

TOP SÜRME (DRIPLING)

TANIM: Futbolcunun, ayağının değişik bölümlerini kullanarak yaptığı kısa vuruşlarla topu oyun alanından çıkarmadan değişik yönlere doğru götürmesidir

Top sürmede Őu hususlara dikkat edilmelidir.

- Top sürme daha çok pas atılabilecek alana doğru yapılmalıdır.
- Savunma oyuncularını zorlu durumlar dışında topu sürmeden sakınmalıdır çünkü rakibe umulmadık bir gol Őansı verebilir.
- Amaca ulaşması için top sürme pasın yanında çalımla orta veya sutla bağlanması gerekir
- Top sürerken topa bakılmamalıdır.
- Top sürme rakipten uzak ayakla ve çevre kontrol edilerek yapılmalıdır.

TOP SÜRMEDE YAPILAN HATALAR

- Topu sürerken devamlı topa bakma.
- Topu rakibe yakın ayakla sürme .
- Topun ayaktan fazla açılması.
- Oyuncunun devamlı çevreye bakıp topa bağlantıyı kesmesi.
- Şartlara göre ayağın uygun olan temas yüzeyinin kullanılmaması.
- Topu öne iterken topa yumuşak değil de sert şekilde dokunma
- Gövdenin fazla dik tutulması.
- Koşu ritminin iyi ayarlanmaması.

ALIŐTIRMALAR

1. Harekete topsuz sınırlı alanda ve hayali olarak uygulama.
2. Topu tek ayakla yavaş ve kontrollü sürme.
3. 2. alıştırmayı hızlı olarak uygulama.
4. Her iki ayakla düz bir çizgi üzerinde normal tempoda top sürme.
5. 4. alıştırmayı hızlı olarak uygulama .
6. Bir oyuncu iki topu belirli bir alanda ayaklarından kaçırmadan sürer .
7. Bir engel etrafında top sürerek dönme.

FUTBOLDA TOP SÜRME TEKNİKLERİ

KADİR KESKİNOĞLU

AYAK İÇİ - İÇ ÜSTÜ İLE TOP SÜRME ve ALIŞTIRMALARI

TANIM: Oyuncunun, ayak içini ve iç üstünü kullanarak topu, hareket alanı içinden uzaklaştırmadan yaptığı kısa vuruşlar ile oyun alanı içerisinde değişik yönlere doğru götürmesidir.

AMAÇ:

Oyuncunun, dar alanlarda rakibinin yakın baskısının olduğu veya geniş alanda rakip baskısının söz konusu olmadığı zamanlarda topu, çeşitli yönlerde doğru yavaş tempolar ile götürerek, uzun süre kendisinde bulundurmasının sağlanması.

AÇIKLAMA:

Ayağın topa temas yüzeyi, içi ve iç üstü vuruştaki yüzeylerin aynısıdır. Vücut ağırlığı, destek görevini gören ve dizden hafif bükülü ayak üzerine verilir. Gövdenin üst kısmı hafif öne ve destek ayağı yönüne doğru eğiktir. Topu sürerken bacak, dizden bükülür ve ayak, topu yumuşak bir biçimde sürer. Gözler oyun alanına bakar. Kollar koşu ritmine uygun hareket eder. Destek ayağının bir görevi de topu rakipten saklamaktır. Destek ayak, rakibin baskısına göre değişir.

DİKKAT EDİLECEK NOKTA:

Ayak içi top sürerken, ayağın bazen i st bölümü kullanılır. Bu durum top sürme temposunun arttırıldığı zamanlarda uygulanır.

ALIŐTIRMA 1

- **Değişik Yönlere Top Sürme:**

Her oyuncuda bir top vardır. Alanda serbestçe top sürerlerken, öğretmenin verdiği komutla top sürme yönü değiştirilir. Çalışma, öğretmenin belirleyeceği zaman içerisinde sürdürülür.



Şekil 97

Değerlendirmede Dikkat Edilecek Noktalar:

- Ayağın kullanılan bölümü, topa vuruş sıklığı,
- Topa dokunma şiddeti,
- Koşu ritmi,
- Gövdenin durumu,

ALIŐTIRMA 2

- **Engeller Etrafında Sekiz Çizerek Top Sürme:
(Slalom Top Sürme):**

Öğrenciler, oyun alanının çeşitli yerlerine konulan engeller etrafından -8- yörüngesi çizerek top sürmeye çalışırlar. Alıştıırma, aynı yörüngeyi izlemek üzere tekrar yapılır ve öğretmenin belirleyeceği zaman içerisinde sürdürülür.



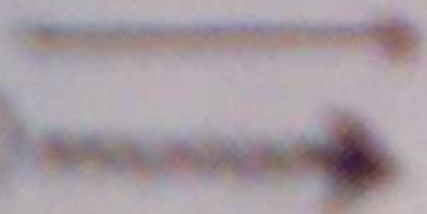
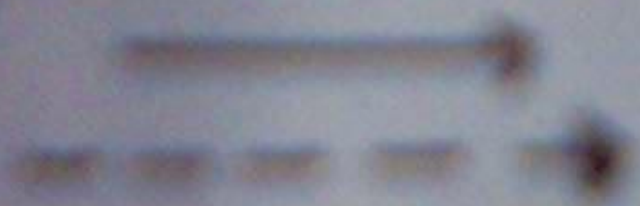
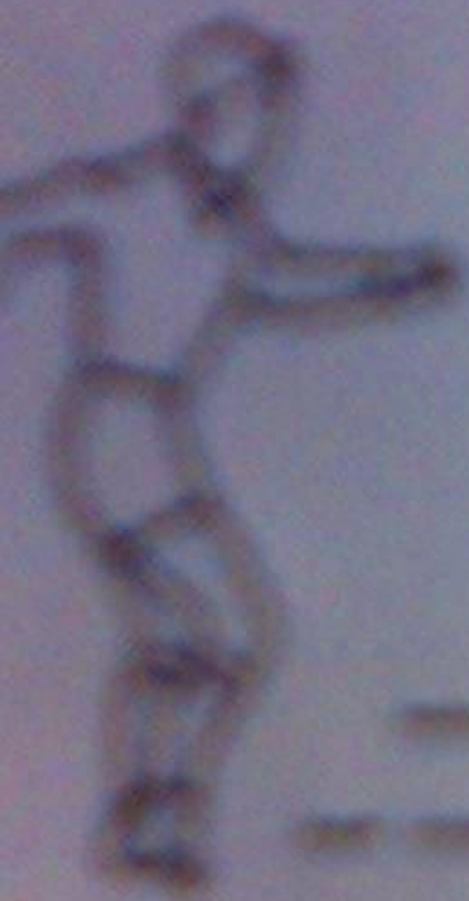
Değerlendirmede Dikkat Edilecek Noktalar:

- Topa temas şiddeti ve ayağın topa temas eden bölümü,
- Engelleri geçerken destek ayağın ve gövdenin durumu ile değişik ayakla top sürülüp sürülmediği,

ALIŐTIRMA 3

- **EŐinin Takibine Rağmen Top Sürme:**

Oyuncular ikiŐerli gruplar halinde oyun alanında yer alırlar. Her grupta bir top vardır. Öğrencilerden biri top sürerken, diğer yan arkasından onu takip eder. Ancak, arkadaki sık sık yön deđiŐtirerek topu süren oyuncuyu değişik ayak kullanmaya zorlar. AlıŐtırma, oyuncuların görev deđiŐikliđi yapmaları ile öğretmenin belirleyeceği zaman içerisinde sürdürölür.



Değerlendirmede Dikkat Edilecek Noktalar:

- Oyun alanını gözlemesi,
- Rakibin baskısına göre topu saklama becerisi,
- Hareketin akıcılığı,

ALİŐTIRMA 4

- **Topu çizgilere götürme:**

Oyuncu sayısına göre oyun alanı belirlenerek, her oyun alanında iki takım oluŐturulur. Oyun alanını çevreleyen çizgilere, sürerek top götürmeye çalıŐılır. Takımların savunacağı veya hücum edeceği çizgiler ğretmence belirlenir. izgiye götürülen her topun 1 gol olduğu belirtilir. AlıŐtırma, ğretmenin belirleyeceği zaman içerisinde srdrlr.



Değerlendirmede Dikkat Edilecek Noktalar:

- Oyunun kurallara uygun sürdürülüp sürdürülmediği,
- Rakip baskısında top sürme becerisi, hareketin akıcılığı,

AYAK DIŐ ÜSTÜ İLE TOP SÜRME

- Tanım: Oyuncunun, ayağı dış üstü bölümünü kullanarak, topu kendi hareket alanı içinden uzaklaştırmadan yaptığı kısa vuruşlar ile, oyun alanı içerisinde değişik yönlerle doğru götürmesidir
- Amaç: Rakip baskısının söz konusu olduğu veya olmadığı durumlarda, topu futbol oyunu alanında çeşitli yönlerle doğru hızlı ya da yavaş tempolar ile götürerek, uzun süre kendisinde bulundurulmasının sağlanması.

- Açıklama:Topa temas eden ayak bölümünün genişliği ve top sürme alanında, ayak bileğinin aldığı durumun kolaylığı sebebiyle en çok kullanılan top sürme tekniğidir.Top sürerken ayağın eksenini içe doğru çevrilir ve ayak bileği gevşek bırakılır.Diz, vücudun dikey planı ile aynı doğrultuda bulunur.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- Topa temas eden ayak bölümü
- Topa vuruş sıklığı
- Yön değiştirme becerileri
- Başın ve gözlerin durumu