

CONTRA ATACUL

DEFINIȚIA :

Este o schimbare bruscă de posesie a balonului (expresia folosită acum este « turn over »...), deci o trecere rapidă de la o **situație de atacant** la o **situație de apărător**, și invers.

Continuitatea contra-atacului este caracterizată de o **schimbare de ritm** și câteodată o schimbare de **direcție**.

Cele trei tipuri de contra-atac sunt :

- recuperarea balonului **în primul rând defensiv sau imediat lângă**, îl numim: **contra atacul de nivel I** și având exemplul tip interceptia.

- recuperarea **în al doilea rând defensiv**, îl numim **contra atac de nivel II**, având exemplul tip recuperarea nr. 9 după o lovitură de picior scurtă a adversarului.

- recuperare balonului în al treilea rând defensiv, îl numim **contra atac de nivel III** cu exemplul tip recuperarea nr. 15 în spatele terenului.

Indiferent de tipurile de contra-atac reușita lui depinde de :

- **tehnica individuală** pentru recuperare, pasă, alergare...

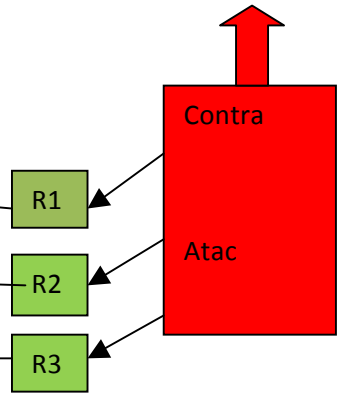
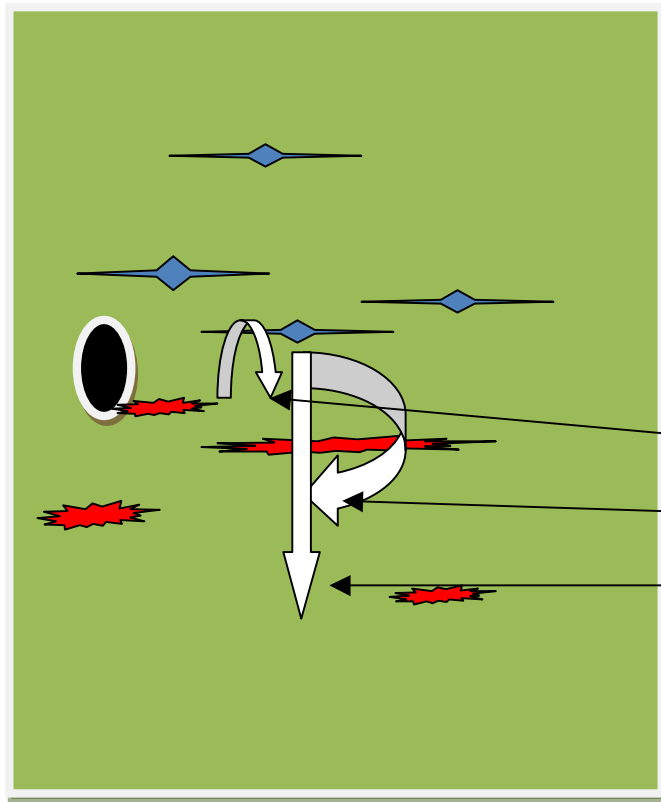
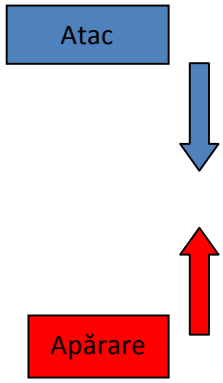
- **condiția fizică** a jucătorului recuperator, viteza de alergare, controlul deplasării și eventualitatea rezistenței la contact pentru a asigura posesia balonului.

- **rolul susținerii apropiate și îndepărtate** de recuperator care pot prin așezarea lor , deplasarea lor, anticiparea lor să accentueze dezechilibrul plecării într-un sens sau altul.

De notat că în jocul modern, jocul cu piciorul are o importanță cantitativă notorie :

(mai mult de 15 baloane recuperate de fiecare echipă într-un meci de înalt nivel)

Acțiunile de contra atac sunt numeroase și variate atât pentru rândul I și II, cât și pentru rândul III.



Contra Atac 1 = recuperare în primul rând - este un avantaj pentru contra atacant care are toți partenerii săi care aleargă în același sens și că toți adversarii sunt în repliaj defensiv.

Condițiile de reușită : accentuarea dezechilibrului, fixarea ultimului sau ultimilor apărători , accentuarea vitezei de alergare, terminarea într-o situație de 2 X 1.

Ceea ce este fundamental este viteza de execuție.

Contra Atac 2 = recuperare în rândul II - este un avantaj pentru apărători care sunt în marea lor majoritate în sensul de joc și care pot împinge contra atacantul în margine ... iar susținerea contra atacantului este laterală și în întârziere.

Condițiile de reușită: fixarea apărătorilor apropiați și ocolirea lor imediată în exterior

Ceea ce este fundamental este conservarea posesiei și apoi transformarea rapidă a mișcării.

Contra Atac 3 = recuperare în rândul III Toți adversarii contra atacantului sunt în fața sa...Toți partenerii contra atacantului sunt în fața sa... Singurul său avantaj rămâne spațiul.

Condițiile de reușită: fixarea masei de adversari (dacă este posibil în mijlocul terenului) și, schimbarea brutală a ritmului și direcției de joc (fie de unul singur sau cu ajutorul partenerilor) pentru a exploata partea de teren în care adversarul este mai puțin structurat.

Ceea ce este fundamental este exploatarea spațiului fără presiune defensivă