

Πετοσφαίριση επί άμμου (Απ-190επ)

Θεματική ενότητα 8

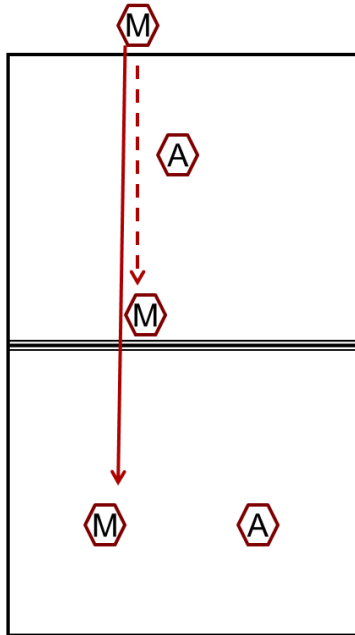
Τακτική αμυντικού-μπλοκέρ
Χώροι ευθύνης. Ειδικές
καταστάσεις

Μπλοκ και άμυνα ανά φύλο

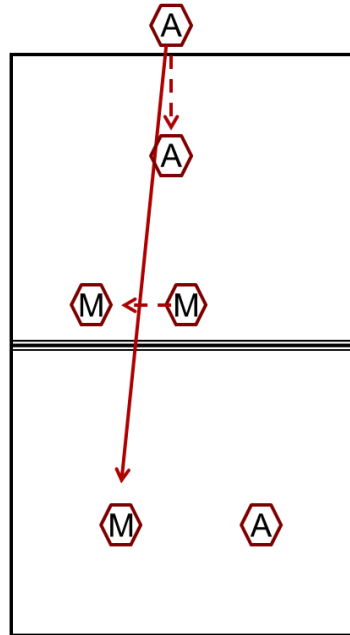
- 2 βασικοί σχηματισμοί
 - Άμυνα χωρίς μπλοκ (δύο πίσω αμυντικοί)
 - Άμυνα με μπλοκ και ο πίσω αμυντικός αφετηριακή θέση στο κέντρο του γηπέδου
- Γυναίκες
 - + no block καταστάσεις
 - + free ball καταστάσεις

Χώροι ευθύνης

Σέρβερ ο μπλοκέρ

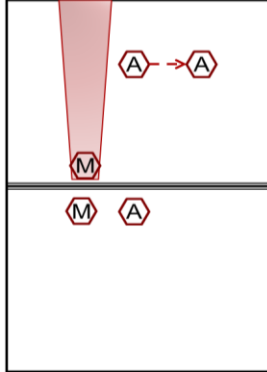


Σέρβερ ο πίσω αμυντικός

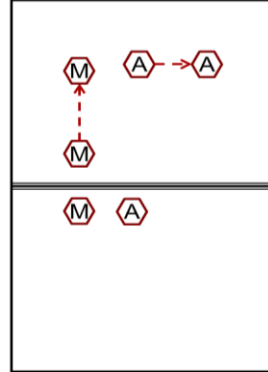


Χώροι ευθύνης

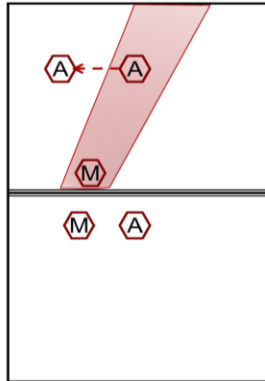
Σύστημα άμυνας 1 με μπλοκ



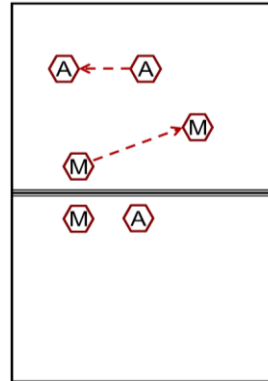
Σύστημα άμυνας 1 χωρίς μπλοκ (drop κίνηση)



Σύστημα άμυνας 2 με μπλοκ



Σύστημα άμυνας 2 χωρίς μπλοκ (drop κίνηση)



Μπλοκ και άμυνα

• Μπλοκ 1

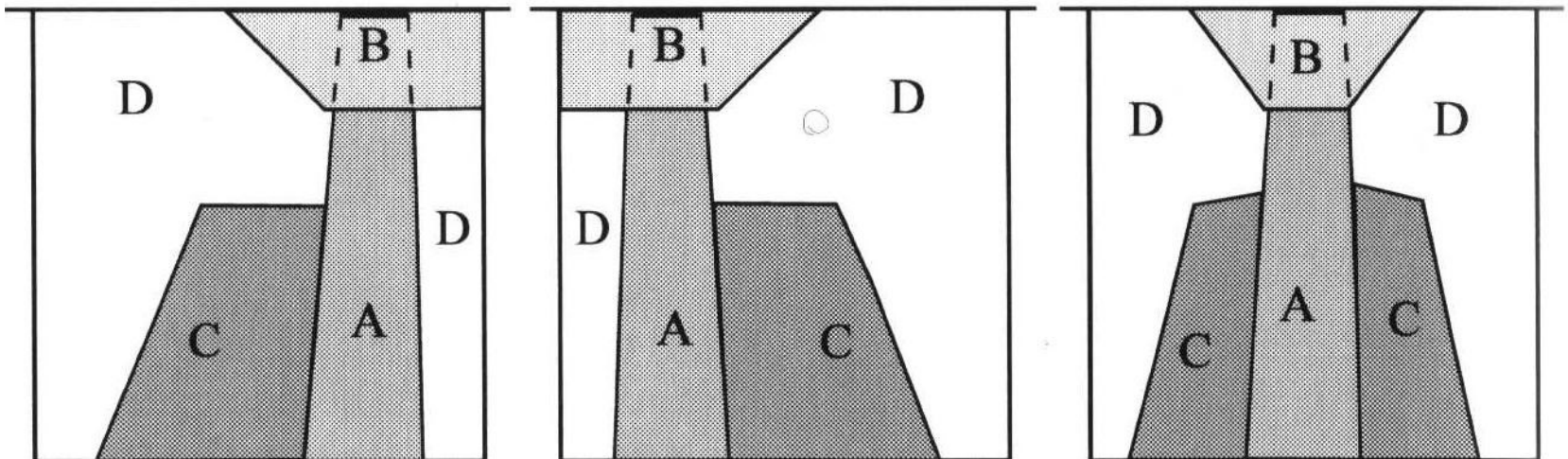
- Ο μπλοκέρ μπλοκάρει την ευθεία.
- Ο πίσω αμυντικός καλύπτει τη διαγώνια πλευρά ενάντια σε δυνατά χτυπήματα και σε χτυπήματα τακτικής πίσω από το μπλοκ.

• Μπλοκ 2

- Ο μπλοκέρ μπλοκάρει τη διαγώνια.
- Ο πίσω αμυντικός καλύπτει την ευθεία πλευρά ενάντια σε δυνατά χτυπήματα και σε χτυπήματα τακτικής πίσω από το μπλοκ.

Χώροι ευθύνης

- Μπλοκέρ
 - A vs hard driven shots
 - B vs Trick attacks
- Αμυντικός
 - C vs hard driven shots
 - D vs Roll shots or pokes



Μπλοκ και drop

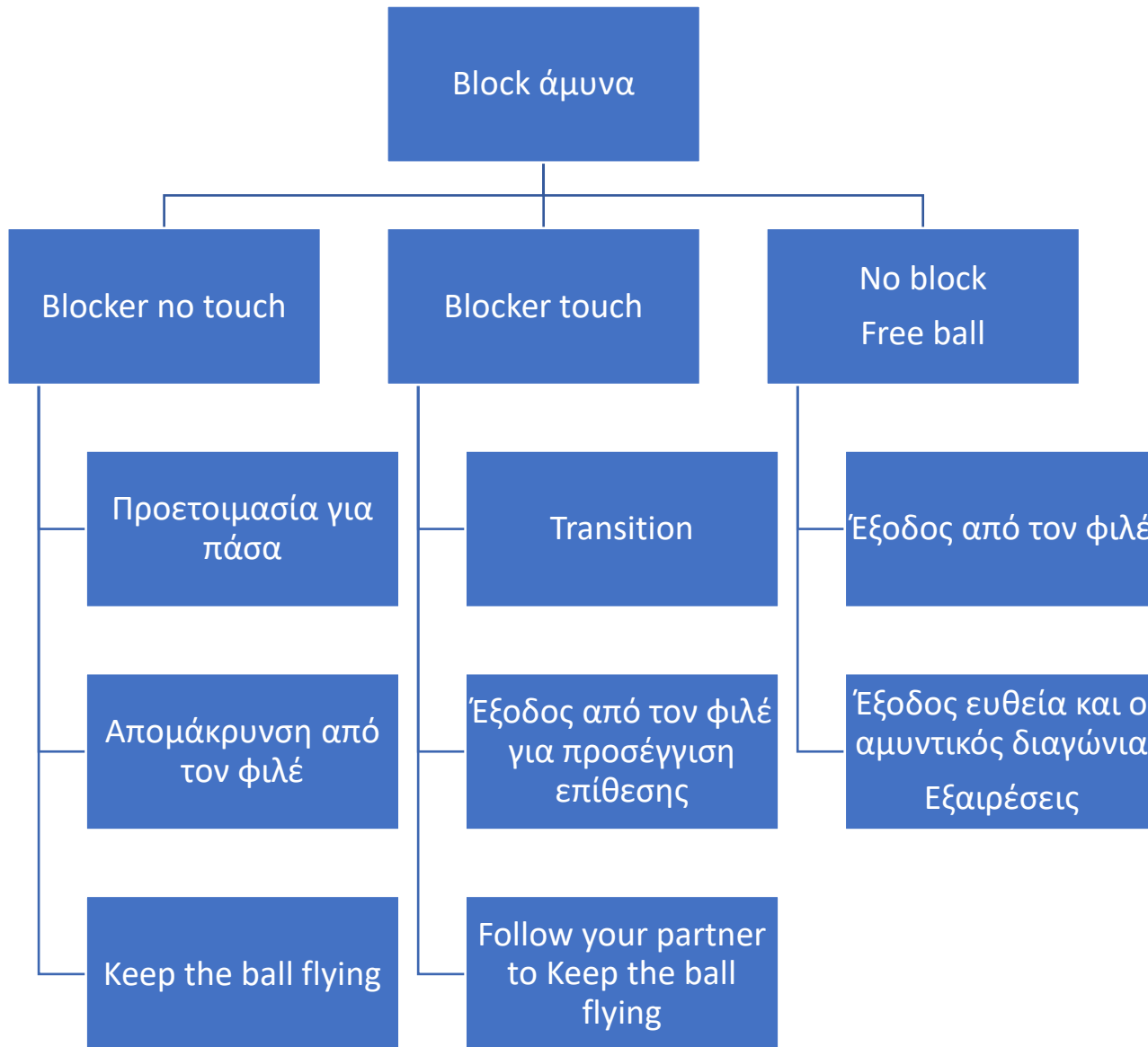
- Μπλοκ

- Κάλυψη χώρου
- Μικρότερος χώρος άμυνας για τον αμυντικό
- Το πέρασμα πάνω από το μπλοκ να είναι εύκολο
- Περιορίζει τον αντίπαλο επιθετικό και τον υποχρεώνει να σκεφθεί

- Drop

- Εκτελείται σε ευθεία και διαγώνιο
- Γίνεται με 3 βήματα

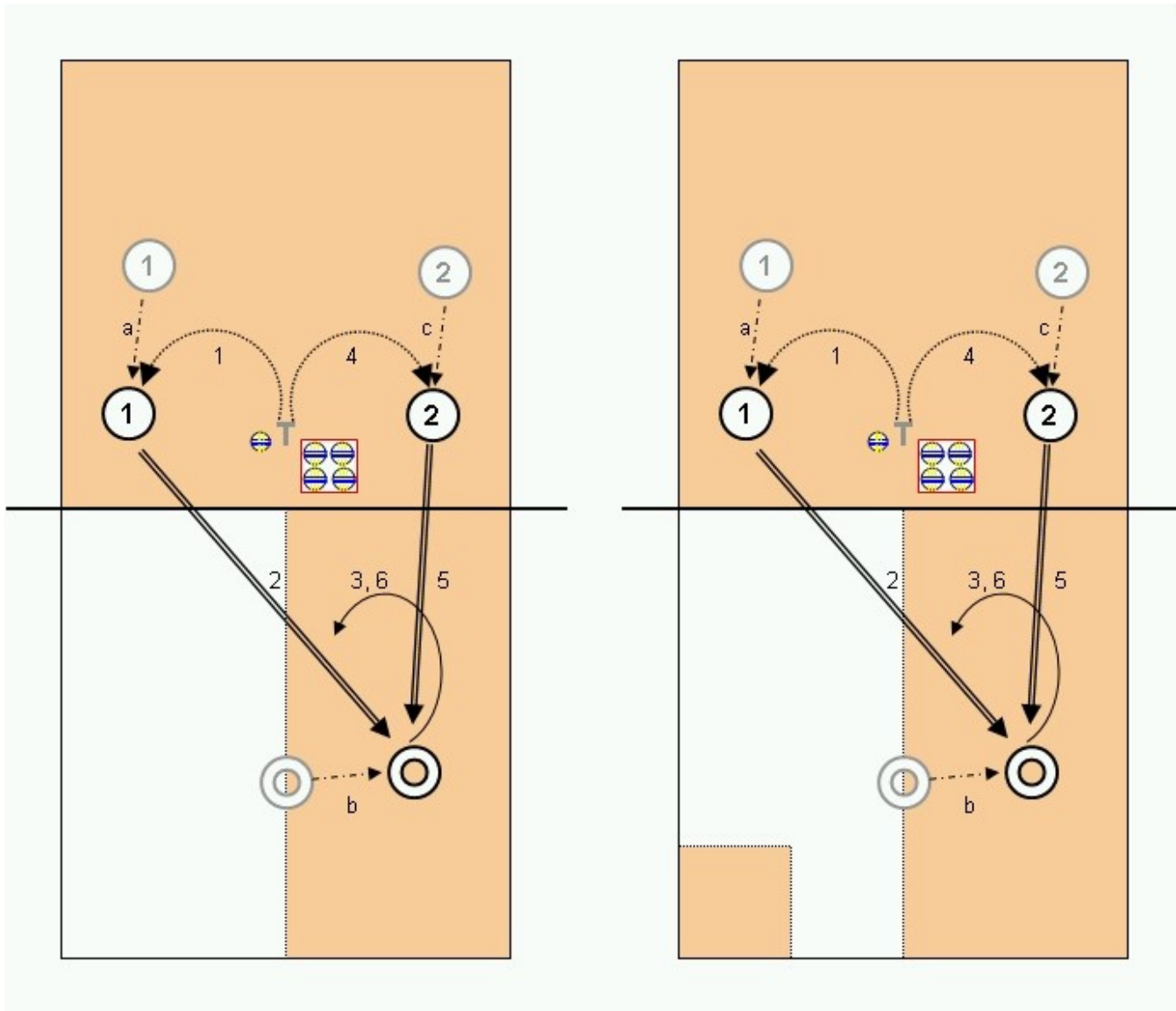
Decision tree



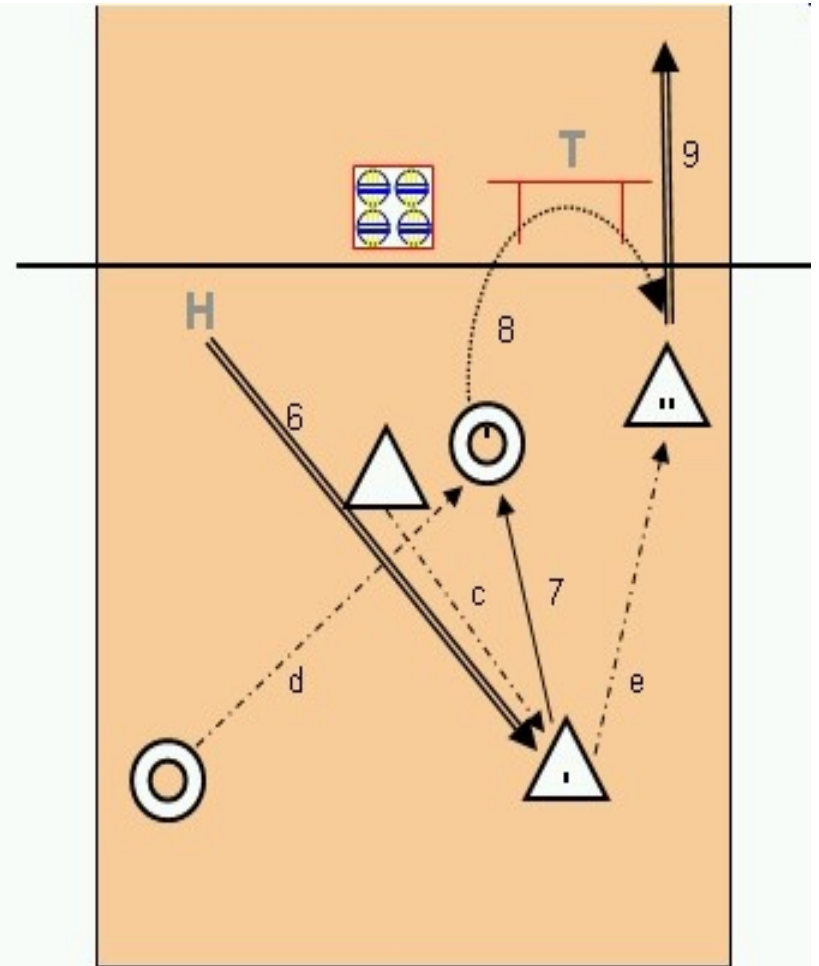
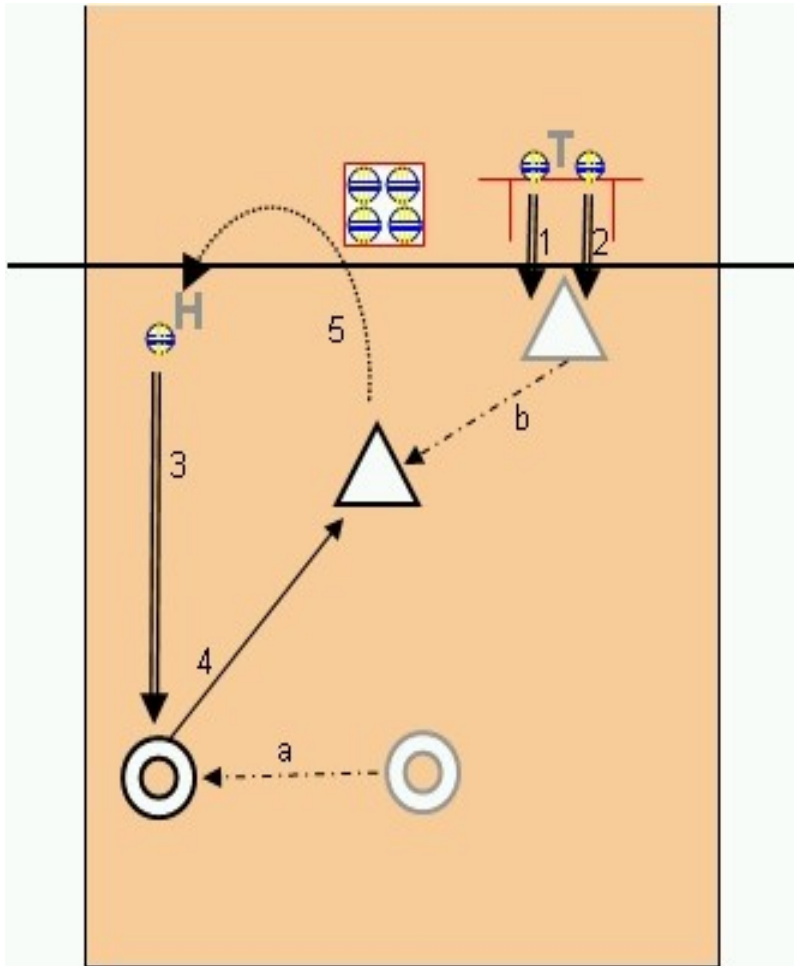
Play the game



Ασκησιολόγιο Ι



Ασκησιολόγιο II



Παρουσίες Θεωρία

