



ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΘΕΜΑ :

**“ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΤΕΠΙΘΕΣΕΩΝ ΣΕ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ
ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ”**

ΦΟΙΤΗΤΕΣ:

ΓΡΑΦΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ :0929211

ΘΑΝΟΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ :290036

ΚΑΤΣΙΩΛΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ: 290053

ΑΘΗΝΑ 2015

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να αξιολογήσει τις επιτυχημένες αντεπιθέσεις των γυναικείων ομάδων ποδοσφαίρου. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 12 αγώνες γυναικείου πρωταθλήματος της περιόδου 2014-2015, οι οποίοι αναλύθηκαν με το πρόγραμμα βιντεοανάλυσης Sport scout. Πιο συγκεκριμένα μελετήθηκε ο τρόπος επανάκτησης της μπάλας και το σημείο έναρξης της αντεπίθεσης, ο αριθμός των επιθετικών παικτών που συμμετείχαν ενεργά για την ολοκλήρωση της προσπάθειας, ο αριθμός των αμυντικών παικτών που προσπάθησαν να ανακόψουν την προσπάθεια της αντεπιθεσης των αντιπάλων επιθετικών και η περιοχή της εστίας όπου κατέληξε η μπάλα. Από τη στατιστική επεξεργασία αποτελεσμάτων διαπιστώθηκε ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των αντεπιθέσεων ξεκίνησε από την κεντρική ζώνη ($p < 0,05$).

Όσον αφορά των τρόπο έναρξης των αντεπιθέσεων, το 61,2% ξεκίνησε από Κλέψιμο της μπάλας, ενώ οι περισσότερες αντεπιθέσεις ολοκληρώθηκαν με τη συνεργασία 2 αθλητριών της ποδοσφαίρισης (43,8%), 3 επιτιθέμενες (34,5%), και 43 επιτιθέμενες (27,18%), παρουσιάζοντας στατιστικά σημαντική διαφορά σε σχέση με τις υπόλοιπες τιμές ($p < 0,05$). Μελετώντας τις αντεπιθέσεις που επιτεύθηκαν τέρματα παρατηρήθηκε ότι το 54,2% ξεκίνησε από τον κεντρικό άξονα και το 56,9% ολοκληρώθηκε μετά το κλέψιμο της μπάλας.

Από τα αποτελέσματα της μελέτης διαφαίνεται ότι τα περισσότερα τέρματα που επιτυγχάνονταν κατά την αντεπίθεση, ξεκινούσαν από την κεντρική ζώνη με κλέψιμο της μπάλας και με τη συμμετοχή δύο, τριών ή τεσσάρων επιθετικών παικτριών. Τα αποτελέσματα της μελέτης είναι απαραίτητο να αξιολογηθούν από όλους όσους ασχολούνται με την προπονητική διαδικασία, ώστε να δημιουργήσουν και να εφαρμόσουν προπονητικά προγράμματα, τα οποία θα έχουν ως στόχο τη βελτίωσης της τακτικής συμπεριφοράς και της φυσικής κατάστασης των αθλητριών της ποδοσφαίρισης, ώστε να μπορούν να πραγματοποιήσουν αποτελεσματικότερο pressing και για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα κατά τη διάρκεια του αγώνα δημιουργώντας προϋποθέσεις για ευκολότερα τέρματα.

Λέξεις Κλειδιά : Ποδοσφαίρο γυναικών, αντεπίθεση, τακτική, αιφνιδιασμός, φυσική κατάσταση

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το ποδόσφαιρο είναι ίσως το δημοφιλέστερο άθλημα στον κόσμο, με ' συμμετοχή 470 περίπου εγγεγραμμένων παικτών (Ekblom, 1896).

Το ποδοσφαιρικό θέαμα αποτελεί ένα απο τα σημαντικότερα κριτήρια προσέλκυσης θεατών και σαφέστατα είναι συνδεδεμένο με την υψηλή ατομική και ομαδική αγωνιστική απόδοση. Ο ποδοσφαιρικός αγώνας είναι η πιο σπουδαία πηγή δεδομένων για να εξαχθούν συμπεράσματα που αφορούν την τακτική. Η Ευρωπαϊκή Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία Ποδοσφαίρου (U.E.F.A.) λαμβάνοντας υπόψιν την απόδοση των ομαδών σε εθνικό επίπεδο, επιλέγει κατά τις ευρωπαϊκές διασυλλογικές διοργανώσεις, διαφορετικό αριθμό ομαδών για κάθε χώρα, αναγνωρίζοντας και διατηρώντας με αυτόν τον τρόπο το ποδοσφαιρικό θέαμα σε υψηλό επίπεδο.

Ο ρόλος του προπονητη ποδοσφαίρου, είναι να βρει τον τρόπο μέσω της προπόνησης ώστε να βελτιώσει την αθλητική απόδοση επιτυγχάνοντας τους στόχους της ομάδας. Η αθλητική ικανότητα απόδοσης είναι συνάρτηση τεσσάρων παραγόντων : τεχνική (ικανότητες συντονισμού, κινητικές δεξιότητες), τακτική (γνωστικές

ικανότητες), ψυχικές ικανότητες και φυσική κατάσταση (δύναμη, ταχύτητα, αντοχή, ευλυγισία, Weineck, 1997) .

σύμφωνα με τον Zeliaskon (1982) τακτική είναι η δημιουργική και συνειδητή ικανότητα χρήσης μέσων, ικανοτήτων και σχημάτων, για την πιο αποτελεσματική αντιμετώπιση του αντιπάλου στις συνθήκες παιχνιδιού. Ο προπονητής πρέπει να έχει την ικανότητα να συλλέξει πληροφορίες απο την αγωνιστική κατάσταση της ομάδας του και να αξιολογήσει στη συνέχεια τα δεδομένα του που προέρχονται απο τον αγώνα, ώστε να προσαρμόσει την τακτική είτε κατά τη διάρκεια του αγώνα είτε μελλοντικά σε επόμενους αγώνες. Κατλα τη διάρκει ενός αγώνα ποδοσφαίρου κάτι τέτοιο είναι πολύ δύσκολο, γιατί γίνεται δέκτης πολλών πληροφοριών (Φρανκς & Μίλλερ, 1991) αλλά και μετά την ολοκλήρωση του αγώνα η περιορισμένη μνήμη και η προκατάληψη δεν επιτρέπουν την πλήρη αντικειμενική αξιολόγηση όλων των τεχνικοτακτικών παραμέτρων (Κωνσταντινίδου, 2001).

Πολλές μελέτες έχουν προσπαθήσει να διερευνήσουν χαρακτηριστικά ποδοσφαιρικού αγώνα και να αναλύσουν την επίδραση αυτών στην εξέλιξη ή στο αποτέλεσμα. Άλλες ασχολήθηκαν με τον τρόπο εκδήλωσης της επίθεσης και εξέτασαν την περιοχή της τελικής προσπάθειας (Taylor, 2005). Ο Jones 2004 προσπαθώντας να εκτιμήσουν κάποιες παραμέτρους που επηρεάζουν την επιτυχή

κατάληξη ενός αγώνα για μία ομάδα, διαπίστωσαν πως η παρατεταμένη διατήρηση της κατοχής της μπάλας είναι ένας σημαντικός δείκτης απόδοσης. Ο Shestakov 2007 αναφέρει πως η δράση των ποδοσφαιριστών πρέπει να είναι συνυφασμένη με την πίεση του χρόνου και του χώρου σε απρόβλεπτες καταστάσεις ενώ η οργάνωση του ομαδικού παιχνιδιού απαιτεί συντονισμένες κινήσεις των ποδοσφαιριστών και αποτελεί ένα πολύπλοκο φαινόμενο. Σύγχρονες έρευνες αναλύουν πολλές παραμέτρους της τεχνικής και τακτικής συμπεριφοράς των ποδοσφαιρικών ομάδων, πιο συγκεκριμένα παρατήρησαν υψηλού επιπέδου εθνικές ομάδες οι οποίες αγωνίστηκαν σε παγκόσμια πρωταθλήματα με σκοπό την απεικόνιση τεχνικού και τακτικού τους προφίλ. Οι κοντινές και μακρινές μεταβιβάσεις, οι κερδισμένες μονομαχίες, οι αμυντικές κεφαλιές, οι επιτυχημένες σέντρες, τα σουτ, τα φάουλ και ο χρόνος κατοχής υπήρξαν κριτήρια αξιολόγησης της γενικής αγωνιστικής τους απόδοσης (Balyan 2007). Σε έρευνα των Hhughes and Maloney (2007) όπου και πραγματοποιήθηκε μέτρηση των τεχνικών στοιχείων των Εθνικών ομάδων ποδοσφαίρου στο Πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα του 2004, διαπιστώθηκε πως το τεχνικοτακτικό επίπεδο ομάδων ποδοσφαίρου παρότι είναι σημαντική παράμετρος απόδοσης δεν είναι πάντα καθοριστικός παράγοντας επίτευξης ευνοϊκών αποτελεσμάτων ή κατάκτησης της πρώτης θέσης,

με χαρακτηριστικό παράδειγμα την Εθνική Ελλάδα που ενώ κατέκτησε το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, βρέθηκε στη δέκατη θέση αξιολόγησης τεχνικοτακτικών χαρακτηριστικών. Παρ'όλα αυτά η ποιότητα του αγωνιστικού επιπέδου και του ποδοσφαιρικού θεάματος εξαρτάται από την επίτευξη υψειλών δεικτών απόδοσης των τεχνικών και τακτικών δεξιοτήτων.

Η γρήγορη και επιτυχής εναλλαγή της μπάλας στο αγωνιστικό είναι ένα από τα στοιχεία που χαρακτηρίζουν το ποιοτικό παιχνίδι. Όταν μάλιστα συνδυαστεί και με την ανάλογη αποτελεσματικότητα τότε αναδεικνύει την απόλυτη υπεροχή απέναντι σε κάθε αντίπαλο. Όπως αναφέρουν οι Martinez and Lago Ballesteros (2007) οι μικρότερες και οι διαδοχικές ταχείς μεταβιβάσεις προσδιορίζουν τις επιτυχημένες ομάδες. Η δεξιοτεχνία στη νλήψη και στον έλεγχο της μπάλας είναι εξαιρετικής σημασίας για τη διατήρηση ενός υψηλού επιθετικού ρυθμού και η γρήγορη και αποτελεσματική εφαρμογή της δίνει μεγάλο πλεονέκτημα στην επιθετική ανάπτυξη και στην ταχύτητα της ομάδας. Το υψηλό ποσοστό επιτυχίας σε αυτόν τον τομέα του παιχνιδιού (ανάμεσα στο 15-20%) δεν οφείλεται τόσο σε τεχνικές ατέλειες και την έλλειψη γνώσης (αίσθησης του παιχνιδιού) αλλά κυρίως στην έλλειψη συγκέντρωσης (Wein 2004).

Η αντικειμενική καταγραφή της συμπεριφοράς ομάδων και το συμπέρασμα των σημαντικών πληροφοριών μπορούν να επιτευχθούν με τη μεθοδική παρατήρηση. Η μελέτη τεχνικοτακτικών στοιχείων των ομάδων μέσα από την παρατήρηση είναι ένας τρόπος ανάλυσης που χρησιμοποιείται ευρέως στον χώρο της αθλητικής επιστήμης αλλά και ειδικότερα στον χώρο του ποδοσφαίρου. Ένα σημαντικό τακτικό στοιχείο είναι η αντεπίθεση, η οποία είναι η γρήγορη μεταφορά της μπάλας στην επίθεση (Λιάπης 1988) με την οποία επιχειρείται επιτυχία του τέρματος πριν οργανωθεί η αντίπαλη άμυνα. Προϋποθέσεις αντεπίθεσης δημιουργούνται όταν μία ομάδα σκόπιμα δώσει χώρο στον αντίπαλο την κατάλληλη στιγμή επανακτήσει την μπάλα ώστε να εκδηλώσει επίθεση με λίγους παίκτες (Bangsbo & Pietersen 2000). Η σημασία της αντεπίθεσης στο σύγχρονο ποδόσφαιρο φαίνεται από την μεγάλη αποτελεσματικότητα που παρουσιάζει σε σχέση με την οργανωμένη επίθεση (Αρματάς, Αμπάτης & Γιαννάκος 2005) . Οι Παπαδημητρίου, Ταξιλδάρης, Αλεξόπουλος, Μαυρομάτης και Παππάς (2001), υποστήριξαν ότι η σωστή αντιμετώπιση των αντεπιθέσεων του αντιπάλου, αποτέλεσε σημαντικό βοήθημα στην ομάδα της Γαλλίας η οποία ήταν νικήτρια του Παγκόσμιου Κυπέλλου το 1998. Η αντεπίθεση σύμφωνα με τους Δόκα και Μιχαηλίδη (1986) επιτυγχάνεται με σκόπιμη εδαφική υπεροχή στους αντιπάλους και εφαρμογή πίεσης (pressing)

την κατάλληλη στιγμή με σκοπό την επανάκτηση της μπάλας. Σύμφωνα με τους Νάρη και Αλεφαντή (2001) πραγματοποιείται σε τρεις ζώνες του γηπέδου : επιθετική, κεντρική και αμυντική περιοχή. Η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας στις βάσεις δεδομένων έδειξε στο πλήθος εργασιών που μελετούν τη συχνότητα των τερμάτων και τον τρόπο που αυτά επιτεύχθηκαν κατά τις επιθετικές προσπάθειες (Doggart, Keane, Stanhope 1991, Hungen,Roberson, Nicholson 1988). Αντίθετα στην αντεπίθεση αφορούν περιορισμένος αριθμός μελετών (Piecniczk 1983, Loy 1990), οι οποίες εξετάζουν κυρίως το ποσοστό των τερμάτων που επιτεύχθηκε χωρίς όμως να επικεντρώνονται στον τρόπο επανάκτησης της μπάλας και στον προσδιορισμό του χώρου έναρξης των αντεπιθέσεων.

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να μελετήσει τις επιτυχημένες αντεπιθέσεις ομάδων ερασιτεχνικού επιπέδου, εξετάζοντας τη συχνότητα τους. Επιμέρους στόχοι ήταν να καταγράψει: α) τον τρόπο επανάκτησης της μπάλας και το σημείο έναρξης της αντεπίθεσης, β) τον αριθμό των αμυντικών παικτών που προσπάθησαν να ανακόψουν την προσπάθεια της αντεπίθεσης των αντιπάλων, γ) τον αριθμό επιθετικών παικτών που συμμετείχαν ενεργά για την ολοκλήρωση της προσπάθειας, και δ) την περιοχή της εστίας όπου κατέληξε η μπάλα. Θεωρήθηκε όσον αφορά το σημείο έναρξης της αντεπίθεσης δεν θα

παρουσιάζεται διαφορά στην κατανομή της συχνότητας μεταξύ των ζωνών και ότι ο τρόπος επανάκτησης της μπάλας θα είναι παρόμοιος για το σύνολο των αντεπιθέσεων.

ΜΕΘΟΔΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Δείγμα

Το δείγμα της έρευνας μας αποτέλεσαν 14 ερασιτεχνικοί αγώνες ποδοσφαίρου Α' κατηγορίας απο την περιοχή της Αττικής.

Βιντεοσκοπήθηκαν αγώνες ποδοσφαίρου και ψηφιοποιήθηκαν με τη βοήθεια ενός βίντεου SONY SLV-SE 210D, H/Y AMD-XP

Professional 1333 GHS και μίας κάρτας τηλεόρασης για H/Y Pinnacle PCTV. Η έρευνα βασίστηκε στην προσωπική παρατήρηση του ερευνητή καταγράφοντας όλες τις πραγματοποιούμενες αντεπιθέσεις. Η

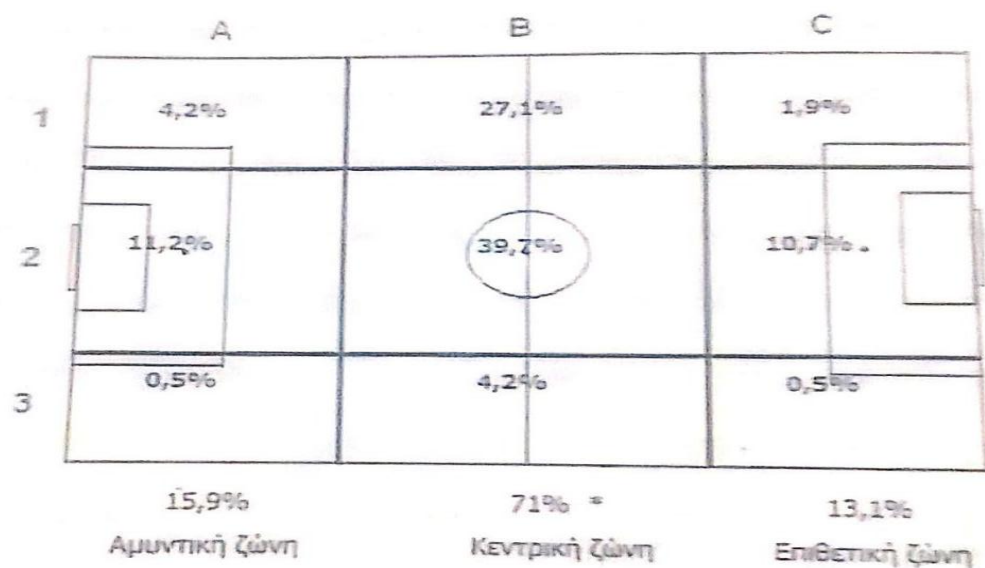
καταγραφή των δεδομένων έγινε με το πρόγραμμα βιντεοανάλυσης για H/Y Sport scout. Το μαγνητοσκοπημένο παιχνίδι με τη βοήθεια ενός σταθερού πρωτοκόλλου παρατήρησης και καταγραφής αποτελεί ένα σύστημα πολλαπλής αναζήτησης με εφαρμογή σε πολλά αθλήματα.

Μ αυτόν τον τρόπο ο ερευνητής έχει τη δυνατότητα να καταχωρεί όλες τις ενέργειες που θεωρεί σημαντικές για την έρευνα του και να τις αναλύει με τη βοήθεια H/Y (τσαμουρτζής, Σφίγγος & Τσιμπίρης 2001).

Στο σχήμα ανάλυσης που χρησιμοποιήθηκε παρατηρήθηκαν όλες οι αντεπιθέσεις και καταγράφηκαν οι ακόλουθες παράμετροι : 1) ο χώρος έναρξης της αντεπίθεσης (A= ζώνη 1,2,3, B= ζώνη 1,2,3, Γ= ζώνη

1,2,3, ο τρόπος έναρξης της αντεπίθεσης (κλέψιμο, λάθος πάσα επιθετικό φάουλ, οφσάιντ, άουτ και μεταβίβαση απο τερματοφύλακα) 3) ο αριθμός των επιθετικών παικτών που συμμετείχαν ενεργά για την επίτευξη του τέρματος (1-5) 4) ο αριθμός των παικτών που προσπάθησαν να επανακτήσουν την μπάλα (1-5) 5) το σημείο εστίας που κατέληξαν τα σουτ που προήλθαν από αντεπίθεση και σημειώθηκε γκολ.

(A=χώρος 1,2,3, B= χώρος 1,2,3, Γ= χώρος 1,2,3,



Σχήμα 1. Η κατανομή της συχνότητας του σημείου έναρξης της αντεπίθεσης

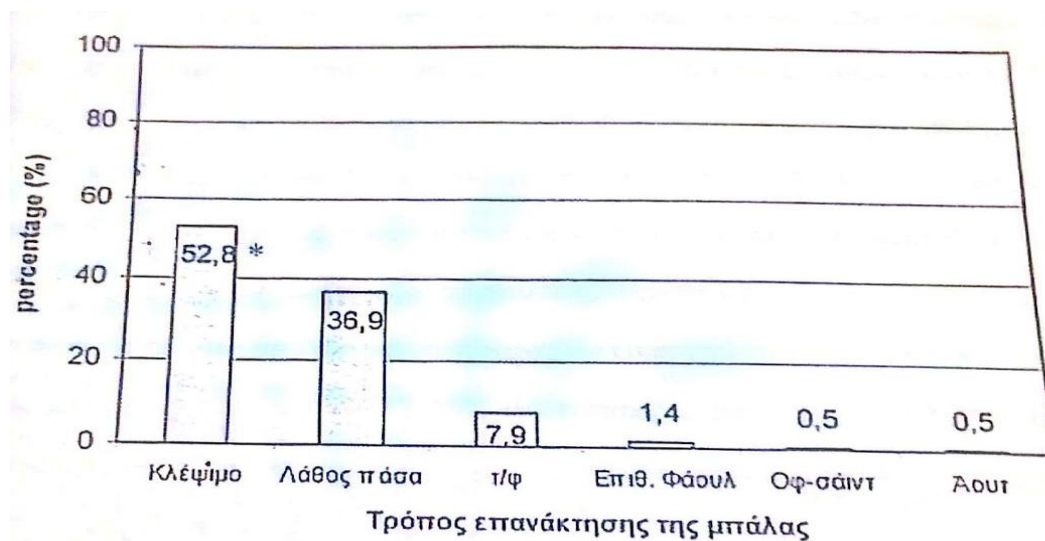
ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ

Για την ανάλυση των στοιχείων της αντεπίθεσης χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό λογισμικό SPSS 18.0 και πιο συγκεκριμένα η διαδικασία Crosstabs. Όσον αφορά τον προσδιορισμό των στατιστικών σημαντικών διαφορών για την ανάλυση παραμέτρων και αντεπιθέσεων χρησιμοποιήθηκε η μη παραμετρική μέθοδος χ^2 test (chi-square). Το επίπεδο σημαντικότητας ορίστηκε $p < 0.5$.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Από την περιοχή Β ξεκίνησε το 71% των συνολικών αντεπιθέσεων, από την περιοχή Α ξεκίνησε το 15,9 % και από τη 13.1%. Από την στατιστική ανάλυση παρουσιάστηκε στατιστικά διαφορά μεταξύ ποσοστού των αντεπιθέσεων που ξεκίνησαν από την κεντρική ζώνη (71% vs 15,9% & 13.1%) B1 σε σχέση με τις υπόλοιπες περιοχές του γηπέδου ($\chi^2=61,78$ $p < 0.5$). Όσον αφορά τη συχνότητα του τρόπου έναρξης της αντεπίθεσης βρέθηκε ότι το 52.8% των αντεπιθέσεων ξεκίνησε από κλέψιμο της μπάλας, το 36.9 % αφού προηγήθηκε λάθος πάσα, το 7,9% από μεταβίβαση του τερματοφύλακα, το 1,4 % μετά από

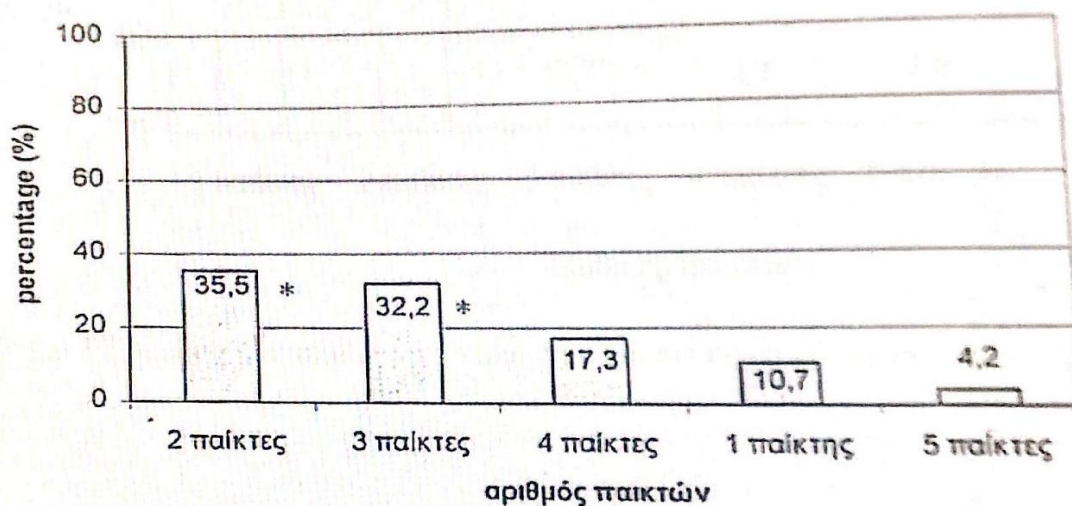
επιθετικό φάουλ, το 0,5 % μετά από εκτέλεση άουτ ενώ το 0,5% μετα από εκτέλεση οφσάιντ (Σχήμα 2).



Σχήμα 2. Συχνότητα του τρόπου έναρξης της αντεπιθέσεως.

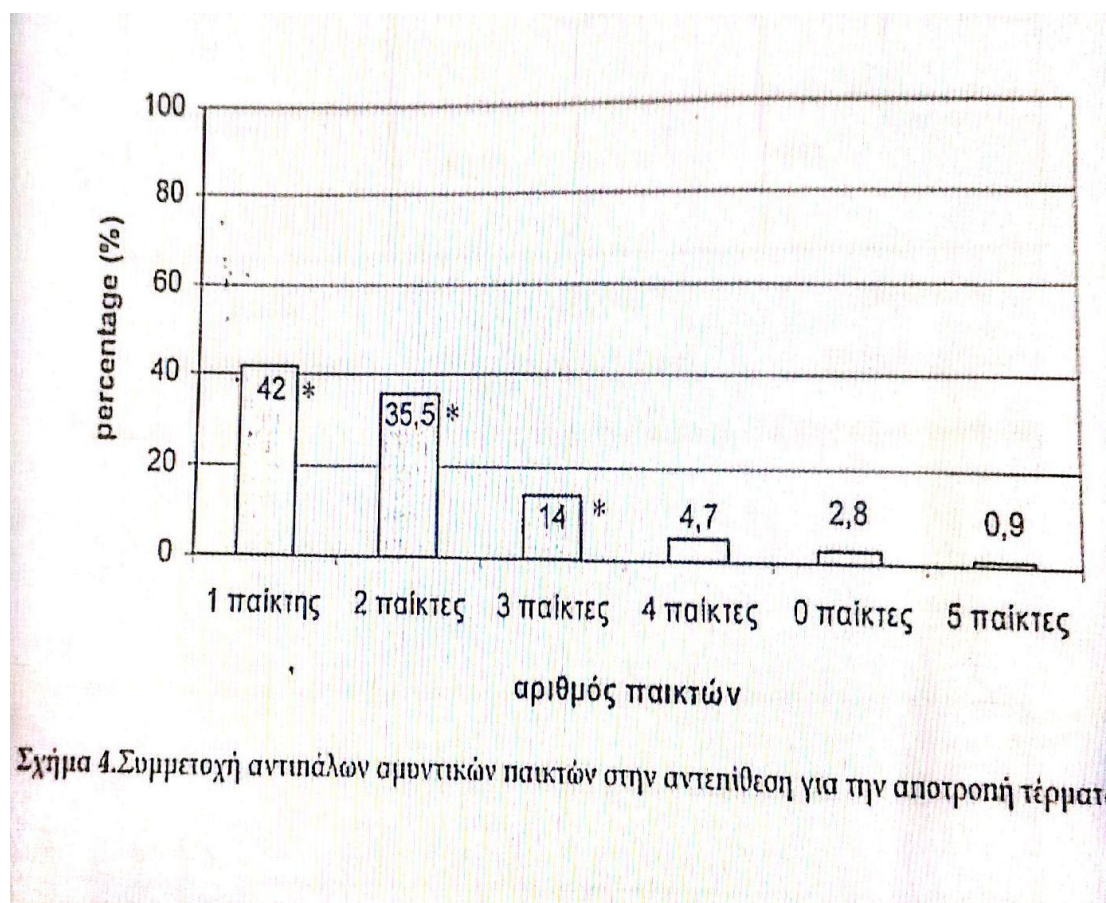
Από τη στατιστική ανάλυση παρουσιάστηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ του ποσοστού των αντεπιθέσεων που ξεκίνησαν από κλέψιμο (52,9%) και των ποσοστών των αντεπιθέσεων με λάθος πάσα (36,9% $\chi^2=5.11$ $p<0,5$) μεταβίβαση του τερματοφύλακα (7,9% $\chi^2=47.68$ $p<.001$) επιθετικό φάουλ (1,4% $\chi^2= 66.68$ $p<.001$) οφσάιντ (0,5% $\chi^2=69,96$ $p<.001$) και μετά από άουτ (0,5% $\chi^2 =69,96\%$ $p<.001$) . επίσης παρατηρήθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των

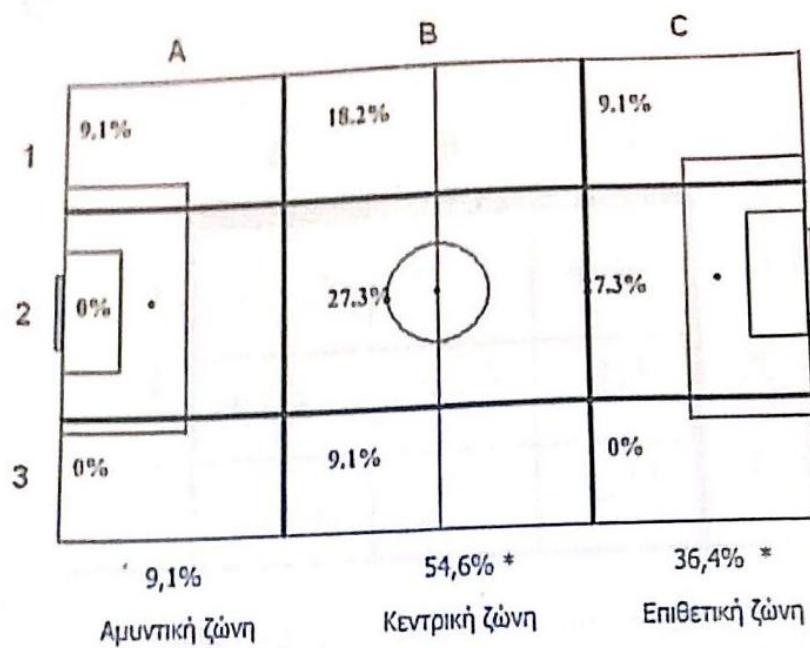
αντεπιθέσεων που ξεκίνησαν από λάθος μεταβίβαση (36,9%) και των αντεπιθέσεων που ξεκίνησαν από μεταβίβαση του τερματοφύλακα (7,9% $\chi^2=24,19$ $p<.001$) επιθετικό φάουλ (1,4% $\chi^2=41,05$ $p<.001$) άουτ (0,5% $\chi^2=43,57$, $p<.001$) οφσάιντ (0,5%, $\chi^2=43,57$, $p<.001$) εξετάζοντας τον αριθμό των επιθετικών παικτών που συμμετείχαν στην αντεπίθεση για την επίτευξη του τέρματος, βρέθηκε ότι το ποσοστό που αντιστοιχεί στις αντεπιθέσεις που πραγματοποιήθηκαν με 2 παίκτες το 35,5% , με τρεις παίκτες το 32,2%, με τέσσερις παίκτες το 17,3 %, με ένα επιθετικό παίκτη το 10,7% και τέλος με πέντε παίκτες το 4,2 % (Σχήμα 3) .



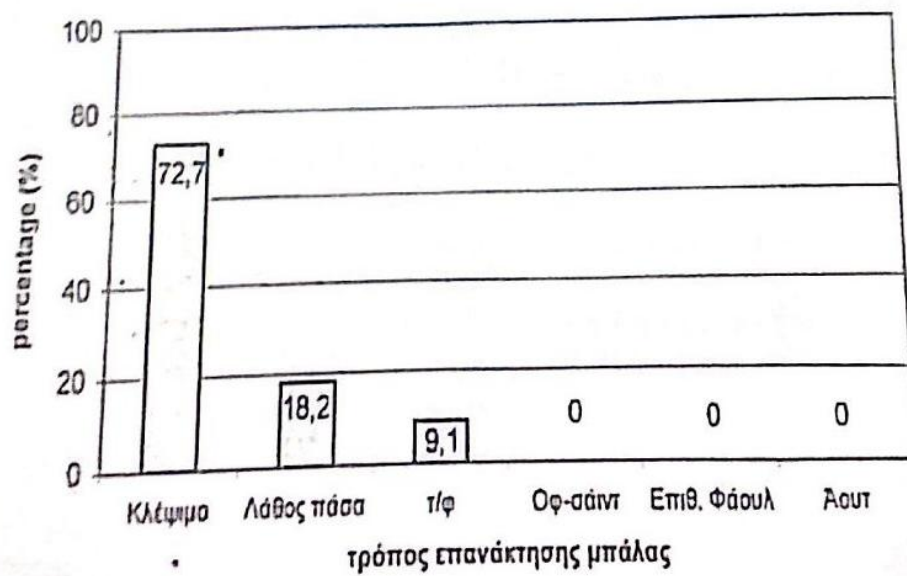
Σχήμα 3. Συμμετοχή επιθετικών παικτών στην αντεπίθεση για την επίτευξη τέρματος

Η στατιστική ανάλυση έδειξε ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των προσπαθειών που συμμετείχαν δύο και τρεις παίκτες με αυτές που συμμετείχαν τέσσερις παίκτες ($\chi^2=8,52$ $p<.01$, & $\chi^2= 6.01$ $p<.01$ αντίστοιχα) , ένας παίκτης ($\chi^2=17,31$ $p<.01$ & $\chi^2=13,79$ $p<.01$ αντίστοιχα) και πέντε παίκτες ($\chi^2=30.78$ $p<.01$ και $\chi^2=26.24$ $p<.01$ αντίστοιχα) . Δεν παρουσιάστηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των αντεπιθέσεων που συμμετείχαν δύο και τρεις επιθετικοί παίκτες (35.5% vs 32.3%).





Σχήμα 5. Επίτευξη τέρματος σε συνάρτηση με την περιοχή έναρξης της αντεπίθεσης.



Σχήμα 6. Επίτευξη τέρματος σε συνάρτηση με τον τρόπο έναρξης αντεπίθεσης.

	A	B	C	
3	0 *	0	9 % *	9 %
2	18.3 %	2.6 %	71 %	28 %
1	12.3 %	0	50.7 %	63 %

Σχήμα 7 Περιοχή της εστίας που κατέληξαν τα γκολ.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Από την ανάλυση του δείγματος καταγράφηκε ποσοστιαία η κατανομή του σημείου έναρξης των αντεπιθέσεων (Σχήμα 1). Παρατηρήθηκε έναρξη της αντεπίθεσης απο 3 ζώνες , οι οποίες ταυτίζονται με τους χώρους πραγματοποίησης pressing όπως αναφέρουν οι Νάρη και Αλεφαντή (2001). Πιο συγκεκριμένα το pressing εκτελείται στην επιθετική ζώνη , στο κέντρο του γηπέδου και στην αμυντική ζώνη. Βρέθηκε η κεντρική ζώνη να παρουσιάζει στατιστικάσημαντική διαφορά στη συχνότητα επανάκτησης της μπάλας σε σχέση με τις υπόλοιπες περιοχές, αμυντική και επιθετική. (σχήμα 1), όπως επίσης και στην επίτευξη του τέρματος (σχήμα 5). Όσον αφο'ρα τον τρόπο επανάκτησης της μπάλας κατά την έναρξη της αντεπίθεσης, η επεξεργασία δεδομένων έδειξε ότι το κλέψιμο της μπάλας είναι ο κυριότερος τρόπος έναρξης της αντεπίθεσης και ακολουθούν η λα'θος πάσα και η μεταβίβαση από τον τερματοφύλακα. (σχήμα 2). Ένα στοιχείο που μπορεί να δικαιολογήσει την εμφάνιση του κλεψίματος ως κυριότερο τρόπο επανάκτησης της μπάλας είναι ο ρόλος του αμυντικού μέσου (χαφ) στις σύγχρονες ομάδες. Πιο συγκεκριμένα η νέα αντίληψη για τη θέση του λίμπερο σύμφωνα με τον Πατσίδα (1999) μετατοπίστηκε μπροστά από τους αμυντικούς και μετονομάστηκε σε

αμυντικό μέσο. Η τάση έκανε την εμφάνισή της στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα το 1998 στη Γαλλία. Ο αμυντικός μέσος είναι ένας παίκτης που έχει κυριώς ανασταλτικά καθήκοντα αλλά και οργανωτικά και πρέπει να διαθέτει εξαιρετική φυσική κατάσταση (Λιάπης 1988). Η μετατόπιση ενός παίκτη με τέτοια χαρακτηριστικά μπορεί να δικαιολογήσει τα αποτελέσματα που δείχνουν την επανάκτηση της μπάλας με κλέψιμο κυρίως από την κεντρική περιοχή. Τέλος μπορούμε να επισημάνουμε την εξέλιξη του ρόλου των επιθετικών παικτών πρώτους αμυντικούς όταν η ομάδα αμύνεται, αλλά και γενικότερα τη βελτίωση των αμυντικών ικανοτήτων των παικτών ανεξαρτήτου θέσης (Πατσιδής 1999). Από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας φαίνεται να συμφωνούν όλοι οι συγγραφείς ότι το pressing είναι αποτελεσματικός τρόπος αμυντικής τακτικής και πρέπει να χρησιμοποιείται. (Παπαδημητρίου κ.α. 2001), αφού μέσω της ασφυκτικής πίεσης στον παίκτη που έχει στην κατοχή του την μπάλα με ταυτόχρονη μετατόπιση και άλλων παικτών στο συγκεκριμένο χώρο (Bangsbo & pietersen 2000) δίνει την δυνατότητα στην ομάδα να επανακτήσει την μπάλα και να πετύχει τέρμα. Αποτέλεσμα των παραπάνω ενεργειών είναι επίσης η κόπωση των αμυντικών παικτών αλλά και το ψυχολογικό πλεονέκτημα στους παίκτες της ομάδας που εκδηλώνει επίθεση (Harris & Reilly

1988) . Όσον αφορά τη συμμετοχή των παικτών, καταγράφηκε η συχνότητα των επιθετικών παικτών που συμμετείχαν ενεργά στην αντεπίθεση και των αντίπαλων αμυντικών. Η πλειοψηφία των αντεπιθέσεων πραγματοποιήθηκε με τη συμμετοχή δύο και τριών παικτών (σχήμα 3), ενώ ο αριθμός των αντίπαλων αμυντικών που δραστηριοποιήθηκαν για την αντιμετώπιση της αντεπίθεσης ήταν κυρίως ένα και δύο παίκτες (σχήμα 3). Ανάλογα τα αποτελέσματα, όσον αφορά τον αριθμό των παικτών βρήκε η Κωνσταντινίδου 2001. Από τα παραπάνω συμπεραίνουμε ότι η επίθεση τις περισσότερες φορές έχει το πλεονέκτημα γιατί βρίσκεται σε υπεραριθμία σε σχέση με την άμυνα. Τέλος εξετάσθηκε το σημείο εστίας όπου σημειώθηκαν τα τέρματα και τα οποία παρουσιάζονται στο σχήμα 7. Τα περισσότερα τέρματα επιτεύχθηκαν στην ψηλή ζώνη του τέρματος και αυτή η ζώνη παρουσίασε στατιστικά σημαντική διαφορά σε σχέση με τις άλλες 2. Οι Bonizzoni & Leali (1988) προτείνουν ως σωστή τακτική κατάληψη θέσης, την τοποθέτηση του τερματοφύλακα πάνω στη διχοτόμο που σχηματίζεται από την μπάλα ώστε να σημειωθεί η οπτική γωνία του επιθετικού. Επίσης οι περιπτώσεις τετ α τετ (1:1) προτείνουν την πτώση του τερματοφύλακα στα πόδια του επιθετικού. Από τα παραπάνω δικαιολογείται μεγάλο ποσοστό τερμάτων στο επάνω μέρος της εστίας αφού επιθετικοί παίκτες επέπλεξαν να πραγματοποιήσουν σουτ ψηλά

ώστε να αποφύγουν την απόκρουση του τερματοφύλακα ο οποίος είχε πραγματοποιήσει έξοδο και ίσως πτώση.

Μία από τις βασικότερες συνιστώσες της υψηλής ταχύτητας παιχνιδιού κατά την αντεπίθεση αποτελεί η σωστή μεταβίναση. Υψηλής ποιότητας μεταβίβαση ορίζεται εκείνη που διακρίνεται από τα χαρακτηριστικά ακριβείας, της δύναμης της απλότητας και της αποτελεσματικότητας της εφαρμογής αλλά και από τα τακτικά στοιχεία όπως της σωστής επιλογής, της αντίληψης του χώρου, της συνεργασίας και του συγχρονισμού των ποδοσφαιριστών που εμπλέκονται σε αυτήν. Η πλειοψηφία των λανθασμένων μεταβιβάσεων οφείλονται πέρα από την έλλειψη δεξιότητας του παίκτη που μεταβιβάζει και σ αυτόν που την υποδέχεται. (Wein 2004)

Οι επιτυχημένες μεταβιβάσεις είναι παράγοντες υψηλότερης επιθετικής απόδοσης, αλλά πολλές φορές δεν αποτελούν προϋπόθεση της νίκης στον αγώνα ή κατάκτησης τίτλου σε ένα σύνολο αγώνων. Ως παράδειγμα μπορεί να αναφερθεί η Εθνική ομάδα Ιταλίας η οποία κατέκτησε το παγκόσμιο πρωτάθλημα το 2006 έχοντας το χαμηλότερο ποσοστό επιτυχημένων κοντινών μεταβιβάσεων σε σύγκριση με τις ομάδες που αντιμετώπισε, αλλά υπερέτησε τεχνικοτακτικά στην αμυντική συμπεριφορά (Balyan 2007). Έτσι αποτυπώνεται το συμπέρασμα πως το παιχνίδι που βασίζεται σε συχνές εύστοχες

μεταβιβάσεις αποτελεί σημαντική παράμετρο υψηλού επιθετικού επιπέδου και θεμέλιο λίθο καλής κυκλοφορίας της μπάλας και κυριαρχίας στο παιχνίδι, αλλά δεν είναι μοναδική προϋπόθεση επιτυχής αγωνιστικής κατάληξης.

Η ελαχιστοποίηση των επαφών με την μπάλα παρέχει σημαντικό πλεονέκτημα στην επιτιθέμενη ομάδα αφού με τον τρόπο αυτό αποφεύγει την πίεση της αντιπάλου, δεν της δίνει τη δυνατότητα να αναλύσει γρήγορα τις τρέχουσες καταστάσεις στον αγωνιστικό χώρο και δημιουργεί άμεσα έλλειμμα στην αμυντική της ισορροπία. Η ικανότητα συνδιασμού επιτυχημένων μεταβιβάσεων και λίγων επαφών στην υποδοχή της μπάλας, με ταυτόχρονη κινητικότητα των υπολοίπων συμπαίκτων – ποδοσφαιριστών στον αγωνιστικό χώρο επιτυγχάνει τον ρυθμό και αυξάνει την ποιότητα του αγώνα. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν πως οι ποδοσφαιριστές των επαγγελματικών ομάδων χρησιμοποιούν στο παιχνίδι τις δύο επαφές της μπάλας περισσότερο, γεγονός που αποδεικνύει την ψηλότερη τεχνοτακτική τους συμπεριφορά. Σε μελέτη (του Lemoine 2005) που διερεύνησαν το παιχνίδι με μία επαφή της μπάλας, διαπίστωσαν πως παρέχει ταχύτητα, αποτελεσματικότητα και αξιοπιστία καθώς και ότι απαιτεί κανότητα πρόβλεψης της κίνησης των επιτιθέμενων σε ελεύθερους χώρους πριν τους αμυνόμενους. Επιπλέον αναφέρουν πως αυτό επιτυγχάνεται με

διατήρηση μικρών αποστάσεων μεταξύ των ποδοσφαιριστών, ενώ η απλότητα και η σαφής πληροφόρηση κατά τη διάρκεια του αγώνα είναι σημαντικοί παράγοντες επιτυχίας αυτού του τρόπου παιχνιδιού. Αυτό καταδεικνύει την αναγκαιότητα της επιθετικής αρχής της κινητικότητας σε συνδιασμό με την ομαδική και ατομική τακτική ικανότητα.

Αξιολογώντας τις ποδοσφαιρικές ομάδες όσον αφορά τις μεταβιβάσεις, ο Scoulding 2004 αναφέρεται στον χώρο στον οποίο πραγματοποιείται σε αυτές και διακρίνει τις πολύ καλές και μέτριες ομάδες, αφού οι τελευταίες έχουν την τάση να εκτελούν περισσότερες μεταβιβάσεις μπροστά από την αμυντική τους περιοχή, κοντά στην κεντρική γραμμή του γηπέδου. Σημαντική διαπίστωση του James 2002, είναι πως οι Ευρωπαϊκές ομάδες σε σχέση με τις Βρετανικές δαπανούν περισσότερο χρόνο στον αγώνα μπροστά από την άμυνά τους για να ξεκινήσουν το επιθετικό τους παιχνίδι, ενώ υπάρχει διαφορά και στην πλευρά ανάπτυξης των επιθετικών προσπαθειών των Βρετανικών ομάδων από την δεξιά πλευρά σε σχέση με τις Ευρωπαϊκές. Σε μελέτη του Taylor (2005) παρατηρήθηκε ότι γενικά υπάρχει μία τάση εκδήλωσης επιθετικού παιχνιδιού από την δεξιά πλευρά του γηπέδου και αντίθετα μία ανάλογη αμυντική αδυναμία από την αριστερή, στοιχείο που διαπιστώνεται και στην ατομική τακτική των ποδοσφαιριστών και παίζει σπουδαίο ρόλο στην στρατηγική που πρέπει να εφαρμοστεί που

θα τροποποιήσει την τεχνικοτακτική συμπεριφορά.

Ο υψηλός ρυθμός παιχνιδιού απαιτεί εφαρμογή της δεξιότητας της μεταβίβασης ανεξάρτητα από τη θέση που αγωνίζονται οι ποδοσφαιριστές, όπως οι κεντρικοί αμυντικοί, οι επιθετικοί και ο τερματοφύλακας, που συμμετέχουν ολοένα και περισσότερο στο επιθετικό παιχνίδι στο σύγχρονο ποδόσφαιρο.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Μπορούμε να πούμε ότι η πλειοψηφία των τερμάτων που επιτεύχθηκαν κατά την αντεπίθεση δημιουργήθηκαν μετά από εφαρμογή πίεσης (pressing) στην αντίπαλη ομάδα καθώς και γρήγορης μεταβίβασης με μικρό αριθμό επαφών. Η πίεση αυτή οδήγησε τελικά σε επανάκτηση της μπάλας με κλέψιμο είτε στην περιοχή του κέντρου είτε μπροστά από την εστία του αντιπάλου, με τη συμμετοχή κυρίως δύο ή τριών επιθετικών και αντίστοιχα ενός ή δύο αμυντικών οι οποίοι προσπάθησαν να ανακόψουν την επιθετική προσπάθεια των αντιπάλων.

Προκειμένου να δημιουργηθούν περισσότερες προϋποθέσεις επανάκτησης της μπάλας και πιθανότητα εκδήλωσης αντεπίθεσης, οι

προπονητές θα πρέπει να επικεντρωθούν στη βελτίωση της ομαδικής αμυντικής τακτικής και φυσικής κατάστασης (ειδική αντοχή) ώστε να μπορούν οι παίκτες να πραγματοποιήσουν αποτελεσματικότερο pressing και για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Επίσης η γρήγορη εναλλαγή από την άμυνα στην επίθεση και η επιθετική συνεργασία μεταξύ των παικτών θα πρέπει να αποτελέσουν στοιχεία προς βελτίωση για μεγαλύτερες πιθανότητες επίτευξης του τέρματος. Η λεπτομερέστερη μελέτη της τελικής προσπάθειας των αντεπιθέσεων (είδος σουτ, περιοχή πραγματοποίησης, κατάληξη σουτ, χρονική στιγμή κ.α.) θα έδινε σημαντικές πληροφορίες και μπορεί να αποτελέσει αντικείμενο μελλοντικής έρευνας.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Αρματάς Β., Αμπάτης Δ., Γιαννάκος Α. (2005) σύγκριση της αποτελεσματικότητας μεταξύ των αντεπιθέσεων και των οργανωμένων επιθέσεων στο πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα συλλόγων της περιόδου 2002-2003. *1^ο Διεθνές Επιστημονικό Συνέδριο Ποδοσφαίρου 8-10 Απριλίου, Τρίκαλα*

Bangsbo Jens (1994) Προπόνηση φυσικής κατάστασης στο ποδόσφαιρο- μία επιστημονική προσέγγιση . Μετάφραση και επιστημονική επιμέλεια Κων/νος Μανδρούκας σελ.62,77

Bergier Jozef , Soroka Andrzej and Buraczwski Tomasz (2007_ analysis of actions ended with shots at goal in Women's European Football Championships *Journal of Spots Science and Medicine, suppl. 10,199-209*

Brown Redwood Athalie (2008) Passing patterns before and after goal scoring in FA Premier League Soccer *international Journal of Performance Analysis in Sport Volume 8, number 3 , pp 172-182 (11)*

Hughes Mike and Maloney Craig (2007). A technical analysis of elite male soccer players by position and success. *Journal of Sports Science and Medicine, suppl. 10*

James N., Mellalieu S.D. , Hollely C. (2002) analysis of strategies in soccer as a function of European and dosmetic competition. *International Journal of Perfomance Analysis in Sport* , volume 2, number 1,15pp 85-103(19)

Jones P.D., James N., Mellalieu S.D. (2004) Possession as a performance indicator in soccer. *International Journal of Perfomance Analysis in Sport, volume 4, number 1, pp98-105*

Konstadinidou Xanthi, Tsigilis Nikolaos (2005) Offensive playing profiles of football teams from the 1999 Women's World Cup Finals. *International Journal of Perfomance Analysis in Sport, volume 5 number 1, pp 61-71*

Lemoine , A. Jullien , H.Ahmaidi S. (2005) . Technical and tactical analysis of one touch playing in soccer. Study of the production of information . *International Journal of Performance Analysis in Sport volume 5, number 1, pp 83-103*

Les Reed (2004), basic team coaching pp36 edition FA Learning Ltd, Manchester.

Luhtanen P., Belinskij A., Hayrinen M., Vanttitwn T. (2001) a competitive tournament analysis between the EURO 1996 and 2000 in soccer. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, volume 1 number 1 pp 74-82.

Martinez Luis Casais and Ballasteros Joawuin Lago (2007) . Analysis of offensive playing patterns in soccer. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, suppl.10

Merce Juan, Garcia Ramon, Pardo Alberto, Gallach Jose Enrique, Mundina Jose Javier and Gonzalez Luis Millan (2007) Analysis of technical tactital paraments in young soccer players. *Journal of Performance of Sports Science and Medicine*, suppl 10 pp8

Shestakov Mikhail, Kosilova Nadegda Talalaevev Andrey, Zasensko Nina, Zubkova Anna and Averkin Alexey (2007) Intelligent system of tactics analysis in a soccer team. *Journal of Performance of Sports Science and Medicine*, suppl .10, pp18

Bansbo, J., & Pietersen B. (2000) *Soccer systems and strategies*.

Bonizzoni, L., & Leali G.(1988) Il portiere. Roma Societa Stama Sportiva.

Dip, C. Reilly, T., Atkinson G., & Coldwells A., (1993) Analysis of the works rates and heat rates if association with football referees. *British Journal of Sport Medicine*. 27, 193-196

Δόκας Α., Μιχαηλίδης, Χ. Προπονητική και Τακτική Ποδοσφαίρου, Θεσσαλονίκη, εκδόσεις Μπουσνάκη.

Κωνσταντινίδου, Ξ. (2001). Το προφίλ των κορυφαίων γυναικείων προδοσφαιρικών ομάδων και η αξιολόγηση της επιθετικής τους τακτικήςστο παγκόσμιο κύπελο γυναικών ΗΠΑ 1999. Μεταπτυχιακή διατριβή Τ.Ε.Φ.Α.Α. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονικής.

Νάρη Β., & Αλεφαντής Σ., (2001) Άμυνα ζώνης ποδοσφαίρου. Μεθοολογία και διδακτική. Αθληνα :Αθλότυπο.

Πατσίδης {.(1999). Η τακτική και τα σύγχρονα συστήματα. Θεσσαλονίκη, Tipoffset.

Β. Αρματάς κ.α. / Αναζητήσεις στην Φ.Α. & τον αθλητισμό
3(2005)187-195