

**ΑΘΛΗΜΑΤΑ
ΡΟΠΑΛΟΣΦΑΙΡΗΣΗΣ
BASEBALL – SOFTBALL**

Διονύσης Χωραφάς

B. Sc. ΤΕΦΑΑ Αθηνών – M. Sc. ΣΕΦΑΑ Κομοτηνής

Προπονητής Softball/Baseball

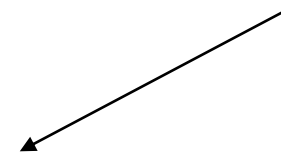
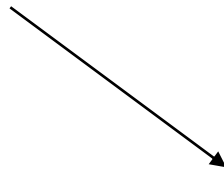
BASEBALL

International
Baseball Federation
(I.B.A.F)



SOFTBALL

International
Softball Federation
(I.S.F.)



Ελληνική Φίλαθλη
Ομοσπονδία
Μπέιζμπολ
(Ε.Φ.Ο.Μ.)



Ελληνική Φίλαθλη
Ομοσπονδία
Σόφτμπολ
(Ε.Φ.Ο.Σ.)



ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

- Το Baseball παίζεται σαν οργανωμένο άθλημα από το 1850.
- Το Softball πρωτοεμφανίστηκε το 1887 και παίζεται οργανωμένα από το 1926.
- Τα δύο αθλήματα είχαν παρουσία στους Ολυμπιακούς Αγώνες στην Ατλάντα (1996), στο Σίδνευ (2000), στην Αθήνα (2004) και Πεκίνο (2008).
- Τα αθλήματα αποσύρθηκαν από το Ολυμπιακό πρόγραμμα το 2007, αλλά επανεπεντάχθηκαν για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο. Γίνονται προσπάθειες για την οριστική παραμονή τους στο Ολυμπιακό πρόγραμμα.
- Και στα δύο αθλήματα οι οικείες Ομοσπονδίες διοργανώνουν Παγκόσμια και Ευρωπαϊκά Πρωταθλήματα και Κύπελλα για όλες τις κατηγορίες που καλλιεργούν.

- Αποτελούν εξαιρετικά διαδεδομένα αθλήματα σε Βόρεια και Νότια Αμερική, σε αρκετές χώρες της Ασίας (Ιαπωνία, Ταϊβάν, Κορέα, Κίνα), και σε Ωκεανία (Αυστραλία, Νέα Ζηλανδία).
- Στην Ευρώπη είναι γενικά μικρότερης εμβέλειας αθλήματα, παρά την πολύ καλή οργάνωση σε Ιταλία και Ολλανδία.
- Στην Ελλάδα υπήρξε μια πρώτη και απότομη προσπάθεια ανάπτυξης με τη διοργάνωση των Ολυμπιακών Αγώνων της Αθήνας. Σήμερα, είναι σε δύσκολη φάση.

ΓΗΠΕΔΑ



BASEBALL

27.43μ

18.29μ

120μ μέγιστο

Αποστάσεις

Βάσεις

Ρίπτης – Τελική Βάση

Τελική Βάση μέχρι
Φράχτη

SOFTBALL

18.29μ

14.02μ Α - 13.11μ Γ.

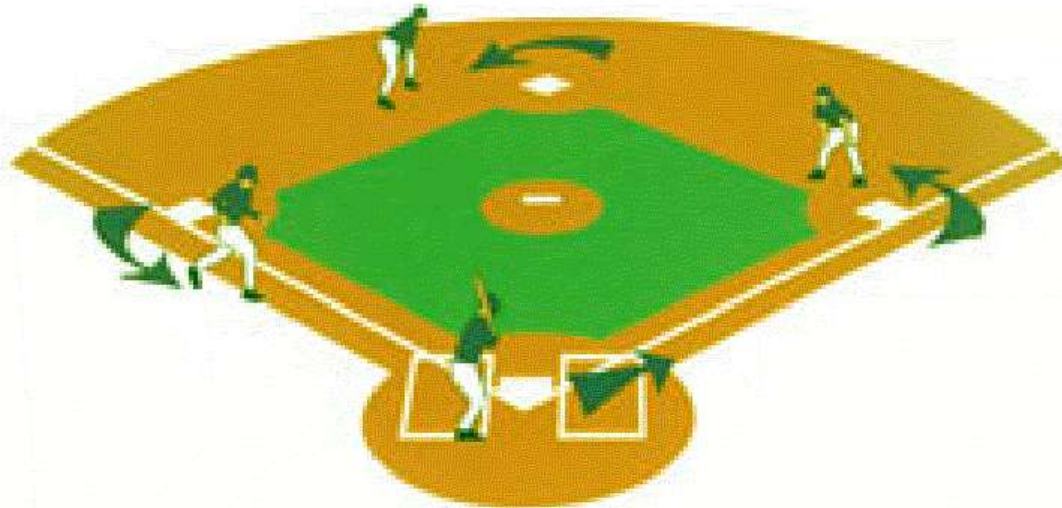
76.20μ Α - 67.06μ Γ.

ΠΩΣ ΠΑΙΖΕΤΑΙ:

- Κάθε ομάδα αποτελείται από εννέα (9) παίκτες.
- Κάθε ομάδα εναλλάσσεται σε άμυνα και επίθεση.
- Όταν κάθε ομάδα παίξει άμυνα και επίθεση από μια φορά, τότε συμπληρώνεται ένα inning – περίοδος.
- Ένας αγώνας τελειώνει μετά από 9 innings – περιόδους στο baseball και μετά από 7 innings – περιόδους στο softball.
- Η ομάδα με τους περισσότερους πόντους κερδίζει. Αν υπάρξει ισοπαλία παίζουν παράταση (μια επιπλέον περίοδος μέχρι να αναδειχθεί νικήτρια ομάδα).

ΕΠΙΘΕΣΗ

- Οι εννέα παίκτες χτυπούν με τη σειρά ένας – ένας. Η σειρά είναι ίδια και δεν αλλάζει κατά τη διάρκεια του αγώνα.
- Σκοπός της ομάδας όταν επιτίθεται είναι να προωθήσει τους παίκτες στις βάσεις, ώστε κάθε φορά που συμπληρώσουν ένα γύρο των βάσεων να επιτυγχάνουν έναν πόντο.



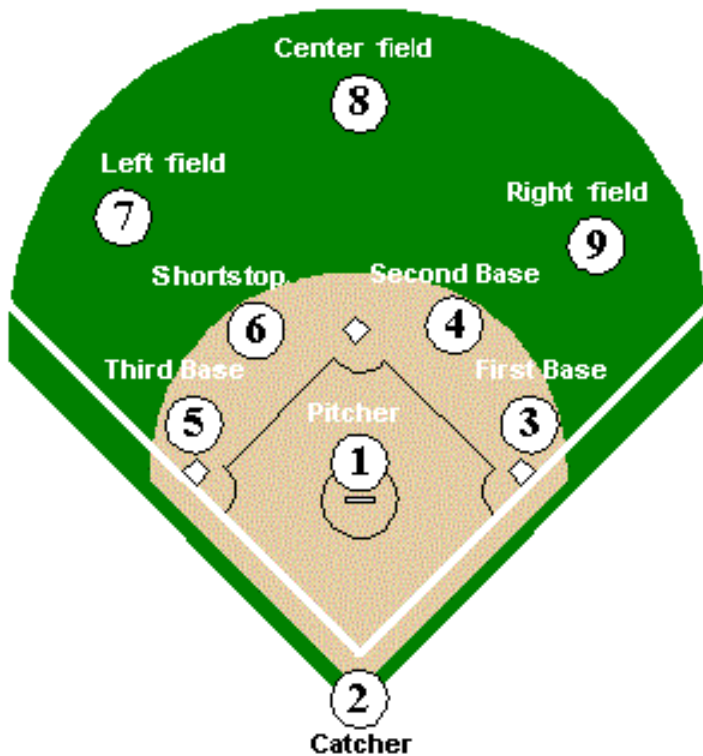






ΑΜΥΝΑ

Οι εννέα παίκτες καταλαμβάνουν θέσεις στο γήπεδο με σκοπό την υποδοχή της και να αποκλείσουν τους επιτιθεμένους παίκτες (να πετύχουν τα OUT).

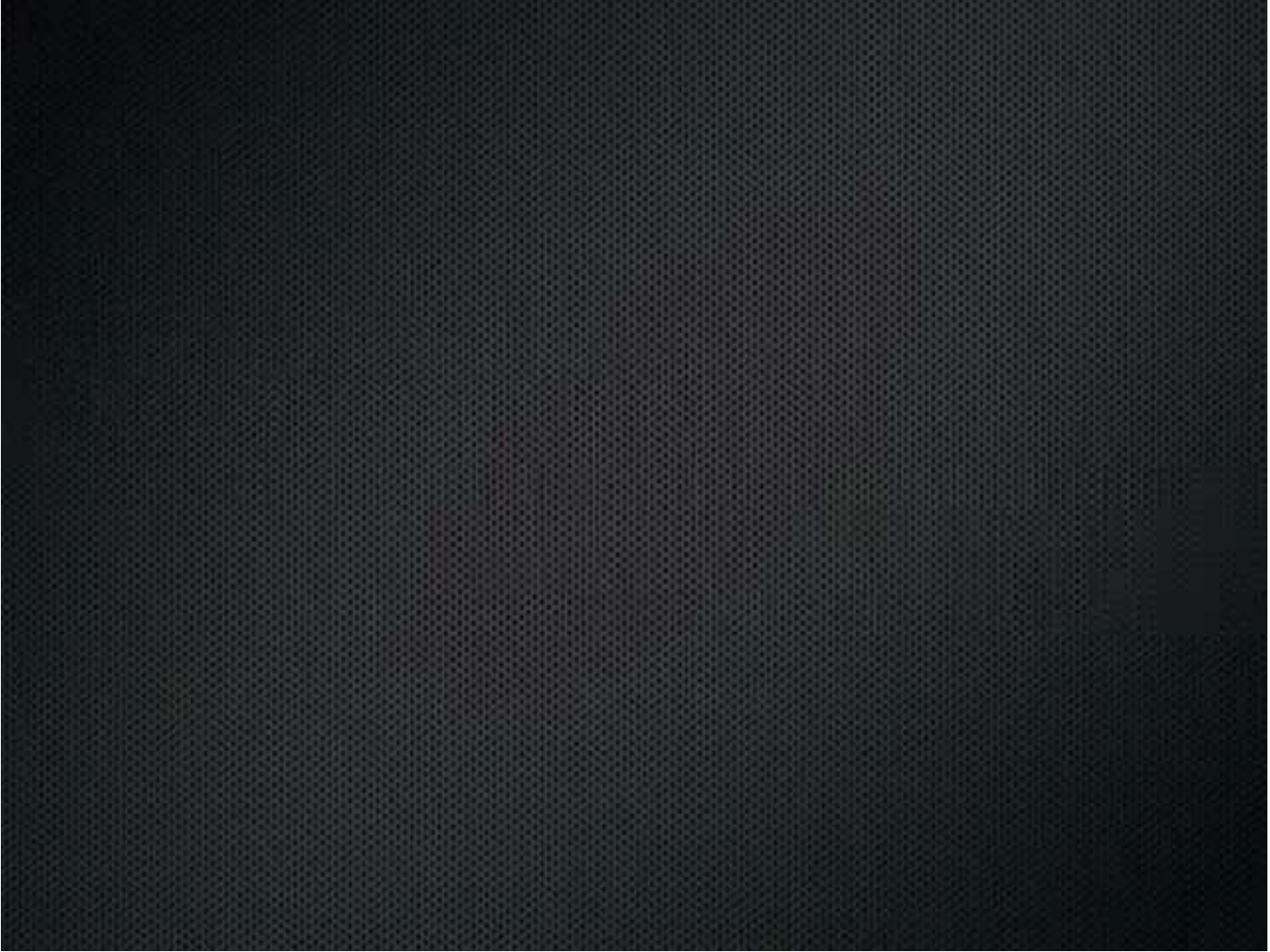


1. Pitcher - Ρίπτης
2. Catcher - Υποδοχέας
3. First Baseman – Αμυντικός Πρώτης Βάσης
4. Second Baseman – Αμυντικός Δεύτερης Βάσης
5. Third Baseman – Αμυντικός Τρίτης Βάσης
6. Shortstop - Ενδιάμεσος
7. Leftfielder – Αριστερός Οπισθοφύλακας
8. Centerfielder – Δεξιός Οπισθοφύλακας
9. Rightfielder – Δεξιός Οπισθοφύλακας

Τέσσερις (4) τρόποι επίτευξης των αποκλεισμών (out):

Fly Out: Όταν ένας αμυντικός υποδεχτεί μια μπάλα χτυπημένη με το ρόπαλο στον αέρα (χωρίς να έχει πρώτα επαφή με το έδαφος).









Ground Out: Όταν, μετά από χτύπημα της μπάλας με το ρόπαλο στο έδαφος, ο αμυντικός μεταβιβάσει την μπάλα στη βάση που προωθείται ο επιτιθέμενος (λόγω force play – υποχρεωτική προώθηση) και ο συμπαίκτης του υποδεχτεί την μπάλα και ακουμπήσει τη βάση πριν προλάβει να τη φτάσει ο επιτιθέμενος.











**Watch "FREE" Satellite
TV Channels on your computer**

Go To: www.SatelliteTV.we.bs

Tag Out: Όταν ένας αμυντικός ακουμπήσει έναν επιτιθέμενο με την μπάλα εκτός βάσης.





9th BAL 2 NYY 5
8TH 3-2 0 OUTS PITCHES 101

4

Griole



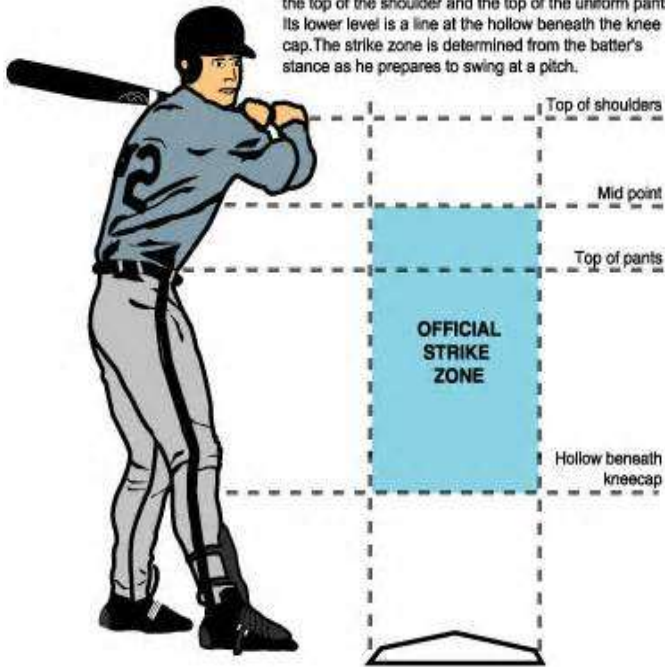
Strike Out – Τρεις αποτυχημένες προσπάθειες του Batter - Ροπαλιστή

Τρεις τρόποι να χρεωθεί strike ένας batter – ροπαλιστής:

- Να μην πετύχει την μπάλα με το ρόπαλο.
- Να πετύχει την μπάλα, αλλά να τη στείλει έξω από τα πλάγια όρια του γηπέδου (foul ball).
- Να στείλει την μπάλα ο pitcher - ρίπτης στη strike zone - ζώνη κρούσης και να μην επιχειρήσει προσπάθεια ο batter – ροπαλιστής.

The Strike Zone

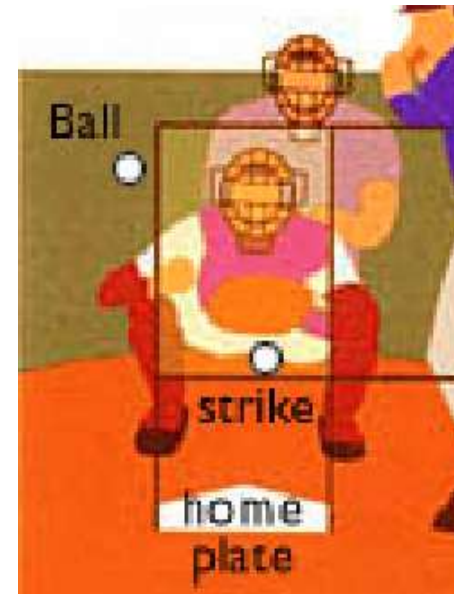
The strike zone is an area over home plate. Its upper limit is a horizontal line at the midpoint between the top of the shoulder and the top of the uniform pants. Its lower level is a line at the hollow beneath the knee cap. The strike zone is determined from the batter's stance as he prepares to swing at a pitch.



Strike Zone – Ζώνη Κρούσης

Είναι ο νοερός χώρος από το ύψος του γονάτου, έως τη μέση (baseball) – στήθος (softball) και ανάμεσα στα όρια της τελικής βάσης, όπου ο pitcher – ρίπτης οφείλει να στείλει τη ρίψη.

Στις τέσσερις (4) αποτυχημένες προσπάθειες του ρίπτη να στείλει την μπάλα στη ζώνη κρούσης (balls), ο επιτιθέμενος κερδίζει μια βάση.



Εξοπλισμός για τους επιθετικούς

- Ρόπαλο

Baseball: Ξύλινο (κυρίως) ή αλουμινένιο



Softball: Αλουμινένιο αποκλειστικά.



- Κράνη

Ουσιαστικά, ίδια και για τα δύο αθλήματα. Στο Baseball επιτρέπεται η χρήση κράνους με κάλυμμα μόνο για το ένα αυτί, ενώ στο softball, υπάρχουν κράνη ειδικά διαμορφωμένα, ώστε να χωράνε οι κοτσίδες των γυναικών. Για ανήλικους αθλητές, επιτρέπεται η σύνδεση προστατευτικού πλέγματος για το πρόσωπο.



Εξοπλισμός για τους αμυντικούς

Γάντι. Φοριέται από τον αμυντικό στο αντίθετο από το χέρι ρίψης (στο αριστερό χέρι για δεξιόχειρα και το αντίστροφο). Ο Catcher – Υποδοχέας και ο First Baseman – Αμυντικός Πρώτης Βάσης δικαιούνται να φορούν ειδικό στρογγυλό γάντι – mitt.



Glove



Mitt

- Προστατευτικά του Υποδοχέα – Catcher's Paraphernalia

Η προστατευτική στολή του υποδοχέα αποτελείται από τη μάσκα (mask), τον θώρακα (chest protector) και τις καλαμίδες (shin guards)



BASEBALL

≠

SOFTBALL

ΜΠΑΛΑ

BASEBALL

Άσπρη

Περιφέρεια $9 \frac{1}{4}$ in – 23.5 cm

Βάρος $5 \frac{1}{4}$ oz – 150 gr



SOFTBALL

Κίτρινη

Περιφέρεια 12 in – 30.5 cm

Βάρος 6,5 oz – 185 gr



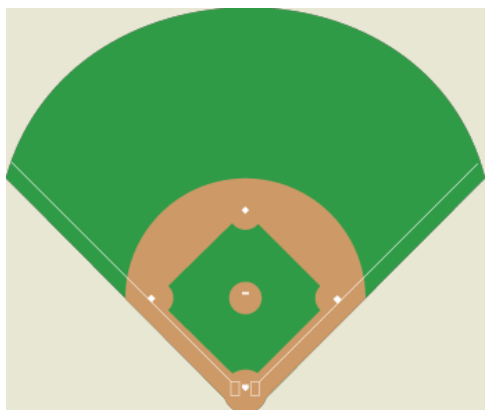
Η μπάλα του Baseball, παρ' όλο που είναι πιο μικρή, είναι πιο «σκληρή» με αποτέλεσμα να έχει μεγαλύτερη πτητική ικανότητα.

ΓΗΠΕΔΟ

BASEBALL

120μ τελική ως φράχτη

Χόρτο σε όλο το γήπεδο,
εκτός από τις διαδρομές γύρω
από τις βάσεις.



SOFTBALL

67.06 - 76.20μ τελική ως φράχτη

Χώμα σε όλη την εσωτερική
αμυντική ζώνη, χόρτο στην
εξωτερική αμυντική ζώνη.

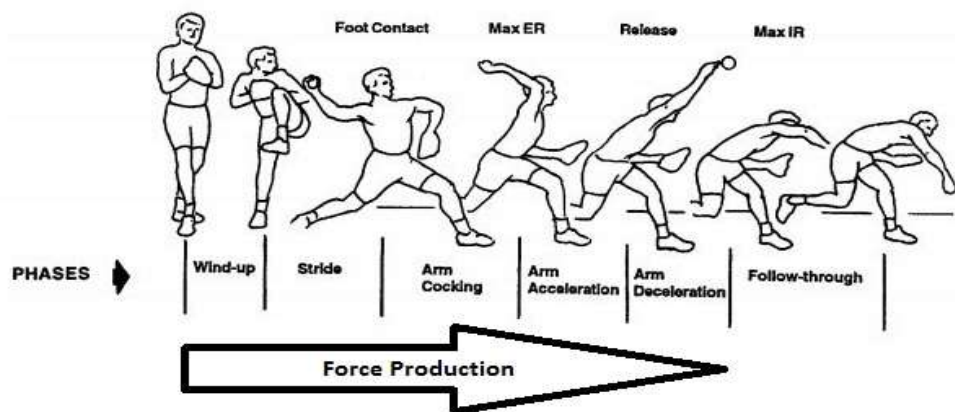


Το γήπεδο του baseball είναι σχεδόν διπλάσιο από του softball.

PITCHING MOTION – ΡΙΠΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ

Στο softball ο ρίπτης είναι υποχρεωμένος να εκτελέσει ρίψη με ανάποδη κυκλική κίνηση (underhand) βάση κανονισμού.

Στο baseball ο ρίπτης μπορεί να εκτελέσει τη ρίψη με όποιον τρόπο θέλει (συνήθως overhand).



BASEBALL

SOFTBALL





ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Το οργανωμένο **BASEBALL** παίζεται ουσιαστικά αποκλειστικά από **ΑΝΔΡΕΣ**. Υπάρχουν μεμονωμένες περιπτώσεις αγώνων για γυναίκες.

Το **SOFTBALL** σε όλες του τις μορφές (fastpitch – ταχείας βολής, slowpitch – βραδείας βολής και co-ed - μεικτό) παίζεται και από άνδρες και από γυναίκες. Μάλιστα το slowpitch και το co-ed αποτελούν, ίσως τα πιο διαδεδομένα ομαδικά αθλήματα αναψυχής στις Η.Π.Α..

Όσον αφορά το softball υπάρχει ακόμα και indoor-arena softball, beach softball και wheelchair softball.



Arena Softball



Beach Softball

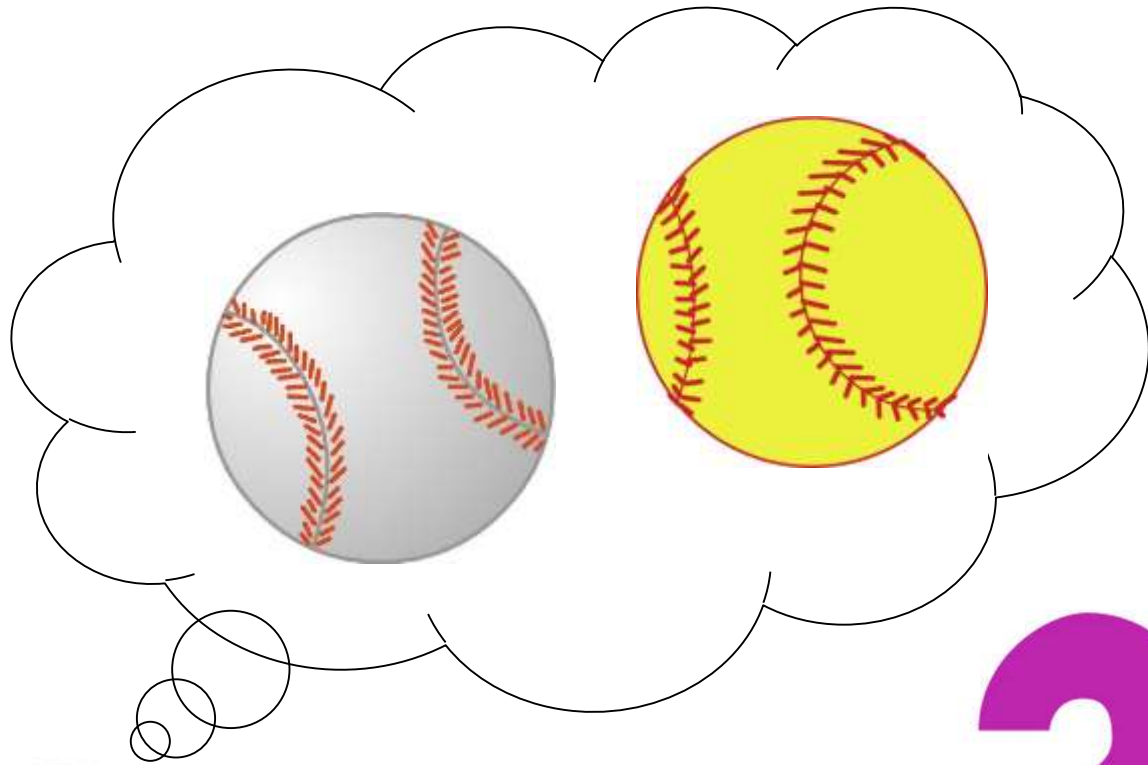


Wheelchair Softball

BASEBALL

ή

SOFTBALL



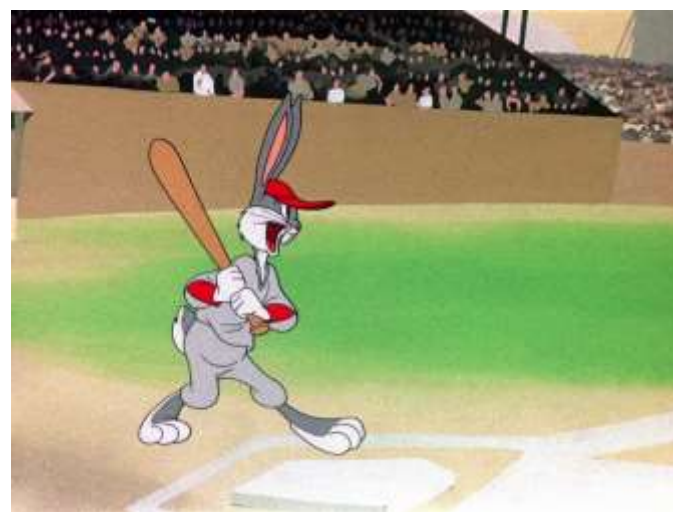
ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ SOFTBALL

- Το άθλημα και οι κανονισμοί τους είναι έτσι διαμορφωμένα, ώστε απευθύνεται και στα δύο φύλα, σε όλες τις ηλικίες και σε ποικιλία μορφών. ΜΠΟΡΟΥΝ ΟΛΟΙ ΝΑ ΠΑΙΞΟΥΝ.
- Ο χώρος που απαιτείται είναι ο μισός σε σχέση με το baseball.
- Για να μάθει κάποιος baseball, ξεκινάει ουσιαστικά παίζοντας softball.
- Το παιχνίδι διαρκεί λιγότερο και έχει ταχύτερη ροή.
- Σαν άθλημα έχει προοδεύσει κατά τη διάρκεια των ετών.



ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ BASEBALL

- Το άθλημα είναι περισσότερο διαδεδομένο, με μεγαλύτερη προβολή σε όλες τις χώρες με τηλεοπτική κάλυψη (κυρίως το Αμερικανικό Επαγγελματικό Πρωτάθλημα MLB).
- Σε αγωνιστικό επίπεδο είναι πιο εύκολο να σταθεί ομάδα γιατί, λίγο πολύ όλοι μπορούν να κάνουν pitch – ρίψη, λόγω της «φυσιολογικής» κίνησης, σε σχέση με τον pitcher – ρίπτη στο fastpitch softball, του οποίου η «ανορθόδοξη» τεχνική είναι εξειδικευμένη.



ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

