟΝ ΜΑΝ to ΜΑΝ I

- 1. Να μη γίνεται κατάχρηση ντρίμπλας, παρά μόνο:**
 - α) όταν δεν μπορούμε να κάνουμε πάσα**
 - β) για να διορθώσουμε τη γωνία πασαρίσματος**
 - γ) όταν επιχειρούμε διείσδυση προς το καλάθι**
 - δ) για να αποφύγουμε ορισμένες παγίδες**
- 2. Μετά από πάσα, να μη μένουν ακίνητοι οι παίκτες που κάνουν την πάσα**
- 3. Οι παίκτες να βλέπουν το καλάθι, μόλις πάρουν τη μπάλα**
- 4. Να παρακολουθούμε τον παίκτη που μας έδωσε τη μπάλα. Κόβει μέσα στο καλάθι. Κάνει screen**
- 5. Να αποφεύγονται δύο κοψίματα ταυτόχρονα προς την ίδια κατεύθυνση**



ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΕΠΙΘΕΣΗΣ

ENANTION MAN to MAN II

6. Κάποιος παίκτης πρέπει να βγαίνει στη γραμμή της ελεύθερης βολής, ανεξάρτητα από την επιθετική διάταξη που έχουμε
7. Ο σέντερ πρέπει να μένει δύο δευτερόλεπτα στη θέση του για να πάρει τη μπάλα και μετά να επιχειρεί screen
8. Όταν κινείται ο σέντερ, δεν πρέπει να φεύγει μακριά από το καλάθι, γιατί τότε γίνεται ακίνδυνος
9. Όταν οι αμυνόμενοι κάνουν αλλαγή παίκτη, τότε η μπάλα να δίνεται στον παίκτη που κάνει το screen
10. Οι παίκτες πρέπει να έχουν μεγάλες αποστάσεις μεταξύ τους για να δυσκολεύουν περισσότερο την άμυνα



Μεθοδολογία διδασκαλίας

(επίθεσης εναντίον man to man)

- Βασίζεται στους κανόνες διδασκαλίας και έχει σαν αρχή τη σύνθεση και ανάλυση (όλο – μέρος – όλο)
- Εκτός του πρακτικού μέρους είναι απαραίτητη και η θεωρητική διδασκαλία σε όλη τη διάρκεια εκμάθησης της ομαδικής επίθεσης
- Η διδασκαλία της ακολουθεί τη βασική τεχνική της ατομικής επίθεσης και των συνεργασιών 2, 3 και 4 παικτών



Μεθοδολογία διδασκαλίας

Κλιμάκωση

- Επίδειξη του συστήματος συνολικά
- Ανάλυση σε μέρη. Εξάσκηση των ενεργειών του κάθε παίκτη και των επιμέρους συνεργασιών 2, 3 και 4 παικτών
- Σύνθεση των μερών και εξάσκηση του όλου στο μισό γήπεδο:
 - α) χωρίς άμυνα, β) με παθητική άμυνα, γ) με κανονική άμυνα
- Διδασκαλία των παραλλαγών με την ίδια διαδικασία
- Πέντε εναντίον πέντε με αντεπιθέσεις
- Κατευθυνόμενο 5vs5
- Κανονικό διπλό με χρόνο και σκορ
- Φιλικός αγώνας



Είδη επιθέσεων

- Τα συστήματα εναντίον προσωπικής άμυνας είναι δυνατό να ταξινομηθούν σε τρεις μεγάλες κατηγορίες:
 1. Επιθέσεις συνέχειας
 2. Ελεύθερες επιθέσεις
 3. Προσχεδιασμένες επιλογές - plays (παιχνίδια)



Επιθέσεις συνέχεια

- **Επιθέσεις με βάση προκαθορισμένες κινήσεις, που εάν στο τέλος του συστήματος δεν υπάρχουν προϋποθέσεις για σουτ, ξαναρχίζουν από την αρχή**



Ελεύθερες επιθέσεις

- Μη αυστηρά προγραμματισμένες επιθέσεις, οι οποίες, ωστόσο, διέπονται από ορισμένους κανόνες



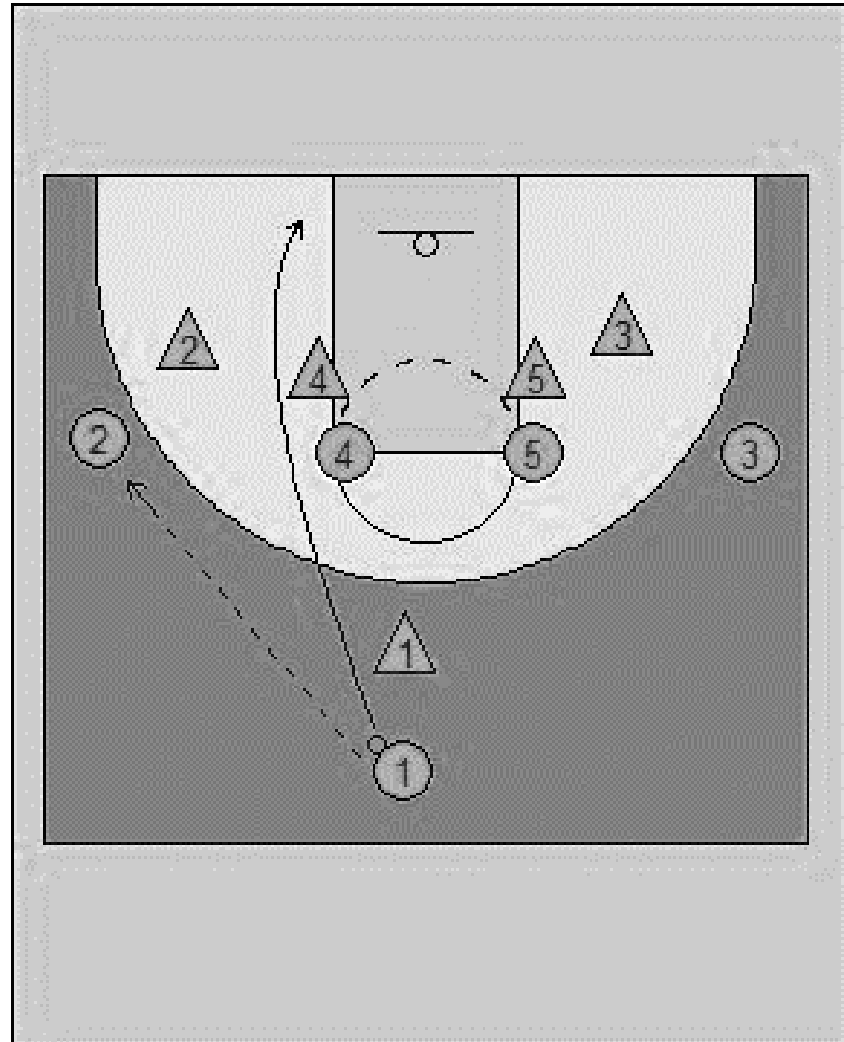
Προσχεδιασμένες επιθέσεις

- **Προσχεδιασμένες επιλογές για συγκεκριμένους παίκτες, οι οποίοι έχουν σκοπό να βοηθήσουν κάποιον να κάνει σουτ με καλές προϋποθέσεις**



Επιθετικές διατάξεις

1. 2-1-2
2. 1-3-1
3. 1-2-2
4. 2-2-1
5. 2-3
6. 1-4



Σημείωμα Αναφοράς

Copyright Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Γαλαζούλας Χρήστος.
«Διδακτική της καλαθοσφαίρισης II. Επίθεση εναντίον άμυνας Man to Man».
Έκδοση: 1.0. Θεσσαλονίκη 2014. Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:
http://opencourses.auth.gr/eclass_courses.



Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά - Μη Εμπορική Χρήση - Παρόμοια Διανομή 4.0 [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.

Ως **Μη Εμπορική** ορίζεται η χρήση:

- που δεν περιλαμβάνει άμεσο ή έμμεσο οικονομικό όφελος από την χρήση του έργου, για το διανομέα του έργου και αδειοδόχο
- που δεν περιλαμβάνει οικονομική συναλλαγή ως προϋπόθεση για τη χρήση ή πρόσβαση στο έργο
- που δεν προσπορίζει στο διανομέα του έργου και αδειοδόχο έμμεσο οικονομικό όφελος (π.χ. διαφημίσεις) από την προβολή του έργου σε διαδικτυακό τόπο

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





Τέλος ενότητας

Επεξεργασία: Κούρτης – Δουλκερίδης
Αθανάσιος
Θεσσαλονίκη, 10/01/2014

