

Aldatma Çeşitleri

ALDATMALAR;

◆ TOP İLE ALDATMA
ve

◆ TOPSUZ ALDATMALAR

OLMAK ÜZERE İKİYE AYRILIR.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ Şut Aldatması ve Geçiş

RAKİP OYUNCU UZAKTAN SAVUNMA YAPIYORSA, ŞUT ATACAKMIŞ GİBİ DAVRANARAK ÖNU KOLAYÇA GEÇMEK İÇİN KULLANILIR. ÖNE DOGRU ATILAN KÜÇÜK BİR ADIM, BAŞ VE OMUZLARIN HAREKETİYLE BAŞLAR. BU ANDA TOP GÖĞÜS HİZASINDA, DİZLER İŞE GERÇEK BİR ATIŞTA OLDUGU GİBİ HAFİF BÜKÜLÜ, GÖZLER ÇEMBERE BAKAR DURUMDADIR. RAKİBİN ZAYIF OLDUGU TARAFTAN ANİ BİR GEÇİŞ YAPILIR.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ Dalma Aldatması ve Şut

YAKIN SAVUNMALARA KARŞI KULLANILIR. AMAÇ, SAVUNMA OYUNCUSUNA KARŞI TOP SÜRECEKİMİŞ GİBİ YAPARAK ŞUT ATMA OLANAĞI BULMAKTIR. SAĞ ELLE ŞUT ATANLAR İÇİN, ÖNE KÜÇÜK BİR ADIM ALINARAK BAŞLANIR, RAKİP GERİ ÇEKİLDİĞİ ANDA, ÇABUCAK GERİ ÇEKİLEREK ŞUT ATILIR.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ Salıngaç Adım Aldatması

DALMA VE ŞUT ALDATMASININ DEVAMI NİTELİĞİNDEDİR. SALDIRGAN SAVUNMALAR KARŞI KULLANILIR. ALDATMAYI, TOP SÜREREK POTAYA DALMA HAREKETİ TAKİP EDER.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ Çapraz Adım Aldatması

YAKIN SAVUNMALARA KARŞI KULLANILIR.
HÜCUM OYUNCUSUNUN TEK TARAFINI
SAVUNAN RAKİPLERE KARŞI UYGULANIR.
SAĞ AYAK SABİT, SOL AYAK PİVOT
AYAGIDIR. İLK ADIM SOL-ÖN-YANA KISA
ALINIR; RAKİBİ BU YANA ÇEKMEK İÇİN
TOP İLE ÇAPRAZ ADIM ATILIR. TOP SOL
AYAK VE VÜCUT İLE KORUNARAK SAĞ
ELLE SÜRME HAREKETİNE BAŞLANIR VE
RAKİP GEÇİLİR.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ Sıçrama Atışı Aldatması

POTA ALTINDA ÇOK YAKIN SAVUNMALARA KARŞI UYGULANIR. HAREKETE BAŞLARKEN AYAKLAR YAN YANADIR VEYA BİR AYAK HAFİF ÖNDE OLUP, TOP GÖĞÜS HİZASINDADIR. VÜCUT HAFİF ÖNE EĞİK, DİZLER BÜKÜLÜDÜR. ALDATMA SIRASINDA, BAŞ VE OMUZ YÜKSELTİLİR, HAFİFÇE GERİYE BÜKÜLÜR, GÖZLER POTAYA BAKAR. SAVUNMA OYUNCUSUNUN SIÇRADIĞI AN BEKLENİR VE YERE İNERKEN ŞUT DENEMESİ YAPILIR.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ İkili Aldatma Sonrası Dalma

SAVUNMA OYUNCUSU GERİ ÇEKİLDİĞİ ANDA, HÜCUM OYUNCUSU SIÇRAMA ATIŞ ALDATMASI YAPAR. EĞER RAKİP OYUNCU BU HAMLEYE REAKSİYON GÖSTERMİŞSE, HÜCUM OYUNCUSU TOP SÜREREK POTAYA YÖNELİR, EĞER KARŞILIK VERMEMİŞSE SIÇRAMA ATIŞI YAPAR.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ Pas Aldatması

BİR OYUNCUYA PAS VERMEDEN ÖNCE YAPILIR. HER ÇEŞİT SAVUNMAYA KARŞI ETKİLİDİR. UYGULAMA, BAKIŞLARIN DA YARDIMIYLA GÖĞÜS PASI İLE BİR YÖNE PAS VERECEKİMİŞ GİBİ YAPILARAK BAŞLAR. HAREKETE BÜTÜN VÜÇÜT KATILIR. ALDATMA SONRASI DİĞER YÖNE PAS VERİLİR.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ Top Sürerek Aldatma

TOP SÜRME SIRASINDA DEĞİŞEREK YAPILAN ALÇAK VE YÜKSEK TOP SÜRME, SAVUNMA OYUNCUSUNU ALDATMAK İÇİN KULLANILAN BİR YÖNTEMDİR. TOP SÜRERKEN YÜKSEKLİĞİN DEĞİŞTİRİLMESİ TOPA HÜCUM EDEN SAVUNMA OYUNCUSUNU HATA YAPMAYA ZORLAR.

Top ile Yapılan Aldatmalar

◆ Top Sürerek Aldatma

TOP SÜREREREK ALDATMA TEKNİKLERİ,
TEMPO DEĞİŞTİREREK, EL
DEĞİŞTİREREK, SIRTI RAKİP
OYUNCUYA DÖNDÜREREK
UYGULANABİLİR.

Topsuz Yapılan Aldatmalar

BİR OYUNCUNUN PAS ALABİLMEK İÇİN
POTAYA DOĞRU YAPTIĞI YÖN, HIZ
DEĞİŞTİRME GİBİ UYUMLU VE
BİLİNÇLİ HAREKETLERDİR.

Topsuz Yapılan Aldatmalar

◆ Tempo Değiştirerek Yapılan Aldatmalar

BASKILI VE YAKIN, ADAM ADAMA SAVUNMALARA KARŞI UYGULANIR.

TEMPO DEęIŐİŐİMİ ŐU ŐEKİLDE OLABİLİR :

ÇABUK – YAVAŐ – ÇABUK

veya

YAVAŐ – ÇABUK.

Topsuz Yapılan Aldatmalar

- ◆ Yön Değiştirerek Yapılan Aldatmalar

HAREKETLİ SAVUNMA OYUNCULARINA
KARŞI YAPILIR.

TEMPO DEğİŞTİRME ALDATMASIYLA
BİRLİKTE KULLANILIR.

Kaynaklar

- Tuncel, F. & Uğraş, A. F. (1998). Anatomy of Basketball.
- Cooper, J. M. & Siedentop, D. (1975). The Theory and Science of Basketball. Lea & Febiger, Philadelphia.
- Tuncel, F. (1979). Basketbol İhtisas Dalı Ders Notları ve Yayınlanmamış Bitirme Tezi.
- Sevim, Y. (1997). Basketbol Teknik-Taktik-Antrenman.
- Rüştü Yüce Eğitimi Merkezi (1998). Basketbol Teknik Bülteni.
- Sevim, Y. (1999) Basketbol Kondisyon Antrenmanı.