

Χειροσφαίριση

1. Ιστορικές ρίζες

«Τα παιχνίδια χειρό-σφαιρας» (Hand-ball) έχουν μια ιστορική παράδοση που φτάνει ως και την ελληνική αρχαιότητα, τότε που αντικείμενα σε σχήμα μπάλας κρατούνταν ή προωθούνταν με τα χέρια.

Στο Μεσαίωνα υπήρχαν μπάλες διακοσμημένες με κουδουνάκια ή ιμάντες και παίζονταν με τα χέρια. Τέτοιου είδους παιχνίδια και όταν φυσικά το επέτρεπε ο καιρός, αποτελούσαν αγαπημένη δραστηριότητα ελεύθερου χρόνου.

Τα παιχνίδια αυτά παρουσιάζουν λίγες μόνο ομοιότητες με τη σύγχρονη Χειροσφαίριση. Ουσιαστικό πρόδρομό της αποτέλεσαν παιχνίδια, σύμφωνα με τα οποία δύο ομάδες διαγωνίζονταν για την κατοχή της μπάλας. Ένα τέτοιο παιχνίδι ήταν, για παράδειγμα, το «Rallball» που παίζονταν με μια μπάλα διαμέτρου 10 εκατοστών. Οι παίκτες της μιας ομάδας προσπαθούσαν να αποσπάσουν τη μπάλα από τους παίκτες της αντίπαλης ομάδας, κερδίζοντας με τον τρόπο αυτό πόντους. Στη συνέχεια αναπτύχθηκε το «Torballspiel», που παρουσιάζει μια ομοιότητα με τη σύγχρονη Χειροσφαίριση, επειδή παιζόταν σε περιορισμένο πεδίο με τέρματα. Βασικός κανονισμός ήταν ότι ο παίκτης δεν επιτρεπόταν να τρέξει όταν είχε τη μπάλα στην κατοχή του. Σκοπός του παιχνιδιού ήταν η ρίψη της μπάλας στο τέρμα της αντίπαλης ομάδας.

2. Η ανάπτυξη της σύγχρονης Χειροσφαίρισης

Η Χειροσφαίριση δημιουργήθηκε το 1898 στη Δανία. Ονομαζόταν «Handbold» και παιζόταν σε γήπεδο μεγέθους 30 μ. x 45 μ. Μπροστά από την εστία υπήρχε μια περιοχή, στην οποία δεν επιτρεπόταν να περάσουν οι παίκτες. Κάθε ομάδα αποτελούνταν από 11 παίκτες.

Η ουσιαστική γένεση της σύγχρονης Χειροσφαίρισης έγινε στις 29 Οκτωβρίου του 1917. Ο Max Heiser, γυμναστής γυναικείων τμημάτων υψηλού επιπέδου στο Βερολίνο, ήταν προσκεκλημένος στη συνεδρίαση της επιτροπής για τη γυμναστική των γυναικών και των κοριτσιών, για να συζητηθούν οι κανονισμοί για το «Torball». Το θέμα της συζήτησης αφορούσε τροποποιήσεις που θα έκαναν το παιχνίδι πιο ενδιαφέρον για τις γυναίκες. Βάση των αλλαγών ήταν το σκεπτικό που επικρατούσε το 1917. Με σλόγκαν «οι γυναίκες δε μάχονται, οι γυναίκες δεν κλωτσούν» αποφασίστηκε ότι στο

εξής δε θα επιτρεπόταν στις γυναίκες να αγωνίζονται για τη μπάλα. Έτσι απαγορεύτηκε κάθε μορφή μονομαχίας για τις γυναίκες.

Αναφορικά με τους κανονισμούς:

- Μέγεθος γηπέδου 20 μ. x 40 μ.
- Μέγεθος εστίας 2.50 μ. x 2 μ.
- Περιφέρεια μπάλας 70-71 εκ.
- Κράτημα μπάλας για το πολύ πέντε δευτερόλεπτα
- Το τρέξιμο με τη μπάλα δεν επιτρεπόταν.

Από εκείνο το σημείο κι έπειτα, το «Torball» ονομάστηκε «Χειροσφαίριση» (Handball). Εξαιτίας της μικρής ελκυστικότητας του αθλήματος, ο Carl Schelenz, ο μετέπειτα προπονητής της εθνικής ομάδας των ανδρών, ανέπτυξε το 1920 νέους κανονισμούς για την Χειροσφαίριση ανδρών. Ανάδοχοι ήταν κάποιοι κανονισμοί από το ήδη δημοφιλές άθλημα του ποδοσφαίρου.

Μερικοί κανονισμοί:

- Μέγεθος γηπέδου 60 μ. x 110 μ.
- Περιοχή εστίας 11 μ.
- Μέγεθος εστίας 2.44 μ. x 7.32 μ.
- Μέγεθος ομάδας 11 παίκτες
- Μέγεθος μπάλας 60 εκ.
- Εισαγωγή του κανονισμού των τριών βημάτων (μετά από το τρίτο βήμα έπρεπε η μπάλα να παιχτεί)
- Κανονισμοί οφφ-σάιντ.

Παράλληλα με τη Χειροσφαίριση των ανδρών, υπήρχε κι η Χειροσφαίριση των γυναικών σε μικρότερο γήπεδο. Παρόλα αυτά, η ανάπτυξη της Χειροσφαίρισης συνολικά, συνδέθηκε με την Χειροσφαίριση των ανδρών. Το 1921 διοργανώθηκαν τα πρώτα γερμανικά πρωταθλήματα. Στη δεκαετία του '20 το άθλημα σημείωσε μια σαφή άνοδο. Το 1929 υπήρχαν στη Γερμανία ήδη 8.100 ομάδες.

Τη 13^η Σεπτεμβρίου 1925 διεξήχθη στη σάλα το πρώτο διακρατικό παιχνίδι ανδρών μεταξύ Γερμανίας – Αυστρίας. Η γερμανική ομάδα έχασε τον αγώνα με 3 : 6 τέρματα, γεγονός που καταγράφεται ως η μία από τις πέντε ήττες της Γερμανίας στα 125 διακρατικά παιχνίδια εναντίον της Αυστρίας ως το 1970. Το 1925 η διεθνής επιτροπή όρισε υποχρεωτικούς τους γερμανικούς κανονισμούς για όλα τα έθνη που εξασκούσαν το άθλημα της Χειροσφαίρισης.

Το 1928, με την ευκαιρία των Ολυμπιακών Αγώνων στο Άμστερνταμ, ιδρύθηκε η «Διεθνής Ομοσπονδία Ερασιτεχνικής Χειροσφαίρισης (IAHF)», μια οργάνωση που περιλάμβανε και χώρες που εξασκούσαν το άθλημα, ακόμη κι υπερατλαντικά. Έτσι, ήταν σχεδόν αναγκαίο το γεγονός ότι η Χειροσφαίριση ανοικτού χώρου/σε κλοσάππα, το 1933 συμπεριλήφθηκε στο ολυμπιακό πρόγραμμα. Ήταν όμως η μοναδική φορά που αυτού του είδους η Χειροσφαίριση αποτέλεσε ολυμπιακό άθλημα. Το 1936 η Γερμανία νίκησε στον τελικό ενάντια στην Αυστρία και κέρδισε το χρυσό μετάλλιο. Το χρονικό διάστημα μεταξύ 1936 και 1939, τότε που ξέσπασε ο Β' Παγκόσμιος Πόλεμος, είναι η περίοδος της μεγάλης δόξας της γερμανικής Χειροσφαίρισης. Πέρα από την απόκτηση του χρυσού μεταλλίου, η Γερμανία χρίστηκε παγκόσμια πρωταθλήτρια στη Χειροσφαίριση ανοικτού χώρου τόσο σε κανονικό, όσο και σε μικρό γήπεδο (γήπεδο με διαστάσεις mini Handball).

3. Σκανδιναβική Χειροσφαίριση

Οι σκανδιναβικές χώρες άσκησαν μεγάλη και σημαντική επίδραση στην ανάπτυξη της χειροσφαίρισης. Εξαιτίας των κλιματικών συνθηκών, οι δυνατότητες για χειροσφαίριση σε ανοικτό χώρο ήταν πολύ περιορισμένες. Στα πλαίσια της διαδικασίας αναζήτησης λύσεων διατυπώθηκαν κάποιες ενδιαφέρουσες ιδέες. Το παιχνίδι θα διεξαγόταν σε επιστεγασμένους χώρους, που είχαν κατασκευαστεί κυρίως για ποδόσφαιρο. Το πρόβλημα ήταν ότι υπήρχαν μόνο λίγοι τέτοιοι επιστεγασμένοι, σε μέγεθος ποδοσφαιρικού γηπέδου χώροι και δεν επαρκούσαν για τα παιχνίδια της χειροσφαίρισης. Τη λύση του προβλήματος έδωσε ο συλλογισμός ότι θα έπρεπε να δημιουργηθούν μικρότερα γήπεδα και να αλλαχθούν οι συνθήκες του παιχνιδιού. Το γεγονός αυτό έπαιξε καθοριστικό ρόλο στην ανάπτυξη της σύγχρονης χειροσφαίρισης. Με την απεξάρτηση του παιχνιδιού από τις καιρικές συνθήκες και την αλλαγή των τεχνικο-τακτικών στοιχείων, «γεννήθηκε» ένα παιχνίδι, το οποίο με κάποιες τροποποιήσεις στους κανονισμούς συνεχίζει να υπάρχει· πρόκειται για τη «χειροσφαίριση σάλας».

Ποια ήταν τα στοιχεία εκείνα που μετέτρεψαν αυτό το παιχνίδι σε «Βασιλιά» της Χειροσφαίρισης;

- Η ταχύτητα αποτέλεσε μεγάλο πλεονέκτημα.
- Οι φάσεις του παιχνιδιού έγιναν πιο εντυπωσιακές κυρίως λόγω των τεχνικών που αναπτύχθηκαν.
- Υπήρξαν πολλές νέες απρόσμενες εξελίξεις.

Σε σταθερό δάπεδο, χωρίς την επιρροή του ανέμου, της βροχής ή του ήλιου, με μια στεγνή μπάλα που εύκολα μπορούσε κανείς να πιάσει, από τεχνικο-τακτική άποψη ήταν πλέον σχεδόν όλα δυνατά. Ομάδες που πρωτοπόρησαν σ' αυτό το παιχνίδι, ήταν η

Δανία κι η Σουηδία γεγονός που δεν επηρεάστηκε από την ανάπτυξη του αθλήματος αφού ως και σήμερα οι Σκανδιναβοί αποτελούν μεγάλες δυνάμεις της χειροσφαίρισης.

4. Η Χειροσφαίριση μετά το Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο

Από το 1939 ως το 1949 η Γερμανία δε συμμετείχε ενεργά στο άθλημα. Παρά το γεγονός ότι η γερμανική Χειροσφαίριση συνέβαλε σημαντικά σε διεθνές επίπεδο, σύμφωνα με σύσταση της «Διεθνούς Ομοσπονδίας Χειροσφαίρισης (IHF)» στις 12 Ιουλίου του 1946 στην Κοπεγχάγη, η Γερμανία παρέμεινε ως το 1950 εκτός της IHF.

Την 1^η Οκτωβρίου 1949 ιδρύθηκε στην Ομοσπονδιακή Δημοκρατία της Γερμανίας η «Γερμανική Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης» (DHB). Παράλληλα, στην Ανατολική Γερμανία ιδρύθηκε μια αντίστοιχη οργάνωση. Παρά τις επιτυχίες της Ανατολικής Γερμανίας σε αυτό το άθλημα, εξαιτίας των πολιτικών δεδομένων, δίνεται μεγαλύτερη βαρύτητα στην ανάπτυξη της Χειροσφαίρισης στην Ομοσπονδιακή Δημοκρατία. Σε άλλη περίπτωση θα ήταν σκόπιμο να αναφερθούν οι αναπτυξιακές τάσεις της Χειροσφαίρισης στην Ανατολική Γερμανία.

Πρώτος Πρόεδρος της DHB ήταν ο Willi Daume. Το ενδιαφέρον για το άθλημα εστιάζόταν, όπως παλιότερα, στη χειροσφαίριση ανοικτού χώρου. Το πρώτο διακρατικό πρωτάθλημα διεξήχθη το 1951. Εκείνη την εποχή το παιχνίδι της Χειροσφαίρισης ανοικτού χώρου υστερούσε πολύ σε επίπεδο τακτικής. Ενώ οι αθλητικές προϋποθέσεις βελτιώνονταν διαρκώς, τα τακτικά μέσα αποτελούσαν τροχοπέδη στην εξέλιξή του. Το παιχνίδι χαρακτηριζόταν από ένα «τσιμεντένιο σύστημα», όπως χαρακτηριστικά το αποκαλούσαν. Όλοι οι παίκτες ήταν ταυτόχρονα επιθετικοί κι αμυντικοί, έτσι που μπροστά από την περιοχή του τέρματος στην αμυντική ζώνη δημιουργούνταν ένα απροσπέλαστο τείχος από παίκτες, που πολύ δύσκολα μπορούσε κανείς να «σπάσει». Αναμενόμενη ήταν, λοιπόν, η τροποποίηση των κανονισμών, αφού αυτό το άκαμπο σύστημα δεν παρουσίαζε ιδιαίτερο ενδιαφέρον ως θέαμα.

Τι αλλαγές έγιναν;

1. Το γήπεδο χωρίστηκε σε τρεις ζώνες.
 2. Σε κάθε ζώνη επιτρεπόταν να βρίσκονται μόνο έξι παίκτες από κάθε ομάδα.
- Αυτή η τροποποίηση των κανονισμών έδωσε μια νέα ώθηση στη χειροσφαίριση ανοικτού χώρου. Σε αυτό το άθλημα οι Γερμανοί σημείωναν μεγάλες επιτυχίες και διεθνείς διακρίσεις. Η διαρκής υπεροχή και η εσωστρέφεια αποτέλεσαν αιτία μείωσης του ενδιαφέροντος των θεατών εντός κι εκτός της χώρας και τελικά το άθλημα ατόνησε οριστικά.

Το 1966 διεξήχθη το τελευταίο διεθνές πρωτάθλημα χειροσφαίρισης ανοικτού χώρου στην Αυστρία, σύμφωνα με τα αποτελέσματα του οποίου για μια ακόμη φορά επιβεβαιωνόταν ο χαρακτηρισμός της Γερμανίας ως αιώνιας πρωταθλήτριας. Στο εξής η Γερμανική Ομοσπονδία συνέχισε να εστιάζει εξίσου στη χειροσφαίριση ανοικτού χώρου και σάλας, ενώ τα άλλα έθνη, και κυρίως οι χώρες του ανατολικού μπλοκ, έδιναν μεγαλύτερη έμφαση στη χειροσφαίριση σάλας.

Εκείνο τον καιρό, οι γυναίκες είχαν ήδη συμμετάσχει στο τρίτο τους Παγκόσμιο Πρωτάθλημα χειροσφαίρισης σάλας κι οι άνδρες προετοιμάζονταν για το πέμπτο τους Παγκόσμιο Πρωτάθλημα. Παρόλο που η Γερμανική Ομοσπονδία κατέβαλε προσπάθειες, κυρίως με κάποιες δυτικοευρωπαϊκές χώρες, να παραμείνει η χειροσφαίριση ανοικτού χώρου διεθνές άθλημα, αναγκάστηκε να υποκύψει στις σύγχρονες εξελίξεις. Στο συνέδριο της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής που διεξήχθη το 1965 στη Μαδρίτη, αναγορεύτηκε η χειροσφαίριση σάλας ολυμπιακό άθλημα και συμπεριλήφθηκε στο πρόγραμμα των 20^{ου} Ολυμπιακών Αγώνων του 1972 στο Μόναχο. Ολυμπιονίκης στέφθηκε η Γιουγκοσλαβία που εφάρμοσε μια νέα αμυντική τακτική, εμπνευστής της οποίας ήταν ο Γιουγκοσλάβος Vlado Stenzel. Η τακτική αυτή χαρακτηριζόταν από ένα νέο σύστημα άμυνας, τον αμυντικό σχηματισμό 3:2:1, που ακόμη και σήμερα ανήκει στις βασικές μορφές άμυνας.

Στις 5 Φεβρουαρίου 1978 στην Κοπεγχάγη, η Γερμανία με προπονητή τον Stenzel κατάφερε να νικήσει την Ε.Σ.Σ.Δ. και να στεφτεί παγκόσμια πρωταθλήτρια.

5. Η γερμανική χειροσφαίριση σήμερα

Τα τελευταία χρόνια παρατηρήθηκε μεγάλη κάμψη της γερμανικής χειροσφαίρισης. Οι αιτίες ποικίλουν:

- Αυξήθηκαν οι επιλογές σε αθλήματα, κυρίως με την προσθήκη των αμερικάνικων αθλημάτων.
- Οι γερμανοί παίκτες κι η γερμανική εθνική ομάδα δεν εκλαμβάνονται πλέον ως πρότυπα, όπως συνηθίζοταν παλιότερα.
- Το πρωτάθλημα χειροσφαίρισης κατακλύζεται από αλλοδαπούς παίκτες με υψηλές οικονομικές αξιώσεις και τείνει να προσομοιαστεί με μια αρένα τσίρκο, στην οποία το παιχνίδι επενδύεται με καλλιτεχνικά εμβόλιμα.
- Έτσι, από τους θεατές λείπει η δυνατότητα ταύτισης με μεγάλους ομογενείς παίκτες. Το γεγονός αυτό, όπως εξάλλου διαπιστώνεται σε αθλήματα όπου οι θεατές ταυτίζονται με τους παίκτες, θα αποτελούσε σημαντική πηγή παρακίνησης.
- Οι χώροι κίνησης για τα παιδιά δεν περιορίζονται μόνο από άλλα αθλήματα, αλλά κι από διάφορες δραστηριότητες. Κυρίως τα κέντρα δραστηριοτήτων με μπάλα προσφέρουν στους νέους και τα παιδιά πολλά αθλητικά προγράμματα.

Τα κέντρα εκμάθησης χειροσφαίρισης βρίσκονται συνήθως σε μικρές κοινότητες, επειδή εκεί η προσφορά σε άλλες δραστηριότητες δεν είναι τόσο μεγάλη. Το γεγονός ότι η χειροσφαίριση δεν είναι πλέον δημοφιλής, στοίχισε στη Γερμανική Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης και την κινητοποίησε να λάβει μέτρα. Με το σύνθημα «και πάλι περισσότερη χειροσφαίριση για όλους» μια σειρά από μέτρα στοχεύουν στην αναζωογόνηση της «βιομηχανίας» της χειροσφαίρισης.

6. Η ελληνική χειροσφαίριση¹

Η Ελληνική Χειροσφαίριση ξεκίνησε ανεπίσημα το 1977, στο Αμύνταιο. Η περιοχή αυτή είχε την δυνατότητα να βλέπει στην τηλεόραση αγώνες Χειροσφαίρισης από την γειτονική τότε Γιουγκοσλαβία, και οι τότε καθηγητές Κοτζαμανίδης Χρήστος και Ζάκας Αθανάσιος, διοργάνωσαν το 1ο τουρνουά Χειροσφαίρισης με συμμετοχή αντρικών και γυναικείων ομάδων. Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ. ήταν η ομοσπονδία που φιλοξένησε τις πρώτες ομάδες μέχρι το 1979 που ιδρύθηκε η Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης Ελλάδος. (Ο.Χ.Ε.). Οι πόλεις που δραστηριοποιήθηκαν στα πρώτα βήματα της Χειροσφαίρισης ήταν το Αμύνταιο, η Κοζάνη, η Αθήνα, η Σαλαμίνα, οι Σέρρες, η Θεσσαλονίκη, η Δράμα, η Κατερίνη, και στην συνέχεια αναπτύχθηκε σε όλη την Ελλάδα.

Στους άντρες από το 1979 μέχρι το 1995 τα πρωταθλήματα μοιράζονται ο Ιωνικός Φιλαδέλφειας, και ο Φίλιππος Βεροίας. Στη συνέχεια Γ.Ε.Βεροίας, Α.Σ.Ε.Δούκας, Πανελλήνιος Γ.Σ. είναι οι ομάδες που πρωταγωνιστούν.

Το 1982 έκανε την εμφάνισή της επίσημα η Γυναικεία Χειροσφαίριση. Τέσσερις ομάδες ουσιαστικά κατέλαβαν όλα τα πρωταθλήματα. Τα πρώτα χρόνια ο Άρης Νικαίας (4 πρωταθλήματα), ο Αθηναϊκός (2), η Γ.Ε. Βεροίας (6), και από το 1994 η Αναγέννηση Άρτας κατακτά όλα τα πρωταθλήματα μέχρι και το 2006. Την περίοδο 2006-2007 την κυριαρχία της Άρτας σπάζει η Πάτρα που κατακτά το 1^ο της πρωτάθλημα την περίοδο 2006-07.

Τα τελευταία χρόνια η Ελληνική Χειροσφαίριση παρουσίασε ραγδαία ανάπτυξη με αποκορύφωμα την κατάκτηση της 6^{ης} θέσης στην Ολυμπιάδα του 2004 στην Αθήνα και της 6^{ης} θέσης στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα της Τυνησίας.

Ο Πανελλήνιος Γ.Σ. και η Αναγέννηση Άρτας στις γυναίκες έχουν προκριθεί σε όμιλο του champions league, ενώ ο Φίλιππος Βεροίας έχει παίξει το 2003 στον τελικό του challenge cup.

Σήμερα η Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης Ελλάδος με περισσότερα από 140 σωματεία στη δύναμή της προσπαθεί να δημιουργήσει τέτοιες συνθήκες ώστε η Ελληνική Χειροσφαίριση να συνεχίσει την ανοδική της πορεία.

¹ Σημείωση του επιμελητή της έκδοσης. Τα στοιχεία που αφορούν την ελληνική χειροσφαίριση προστέθηκαν από την επιστημονική ομάδα της ελληνικής έκδοσης του βιβλίου.

Χειροσφαίριση ανοικτού χώρου

Το «παλιό» παιχνίδι με τους «παλιούς» κανονισμούς

- Διαχωρισμός σε τρεις ζώνες
- 11 παίκτες σε κάθε ομάδα
- Κανονισμός βημάτων σύμφωνα με το παλιό πρότυπο.

Έτσι, εν τω μεταξύ, σε μερικά ομόσπονδα κρατίδια καθιερώνεται και πάλι μια σεζόν χειροσφαίρισης σε χλοοτάπητα, η οποία υποστηρίζεται κυρίως από ομάδες χαμηλότερης και μέσης αθλητικής δυναμικής. Παράλληλα, μεγάλο ενδιαφέρον παρουσιάζουν τα θερινά τουρνουά.

6+1 παίζουν χειροσφαίριση ανοικτού χώρου

Οι κανονισμοί

- Το μεγάλο γήπεδο χωρίζεται σε τρία μέρη.
- Η εστία περιορίζεται στα 5 μ. x 2 μ.
- Ο αριθμός των παικτών για κάθε ομάδα συνίσταται σε έξι παίκτες γηπέδου κι έναν τερματοφύλακα.
- Το παιχνίδι παίζεται σύμφωνα με τους κανονισμούς της χειροσφαίρισης σάλας.
- Επιτρέπεται να πιάσει ή να ντριμπλάρει κανείς κάποιες φορές τη μπάλα, ενώ βρίσκεται σε στάση ή τρέχει.
- Επιτρέπονται μικτές ομάδες.

Ομάδα-στόχο αποτελούν, κυρίως, οι νέοι κι οι γονείς τους που συνδράμουν στην ενθάρρυνση και την παρακίνησή τους.

Παράκτια Χειροσφαίριση

Πρόκειται για μια παραλλαγή ανάλογη με την παράκτια πετοσφαίριση.

Οι κανονισμοί

- Απαιτείται ένας χώρος καλυμμένος με άμμο σε διαστάσεις 27 μ. x 12 μ.
- Το παιχνίδι διεξάγεται σε μια επιφάνεια 15 μ. x 12 μ.
- Η υπόλοιπη επιφάνεια καλύπτεται από τις εστίες.
- Ο αγώνας διαρκεί 2 x 15 λεπτά.
- Κάθε ομάδα αποτελείται από τρεις παίκτες γηπέδου κι έναν τερματοφύλακα.
- Παίζονται δύο ημίχρονα· το τελικό σκορ του καθενός καταδεικνύει το νικητή του ημιχρόνου.

- Στην περίπτωση που κάθε ομάδα κερδίσει ένα ημίχρονο, ο νικητής κρίνεται από την έκβαση μιας πεντάλεπτης παράτασης.
- Εάν και πάλι υπάρξει ισοπαλία, ο αγώνας κρίνεται στα πέναλτι. Στην περίπτωση αυτή, ένας παίκτης εκτελεί το πέναλτι κι ο τερματοφύλακας της αμυνόμενης ομάδας έχει το δικαίωμα να βγει έξω από το χώρο της εστίας, με σκοπό να πιάσει ή να αποκρούσει τη μπάλα. Επιτρέπεται, επίσης, ο τερματοφύλακας της επιτιθέμενης ομάδας να ρίξει τη μπάλα κατευθείαν στο τέρμα της αντίπαλης ομάδας.
- Το τέρμα που σημειώνεται από το τερματοφύλακα μετρά για δύο πόντους, όπως και το τέρμα που επιτυγχάνεται με φόλοου.

Βιβλιογραφία

Hattig, P., Hattig, F. (1988): Handball. Niederhausen.

Oppermann, H. P. (1990): Handball. Niederhausen.

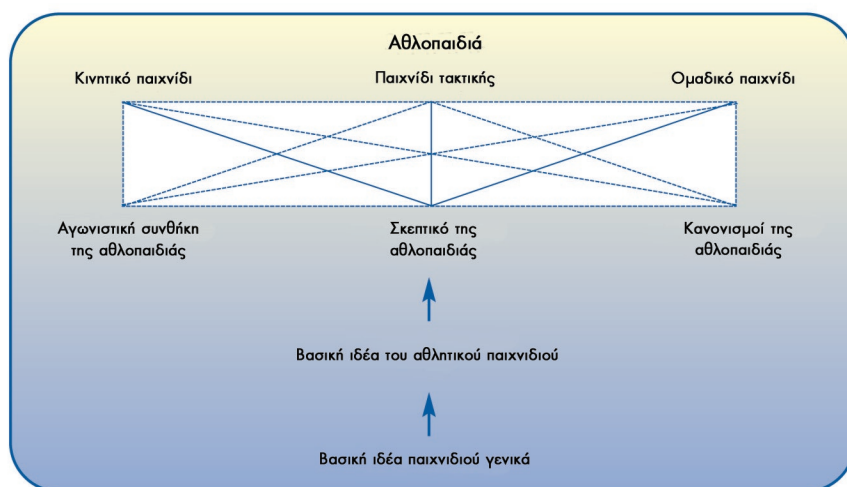
Wagner, H. (1972): Handball 72.

Zeitschrift Handballtraining (1996/1997): Münster 3/96, 3+4/97.

Eckhol, S. (1999): Manuskript zum Staatexamen. Universität Hamburg.

2° Κεφάλαιο: Στρατηγική και δομή της αθλοπαιδιάς “Χειροσφαίριση”

1. Η αθλοπαιδιά “Χειροσφαίριση”



Σχήμα 1. Μοντέλο ερμηνείας του αθλήματος (από Niedlich, 1978, σελ. 70)

Η χειροσφαίριση ανήκει στα ομαδικά αθλήματα, όπως η καλαθοσφαίριση ή το ποδόσφαιρο. Από την έρευνα διαπιστώθηκε ότι αυτά τα παιχνίδια δεν έχουν μόνο μια κοινή βασική ιδέα, αλλά και κοινή βασική στρατηγική και δομή. Στη συνέχεια θα παρουσιαστεί η βασική ιδέα αυτών των αθλοπαιδιών:

Αυτή η κοινή **βασική ιδέα** συνίσταται στο ότι δύο ομάδες συναγωνίζονται και προσπαθούν να πετύχουν τέρματα (καλάθια, πόντους) και ταυτόχρονα να αποτρέψουν την αντίπαλη ομάδα από το να κάνει το ίδιο. Το γεγονός αυτό σημαίνει ότι η παρεμπόδιση του αντιπάλου συγκαταλέγεται στη βασική ιδέα.

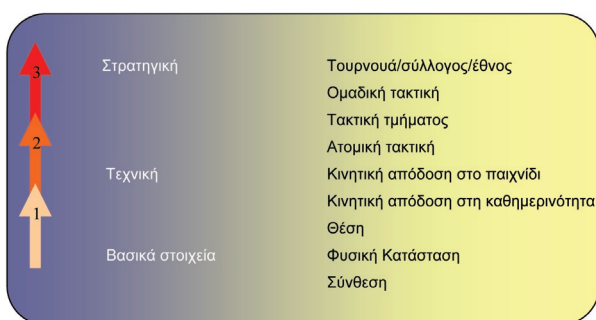
Το **σκεπτικό της αθλοπαιδιάς** αποτελεί μια συγκεκριμενοποίηση της βασικής ιδέας του παιχνιδιού και αναφέρεται στην οριοθέτηση των στοιχείων του χώρου, του στόχου, του αριθμού των παικτών και της αξιολόγησης. Αυτό αποτελεί το στοιχείο διαφοροποίησης του ενός αθλήματος από το άλλο.

Η βασική ιδέα και το σκεπτικό του παιχνιδιού διασαφηνίζουν το σκεπτικό του αγώνα το οποίο ανάλογα με το ενδιαφέρον και τη δημοτικότητα εξασφαλίζει τη διατήρηση της δεδομένης μορφής των αθλοπαιδιών.

Οι **κανονισμοί του παιχνιδιού** συνθέτουν το πλαίσιο διεξαγωγής των αθλοπαιδιών κι ορίζουν έτσι το σκεπτικό του παιχνιδιού· το παιχνίδι-αγώνας αποτελεί την έκφραση του αθλήματος στην αγωνιστική του μορφή (βλ. Niedlich, 1978, σελ. 50).

Εάν το παιχνίδι θεωρηθεί κυρίως ως μια πράξη πέρα από τη συνηθισμένη ζωή που δε παίρνεται στα σοβαρά (βλ. Huizinga, 1987, σελ. 20), ο ορισμός αυτός δεν μπορεί να ισχύει για τις αθλοπαιδιές που εξασκούνται με απεριόριστη σοβαρότητα τόσο από τους επαγγελματίες, όσο κι από τους ερασιτέχνες αθλητές. Ο ιδιαίτερος χαρακτήρας των αθλοπαιδιών επισημαίνεται πολλές φορές από τις αποφάσεις που λαμβάνονται υπό πίεση χρόνου, επειδή τότε οι αποφάσεις των παικτών αποτελούν εκτίμηση των δεδομένων συνθηκών, γεγονός που επισφραγίζει τον ανοιχτό χαρακτήρα του παιχνιδιού. Η αβεβαιότητα της κατάστασης, όπως κι η αλληλεπίδραση μεταξύ των συμπαίκτων και των αντιπάλων κατοχυρώνουν το παιχνίδι ως αθλοπαιδιά. Αυτή η αβεβαιότητα προκύπτει από το γεγονός ότι πρέπει να αποσαφηνίζουμε τις ενέργειες των άλλων και να μη βασιζόμαστε στην αντίληψη και την αντίδρασή μας, επειδή δεν υπάρχει αρκετός χρόνος στη διάθεσή μας, οπότε και καταφεύγουμε στην πρόβλεψη. Ο Niedlich (1978, σελ. 56) βλέπει το παιχνίδι ως μια δραστηριότητα ισοδύναμων αντιπάλων κι αβέβαιης κατάληξης.

2. Δόμηση των ενεργειών στις αθλοπαιδιές



Σχ. 2. Οι περιοχές και τα επίπεδα ελέγχου των ενεργειών της τακτικής (τροποποιημένο από Hagedorn, 1985, σελ. 34)

Ο όρος **ενέργεια** χρησιμοποιείται για να δηλώσει μια «συνειδητή, στοχευμένη, ανατροφοδοτική συμπεριφορά» (Niedlich, 1978, σελ. 103) κι ο όρος **δομή** αναφέρεται στο σύνολο των συνδέσεων των στοιχείων ενός συστήματος (βλ. Niedlich, 1978, σελ. 96).

Επομένως, **δομή ενέργειας** είναι το σύνολο των συνδέσεων των ενεργειών. Αυτές οι συνδέσεις ή σχέσεις διακρίνονται σε δύο διαφορετικά είδη: ιεραρχικά και χρονικά. Έχουμε, λοιπόν, την **ιεραρχική δομή των ενεργειών** και τη **δομή της διαδικασίας**.

Η ιεραρχική δομή των ενεργειών

Η ιεραρχική δομή των ενεργειών προϋποθέτει ότι ο έλεγχος της ενέργειας λειτουργεί σε διαφορετικά επίπεδα.

- Η **ατομική τακτική** μπορεί να θεωρηθεί το σημείο διάκρισης της τακτικής από την τεχνική, επειδή ελέγχει την ατομική συμπεριφορά στο παιχνίδι. Με τον όρο ατομική τακτική εννοείται «η απόφαση που φαίνεται στην κινητική συμπεριφορά και που επιλέγεται υπό πίεση χρόνου από διάφορες εναλλακτικές ενέργειες κι αποτελεί απόρροια της επεξεργασίας των χαρακτηριστικών στοιχείων της δεδομένης συνθήκης» (Westphal, Gasse, Richtering, 1987, σελ. 87). Αυτό τον αλληλένδετο χαρακτήρα τονίζει κι ο Hagedorn (1985, σελ. 34), ο οποίος επισημαίνει επίσης ότι η ατομική τακτική «μπορεί να γίνεται συνειδητά, χωρίς όμως αυτό να είναι απόλυτο». Στενή είναι η σχέση μεταξύ της ατομικής τακτικής και της λήψης απόφασης, αφού αποτελεί μέρος της πρώτης. Ένας δημιουργικός αυτοπροσδιορισμός των ενεργειών του ατόμου στο παιχνίδι απαιτεί όμως μια διανοητική λειτουργία ελέγχου και δεν αποτελεί μόνο την επιλογή μιας απόφασης από τις εναλλακτικές, γεγονός που θα σήμαινε ταύτιση της λήψης απόφασης με την ατομική τακτική. Η ατομική τακτική, αν κατηγοριοποιηθεί πάνω από την κινητική απόδοση τότε την καθορίζει, ενώ αν θεωρηθεί υποδεέστερη της ομαδικής τακτικής τότε θα πρέπει να καθορίζεται από αυτήν. Με λίγα λόγια, η συμπεριφορά στο παιχνίδι όσον αφορά την επίλυση δεδομένης συνθήκης ελέγχεται από την ατομική τακτική ή την τακτική της ομάδας, ακόμη και σε συνθήκες όπου η τακτική που θα ακολουθηθεί είναι προκαθορισμένη. Η γνώση για τα στοιχεία της ομαδικής τακτικής μπορεί μόνο να αποτελέσει βάση για την ατομική τακτική, επειδή όμως ο αθλητής πρέπει τη δεδομένη στιγμή να πάρει την απόφαση μόνος του, η λύση είναι ατομική. Έτσι, η ατομική τακτική αποτελεί τον πυρήνα του ελέγχου των ενεργειών.

Για να ολοκληρωθεί η ερμηνεία του μοντέλου της ιεραρχικής δομής των ενεργειών, θα πρέπει να διαλευκανθούν και τα υψηλότερα επίπεδα:

- Η **τακτική τμήματος** αφορά τη χρησιμοποίηση της τεχνικής από τους παίκτες της ομάδας με σκοπό την αντιμετώπιση των αντιπάλων.
- Η **τακτική της ομάδας (ομαδική)** αποτελεί το επίπεδο της συλλογικής προετοιμασίας των ατομικών αποφάσεων. Είναι μια διανοητική ρύθμιση πολύ περίπλοκων δράσεων.
- Η «στρατηγική» δεν περιορίζεται μόνο στο παιχνίδι, αλλά αφορά στον προγραμματισμό του συλλόγου, ενός σχολείου κι άλλων δομών.

Η παραπάνω διάκριση έγινε από τον Hagedorn (1985, σελ. 34). Ο ορισμός της στρατηγικής, σύμφωνα με τον Hagedorn, περιλαμβάνει κι άλλες σχέσεις, στο συγκεκριμέ-

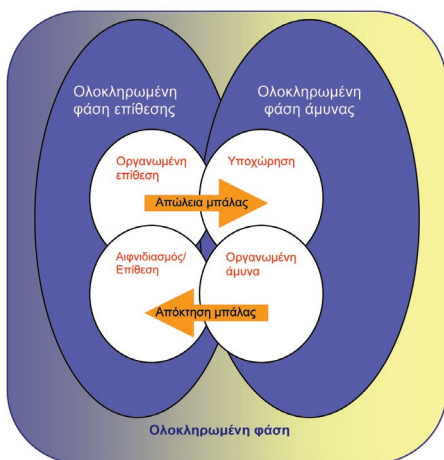
νο όμως κείμενο θεωρείται ως πρόθεση μιας φάσης παιχνιδιού, ή ως το «σχέδιο» μιας φάσης.

Η δομή της διαδικασίας

Όσον αφορά τη χρονική διάκριση της δομής, τίθεται ο εναλλακτικός χαρακτήρας των αθλοπαιδιών στο προσκίνητο: Μετά την απώλεια της μπάλας ή αφού κερδίσει πόντο μια ομάδα, η κατοχή της μπάλας αλλάζει κι ακολουθεί επίθεση της άλλης ομάδας. Η συνεχής εναλλαγή της επίθεσης και της άμυνας αποτελεί το πυρήνα της διαδικασίας του πως παίζεται το παιχνίδι στα ομαδικά αθλήματα. Ένα ακόμη βασικό σημείο αποτελούν η γρήγορη επίθεση κι η άμυνά της. Μάλιστα, όσο μεγαλύτερος είναι ο έλεγχος της μπάλας, τόσο πιο έντονα είναι τα χαρακτηριστικά αυτά. Στα αθλήματα όπως η χειροσφαίριση κι η καλαθοσφαίριση έχει μεγαλύτερη σημασία από ότι στο ποδόσφαιρο, όπου η μπάλα χάνεται συχνότερα στο κέντρο του γηπέδου. Θα μπορούσε επίσης να ειπωθεί ότι στο ποδόσφαιρο το παιχνίδι παίζεται κυρίως στο μέσο του γηπέδου, γεγονός που υποστηρίζεται από τον κανονισμό του οφφ-σάιντ.

Για την ακριβέστερη ταξινόμηση των στοιχείων των αθλημάτων γενικότερα και της χειροσφαίρισης συγκεκριμένα, θα πρέπει να δοθεί ο ορισμός της «ολοκληρωμένης φάσης», ο οποίος όμως δε συνηθίζεται στη χειροσφαίριση. Γι' αυτό, θα χρησιμοποιηθεί ο όρος όπως τέθηκε από τον Lames (βλ. 1994, σελ. 40):

Η ολοκληρωμένη φάση είναι το σύνολο των ενεργειών της εναλλαγής δύο συνεχόμενων, όμοιων φάσεων του παιχνιδιού.



Σχήμα 3. Μοντέλο μιας ολοκληρωμένης φάσης

Ως φάσεις παιχνιδιού θεωρούμε την προώθηση της μπάλας στην προσπάθεια μιας γρήγορης επίθεσης (αιφνιδισμός), την οργανωμένη (ως προς τις θέσεις) επίθεση, την άμυνα στη γρήγορη επίθεση του αντιπάλου (υποχώρηση) και την (οργανωμένη) άμυνα. Έτσι, λοιπόν, μια ολοκληρωμένη φάση αρχίζει, για παράδειγμα, με την αλλαγή της άμυνας σε αιφνιδισμό (δηλαδή με την απόκτηση της μπάλας) και διαρκεί ως την επόμενη απόκτηση της μπάλας. Αυτή η ολοκληρωμένη φάση μπορεί να διακριθεί στις

φάσεις που η ομάδα έχει τη μπάλα στην κατοχή της και σε εκείνες που δεν την έχει. Αυτές οι φάσεις χαρακτηρίζονται αντίστοιχα ως ολοκληρωμένη φάση επίθεσης κι ολοκληρωμένη φάση άμυνας. Στην ολοκληρωμένη φάση επίθεσης, λοιπόν, ανήκει ο αιφνιδιασμός κι η οργανωμένη επίθεση. Μια επιπλέον διάκριση σε αναπτυγμένο αιφνιδιασμό, αναδιάταξη και κατάληξη (βλ. π.χ. Ehret, Spöte, Schubert, Roht, 1995, σελ. 136) δε θα ήταν σκόπιμη, επειδή αυτές οι διακρίσεις επηρεάζονται κυρίως από τη στρατηγική των φάσεων του παιχνιδιού. Θα πρέπει να προσέξουμε τον ορισμό του «αιφνιδιασμού» που δεν είναι απόλυτος, αφού σε αυτό το μοντέλο περιλαμβάνεται για παράδειγμα και ο αναπτυγμένος αιφνιδιασμός. Στο σχήμα 3 παρουσιάζεται η διαδικασία μιας ολοκληρωμένης φάσης.

3. **Ενέργειες-στόχοι της επίθεσης και της άμυνας**

Από τα παραπάνω είναι κατανοητό ότι στις αθλοπαιδιές υπάρχει ένα κοινό σκεπτικό στο παιχνίδι που έχει ως αποτέλεσμα την ταύτιση των στόχων (Niedlich, 1978, σελ. 106-109):

Ενέργειες-στόχοι της επίθεσης

Ο σκοπός των επιθετικών ενεργειών στις αθλοπαιδιές είναι να επιτευχθεί η ευνοϊκή συνθήκη του 1:0. Αυτό όμως καθίσταται δυνατό μόνο όταν, εκτός από αυτό τον ιδανικό στόχο, γίνεται προσπάθεια να σημειωθούν επιτυχίες και σε άλλες συνθήκες στην περιοχή σουτ και σκοραρίσματος κι από ακόμη μεγαλύτερες αποστάσεις. Αυτό είναι απαραίτητο, επειδή η άμυνα, όπως θα δούμε παρακάτω, συγκεντρώνεται μπροστά από τη περιοχή του σουτ.

Γι' αυτό το λόγο, στις οργανωμένες μορφές επίθεσης επιχειρείται η επίτευξη του θεμιτού αποτελέσματος τόσο από το κέντρο, όσο κι από τα πλάγια. Έτσι, οι επιθετικοί προσπαθούν να περάσουν δεξιά ή αριστερά του αμυντικού, άσχετα με το αν έχουν ή όχι την μπάλα.

Γίνεται, λοιπόν, προσπάθεια στα πλαίσια της ομάδας και με τις τεχνικές δεξιότητες να χρησιμοποιηθεί ο χώρος με τον καλύτερο τρόπο. Για το σκοπό αυτό, η κάθε ομάδα προσπαθεί να διαμορφώσει ευνοϊκές για αυτή συνθήκες (όπως 1:0 ή 2:1, 1:1).

Μια ειδική μορφή επίθεσης είναι ο αιφνιδιασμός, για τον οποίο έχει ήδη γίνει λόγος και κατά τον οποίο η προώθηση της μπάλας επιτυγχάνεται συχνότερα σε μια συνθήκη υπεραριθμίας.

Ενέργειες-στόχοι της άμυνας

Ο σκοπός της άμυνας είναι, φυσικά, η παρεμπόδιση των ευκαιριών για επιτυχή έκβαση της επίθεσης. Η άμυνα καθορίζεται κυρίως από δύο βασικές υποθέσεις. Πρώτον, είναι άσκοπο να καλυφθεί όλος ο χώρος, ολόκληρο δηλαδή το γήπεδο, επειδή οι πιθανότητες επιτυχίας είναι μεγαλύτερες κοντά στο τέρμα. Δεύτερον, η συνθήκη 1:0 παρεμποδίζεται στην επίθεση και το ίδιο κι η επόμενη καλύτερη συνθήκη, αυτή του 1:1. Ακόμη κι η 1:1 δεν είναι αποτελεσματική, όταν δεν υπάρχει αρκετός χώρος. Γι' αυτό η άμυνα πρέπει να γίνεται συλλογικά και να διαμορφώνονται συνθήκες όπως η 3:3, έτσι ώστε, λόγω του ότι ο χώρος είναι μικρότερος, οι πιθανότητες επιτυχίας των επιτιθέμενων να περιορίζονται. Έτσι, στις αθλοπαιδιές έχουν διαμορφωθεί αμυντικοί σχηματισμοί αναφορικά με τη μπάλα και το χώρο, σύμφωνα με τους οποίους οι αμυντικοί συγκεντρώνονται μπροστά από τη ζώνη ρίψης. Οι αμυντικές ενέργειες πρέπει να γίνονται συλλογικά με σκοπό την εξώθηση του αντιπάλου σε μη ευνοϊκή γι' αυτόν θέση. Έτσι, διαμορφώνεται ένα αίτημα για συνοχή που πρέπει να υποστηρίζει κάθε αμυντικό παίκτη.

Εκτός των άλλων, οι αμυντικοί παίκτες έχουν γενικότερα τις παρακάτω (ιεραρχικά ταξινομημένες) αρμοδιότητες:

1. Να καταλαμβάνουν τη βασική τους θέση μεταξύ της εστίας/του καλάθιού και του αντιπάλου και να εμποδίζουν ένα καλό σουτ/μια καλή βολή.
2. Κοντά στην εστία/το καλάθι, να παίρνουν θέση ανάμεσα στη μπάλα και τον αντίπαλο, για να εμποδίζουν ένα εύκολο πέρασμα του αντιπάλου.
3. Να καταφέρουν να "κλέψουν" τη μπάλα.

4. Ανάλυση των επιμέρους στοιχείων του αθλήματος της χειροσφαίρισης

Η ανάλυση στα επιμέρους στοιχεία μιας αθλοπαιδιάς συνεπάγεται τη μείωση των βασικών της στοιχείων. Οι δομές που περιγράφηκαν παραπάνω εξυπηρετούν ως υπόβαθρο για την ταξινόμηση των στοιχείων. Παρακάτω παρουσιάζονται υποδειγματικά μόνο τα στοιχεία της επίθεσης. Η ανάλυση μπορεί να μεταφερθεί και σε άλλες φάσεις του παιχνιδιού και συνιστάται να γίνεται στο σχεδιασμό των στρατηγικών για τις άλλες φάσεις.

Όσον αφορά τον πίνακα, θα πρέπει να γίνουν κάποιες παρατηρήσεις: Οι προσποιήσεις κι οι ενέργειες ολοκλήρωσης της προσπάθειας ερμηνεύονται ως κινήσεις, στη

Οργανωμένη επίθεση		
Ατομική τακτική	Τακτική τμήματος	Ομαδική τακτική
Κίνηση με ή χωρίς τη μπάλα	Συνδυασμοί μεταβίβασης της μπάλας/πάσας	Αλλαγή σχηματισμού
Συγχρονισμός των κινήσεων	Αλλαγή θέσεων	Συνδυασμός των στοιχείων ομαδικής τακτικής
Προσποιώσεις	Μπλοκαρίσματα	Προκαθορισμένα στοιχεία ομαδικής τακτικής
Ενέργειες ολοκλήρωσης της προσπάθειας		

Πίνακας 1. Στοιχεία της οργανωμένης επίθεσης

προκειμένη όμως περίπτωση λαμβάνονται υπόψη από την άποψη της τακτικής, σύμφωνα με την οποία εφαρμόζονται. Για παράδειγμα, στη περίπτωση μιας προσποίησης, η απότομη αλλαγή κατεύθυνσης/πίβου.

Παράδειγμα1: Ένας RL παίκτης δέχεται τη μπάλα από τον RM και πιέζει μεταξύ του AR και του HR. Επειδή όμως ο χώρος είναι πολύ στενός για να πιέσει προς τα έξω, κρατώντας τη μπάλα αλλάζει κατεύθυνση προς τη μέση. Ο αμυντικός HR δε μπορεί όμως να αντιδράσει τόσο γρήγορα στην αλλαγή κατεύθυνσης και να ξεκινήσει πάλι στην άλλη κατεύθυνση, έτσι που η πίεση βρίσκεται στο κενό μεταξύ του HR και του VM / IR.

Παρόμοιες προθέσεις παρουσιάζονται και σε άλλα στοιχεία.

Στην τακτική τμήματος η αλλαγή θέσεων περιλαμβάνει φυσικά κυρίως διασταυρούμενες δράσεις. Αλλά κι οι πλάγιοι παίκτες μπορούν να αλλάξουν θέσεις μεταξύ τους στην επίθεση 3:3 (π.χ. LA και KM).

Συχνά γίνονται αλλαγές σχηματισμού, κυρίως από επίθεση 3:3 σε επίθεση 2:4, γεγονός που περιλαμβάνεται στην τακτική της ομάδας. Κατά τον ίδιο τρόπο, υπάρχουν ομαδικά-τακτικά στοιχεία που αποτελούν προκαθορισμένη διαδικασία και που αφορούν την τακτική της ομάδας, επειδή όλη η ομάδα οφείλει να λειτουργεί σύμφωνα με αυτά.

Παντως τελικά, οι περισσότερες διαδικασίες αποτελούνται από στοιχεία τακτικής τμή-

1 Οι συντήσεις των θέσεων περιγράφονται στο Κεφάλαιο 9

ματος. Επειδή, λοιπόν, υπάρχουν άπειρες δυνατότητες, όλα τα παραπάνω συμπεριλήφθηκαν στην περιγραφή «Συνδυασμός των στοιχείων ομαδικής τακτικής».

5. Αντίληψη του παιχνιδιού και στρατηγικές

Στη συνέχεια θα εξηγηθούν κάποιοι ορισμοί ακόμη:

Η **στρατηγική μιας φάσης** του παιχνιδιού αφορά την επιλογή και μελέτη κάποιων στοιχείων της φάσης.

Καθώς όλες αυτές οι στρατηγικές των φάσεων του παιχνιδιού θα πρέπει να προσανατολίζονται στις δεδομένες συνθήκες, διατηρούν έναν κοινό πυρήνα. Ο πυρήνας αυτός μπορεί να χαρακτηριστεί ως «αντίληψη του παιχνιδιού».

Η **αντίληψη του παιχνιδιού** είναι ο μέσος όρος των προθέσεων των στρατηγικών των φάσεων του παιχνιδιού.

Στην ανάπτυξη των στρατηγικών υπάρχουν δύο διαφορετικές κατευθύνσεις: Σύμφωνα με την πρώτη, γίνεται προσπάθεια μεγιστοποίησης της επιτυχίας μέσω της στρατηγικής και συναντάται κυρίως στη Χειροσφαίριση των ενηλίκων.

Προϋποθέσεις → Στοιχεία → Αντίληψη του παιχνιδιού

Η άλλη κατεύθυνση δίνει έμφαση στο να αποτελέσει το παιχνίδι το μέσο για την εκπλήρωση των στόχων της διαδικασίας μάθησης. Έτσι, η αντίληψη του παιχνιδιού κι οι στρατηγικές θα πρέπει να προσαρμόζονται στους εκπαιδευτικούς στόχους:

Εκπαιδευτικοί στόχοι → Στοιχεία → Αντίληψη του παιχνιδιού

Δε θα πρέπει να αποσιωπηθεί το γεγονός ότι η αντιστροφή των σχέσεων είναι πιθανή κι αναγκαία και σε αυτά τα πλαίσια. Αν δεν υπήρχε η προοπτική του στόχου στην αντίληψη του παιχνιδιού, δε θα μπορούσε η Χειροσφαίριση να συνεχίσει να αναπτύσσεται. Το γεγονός αυτό διαφαίνεται χαρακτηριστικά στην εκπαιδευτική διαδικασία, καθώς οι εκπαιδευτικοί στόχοι καθορίζονται από μια αντίληψη του στόχου χρησιμοποιώντας ως μέσο το παιχνίδι.

Για να προσδοθεί μεγαλύτερη ακρίβεια στις πληροφορίες σχετικά με τη στρατηγική του παιχνιδιού, θα εξετάσουμε στη συνέχεια πως υπολογίζεται η επιτυχία. Προϋπόθεση αποτελεί ότι κι οι δύο ομάδες κατέχουν εξίσου συχνά τη μπάλα. Στόχος είναι η επίτευξη πολλών τερμάτων. Πρόκειται, λοιπόν, για μια σχέση μεταξύ των επιτυχημένων τερμάτων και της συχνότητας κατοχής της μπάλας. Η ευκολότερη πιθανότητα θα μπορούσε να είναι η παρακάτω εξίσωση:

$$\text{Τέρματα} = \text{Κατοχή μπάλας} \times \%_{\text{Επιθεση}}$$

Επειδή αυτός ο τύπος δεν είναι ακόμη σε θέση να μας παρέχει αποδείξεις, πρέπει να αναλυθεί. Αυτό συμβαίνει για να συσχετιστεί η ποσοστωση της επιτυχίας της επίθεσης με τα σουτ, όπου οι επιθέσεις ολοκληρώνονται με μόνο ένα σουτ, όταν προηγουμένως δε χαθεί η μπάλα εξαιτίας κάποιου λάθους.

$$\text{Τέρματα} = \text{Κατοχή μπάλας} \times (1 - \%_{\text{Λάθην}}) \times \%_{\text{Σουτ}}$$

Μια περαιτέρω διαφοροποίηση στις φάσεις του παιχνιδιού, παρέχει το παρακάτω αποτέλεσμα:

$$\text{Τέρματα} = \text{Κατοχή μπάλας} \times \left(\begin{array}{l} (\%_{\text{Σουτ σε οργανωμένη}} \times (1 - \%_{\text{Λαθών σε οργανωμένη}})) \\ \times \%_{\text{Οργανωμένων}} \\ (\%_{\text{Σουτ σε αιφνιδιασμό}} \times (1 - \%_{\text{Λαθών σε αιφνιδιασμό}})) \\ \times \%_{\text{Αιφνιδιασμών}} \end{array} \right)$$

Ο συμβολισμός $\%SE_j$ χρησιμοποιείται για τη τιμή του Ποσοστού $\%_{\text{Σουτ } SE_j} \times (1 - \%_{\text{Λαθών } SE_j})$ για το στοιχείο στρατηγικής SE_j , οπότε η εξίσωση διαμορφώνεται ως εξής:

$$\text{Τέρματα} = \text{Κατοχή μπάλας} \times \sum \%SE_j \times \text{Αριθμός } SE_j$$

Ένα στοιχείο στρατηγικής είναι μια επιλεγμένη παράμετρος που τίθεται υπό παρατήρηση· δηλ. στο προηγούμενο παράδειγμα, η οργανωμένη επίθεση κι ο αιφνιδιασμός. Μπορεί δηλαδή να πρόκειται για μια ολόκληρη φάση του παιχνιδιού ή για ένα μόνο στοιχείο μιας φάσης.

Πριν περάσουμε στο τι συνεπάγεται ο τύπος, θα πρέπει να λάβουμε υπόψη κάτι ακόμη: Στόχος πρέπει να είναι η αύξηση των πιθανοτήτων για νίκη. Οπότε η τιμή του $P(\text{Τέρματα Ομάδα A} > \text{Τέρματα Ομάδα B})$ θα πρέπει να είναι όσο γίνεται μεγαλύτερη. Αν το $\%SE_j$ είναι σταθερό για όλους (δηλ. η πιθανότητα ότι με το στοιχείο j της στρατηγικής θα σημειωθεί τέρμα), τότε φαίνεται ότι ο αριθμός των τερμάτων με μια

καλή κατανομή των ποσοστών αυξάνεται. Σε αυτή τη σχέση «καλό» σημαίνει ότι ένα στοιχείο στρατηγικής με μεγάλη πιθανότητα θα λάβει μέρος σε μεγάλο βαθμό στην ολοκλήρωση της προσπάθειας.

Υπό την προϋπόθεση της σταθερότητας της ποιότητας μιας ολοκληρωμένης προσπάθειας και κατ' επέκταση του ποσοστού της, η στρατηγική μιας φάσης του παιχνιδιού διακρίνει τα ποσοστά σε ολοκληρωμένες προσπάθειες στις φάσεις και στα στοιχεία που τις συνθέτουν, έτσι ώστε να αυξάνεται ο αριθμός των αναμενόμενων τερμάτων. (Σημειωτέον ότι το ίδιο ισχύει και για τα στοιχεία της άμυνας).

Παράδειγμα: Ένας προπονητής μελετά την κατανομή των εκβάσεων της επίθεσης. Καταλήγει να τις διακρίνει με βάση τον αιφνιδιασμό, την ομαδική τακτική, την ατομική τακτική και την τακτική της ομάδας. Τα στοιχεία αυτά αποτελούν τα δομικά στοιχεία που παρατήρησε ο προπονητής. Η παρατήρηση του παιχνιδιού της ομάδας του δίνει τα παρακάτω αποτελέσματα (που προέρχονται από 60 επιθέσεις):

Πίν. 2 Κατανομή των ποσοστών ολοκληρωμένων προσπαθειών (ΟΠ) και αποτελεσματικότητας (Α), στα δομικά στοιχεία

Δομικά στοιχεία (ΣΕj)	Επίκαιρες τιμές			Επιδιωκόμενες τιμές		
	% ΟΠ	% Α	Τέρματα	% ΟΠ	% Α	Τέρματα
(ΣΕj): Αιφνιδιασμός	25 %	60 %	9	30 %	60 %	10,8
(ΣΕj): Τακτική τμήματος	30 %	33 %	6	25 %	33 %	5
(ΣΕj): Ομαδική τακτική	20 %	50 %	6	30 %	50 %	9
(ΣΕj): Ατομική τακτική	25 %	40 %	6	15 %	40 %	3,6
Σύνολο	100 %	45 %	27	100 %	47,3 %	28,4

Ο προπονητής μπορεί να αντλήσει πολλά συμπεράσματα από τα παραπάνω στοιχεία: Πρώτα απ' όλα, φαίνεται ότι η ομάδα είναι πιο αποτελεσματική στον αιφνιδιασμό από ότι στην οργανωμένη επίθεση. Γι' αυτό, το ποσοστό των ολοκληρωμένων προσπαθειών της επίθεσης με αιφνιδιασμό μπορεί να αυξηθεί ακόμη περισσότερο. Επίσης, διαπιστώνεται ότι η ολοκληρωμένη προσπάθεια, σύμφωνα με τα στοιχεία της ομαδικής τακτικής είναι η πιο αποτελεσματική, αλλά αυτό συμβαίνει πιο σπάνια.

Από τα παραπάνω προκύπτει ότι πρέπει να αποφεύγεται η ολοκλήρωση της προσπάθειας με ατομική τακτική ή με τακτική τμήματος, γιατί δεν είναι αρκετά αποτελεσματική. Όταν όμως, για παράδειγμα, τα συστήματα τακτικής της ομάδας δεν έχουν ακόμη

υιοθετηθεί απόλυτα, τότε χρειάζεται απλά προπόνηση. Παρατηρείται ότι σε όλες τις περιπτώσεις επικρατεί μια απόκλιση μεταξύ της συχνότητας των ολοκληρωμένων προσπαθειών και της αποτελεσματικότητάς τους.

Πρέπει, λοιπόν, στη συνέχεια να ληφθούν τα στοιχεία δομής διαφορετικά υπόψη ή η αποτελεσματικότητα να βελτιωθεί με την προπόνηση. Επιθυμία του προπονητή μας θα ήταν μόνο μέσω της μετατροπής των συχνοτήτων να γίνονται περίπου 1,4 παραπάνω σουτ ανά παιχνίδι κι η αποτελεσματικότητα της επίθεσης να αυξηθεί από 45 % σε 47,3 %.

Ο προπονητής είναι σε θέση, εφόσον του δοθεί μια τέτοια ανάλυση, να συγκρίνει την κατάσταση της ομάδας του με τις επιθυμητές τιμές. Τις τιμές αυτές τις αναπτύσσει ο προπονητής μέσω της στρατηγικής που θα εφαρμόσει. Από την άλλη, η στρατηγική θα πρέπει να διαμορφώνεται με βάση και τις δεδομένες πραγματικές τιμές.

Στην προπόνηση γίνεται γενικότερα προσπάθεια να βελτιωθεί η ποιότητα των ολοκληρωμένων προσπαθειών, έτσι ώστε να αυξηθεί η αντίστοιχη ποσοστωση. Στο παραπάνω παράδειγμα, αυτό θα σήμαινε βελτίωση της καταστροφικής ποσοστωσης στις ολοκληρωμένες προσπάθειες με βάση τα στοιχεία τακτικής τμήματος (βλ. Πίνακα 2).

Πρέπει ακόμη να δοθεί προσοχή στο γεγονός ότι η ποσοστωση των ολοκληρωμένων προσπαθειών στο σύνολό της δεν είναι ανεξάρτητη από το ποσοστό. Από αυτό φαίνεται ότι σε ένα παρόμοιο ποιοτικά παιχνίδι μια αιφνιδιαστική εξέλιξη, η οποία δε θα είχε προηγουμένως εφαρμοστεί, θα είχε σίγουρα μεγαλύτερες πιθανότητες επιτυχίας, από ότι αν είχε ήδη εφαρμοστεί. Πρέπει, λοιπόν, να δοθεί ιδιαίτερη έμφαση στο χαρακτήρα του μοντέλου των συμπερασμάτων.

Από όλα αυτά εξάγεται ένα ακόμη συμπέρασμα: Η πιθανότητα του στόχου P (Τέρματα $_{Ομάδα A}$ > Τέρματα $_{Ομάδα B}$) να γίνει μεγαλύτερη μέσω ενός πιο σταθερού συνόλου ως προς τα στοιχεία της στρατηγικής. Δηλαδή, όταν η Ομάδα A παρουσιάζει τη μεγαλύτερη τιμή του συνόλου, αυξάνεται η τιμή του ποσοστού κατοχής της μπάλας, οπότε πρέπει να κάνει γρήγορο παιχνίδι. Στην αντίθετη περίπτωση, θα πρέπει να περιορίσουν την ταχύτητα του παιχνιδιού.

Παράδειγμα υπολογισμού: Θεωρούμε ότι η Ομάδα A παρουσιάζει ποσοστά επίθεσης της τάξης του 50 % κι η Ομάδα B 45 %. Όταν στο παιχνίδι γίνουν 70 αντί για 50 επιθέσεις, τότε η πιθανότητα επιτυχίας της Ομάδας A αυξάνεται περίπου τέσσερις ποσοστιαίες μονάδες. Και σε αυτό τον υπολογισμό θα πρέπει να υποτεθεί ότι τα ποσοστά κατά την αλλαγή του αριθμού των επιθέσεων παραμένουν τα ίδια, κάτι που θα μπορούσε να συμβεί μόνο σε μια περιορισμένη περιοχή.

Με τη μέθοδο ανάλυσης που παρουσιάστηκε, μπορεί κανείς να παρατηρεί τη στρατηγική του παιχνιδιού και να την εξελίξει. Τα αποτελέσματα όμως χρειάζεται να αξιολογηθούν από τον προπονητή, ο οποίος πρέπει να αντιστοιχίσει τους αριθμούς με αιτιώδεις σχέσεις. Επιπλέον, αυτός θέτει τα όρια μέσα στα οποία οι τιμές αυτές μπορούν να κυμαίνονται κι έτσι δεν τίθεται θέμα ολοκλήρωσης όλων των επιθετικών προσπαθειών με αιφνιδιασμό.

6. Βιβλιογραφία

- Ehret, A./Späte, D./Schubert, R./Roth, K. (1995): Handball Handbuch 2: Grundagentraining für Kinder und Jugendliche. Münster.
- Hagedorn, G. (1985): Handlungsstruktur des Sportspiels. In: G. Hagedorn, D. Niedlich & G. J. Schmidt: Basketball Handbuch. Reinbek bei Hamburg, S. 29-36.
- Huizinga, J. (1987): Homo Ludens: Vom Ursprung der Kultur im Spiel. Hamburg.
- Lames, M. (1994): Systematische Spielbeobachtung (DSB-Trainerbibliothek Bd. 31). Münster.
- Niedlich, D (1978): Zum Problem der Elementarisierung des Sportspiels. Ahrensburg bei Hamburg.
- Westphal, G., Gasse, M. & Richtering, G. (1987): Entscheiden und Handeln im Sportspiel (DSB-Trainerbibliothek, Bd.25). Münster.