

## COMO A EQUIPE ATACA - SISTEMAS OFENSIVOS

SOB LINHA 1:
SOB LINHA 2:
SOB LINHA 3:
SOB LINHA 4:
NO LATERAL DEFENSIVO:
NO LATERAL OFENSIVO:
NO ESCANTEIO:
NAS FALTAS:
4 x 3:
OUTROS:

## COMO A EQUIPE DEFENDE - SISTEMAS DEFENSIVOS

ESCANTEIO	Marca por zona
	Marca individual
LATERAL OFENSIVO	Marca por zona
	Marca individual
	Marca atrás da linha da bola
LATERAL DEFENSIVO	Marca por zona
	Marca individual
	Marca atrás da linha da bola
LINHA 1	Marca a 1ª bola ("espeta")
	Com o pivô na meia-quadra de ataque o fixo marca na frente ou antecipa no lançamento do goleiro
	Com o pivô na meia-quadra de ataque o fixo marca atrás e não antecipa
	Quando o pivô flutua para a meia-quadra de defesa o fixo acompanha
	Quando o pivô flutua para a meia-quadra de defesa o fixo não acompanha
LINHA 2	O goleiro atua com líbero (faz coberturas)
	Encaixa a marcação após a 1ª bola
	Não encaixa a marcação após a 1ª bola
	Investe em dobras
	Marca por zona
LINHAS 3 E 4	Marca individual
	Se linha 3, marca atrás da linha central
	Se linha 3, marca à frente da linha central
	Marca individual com troca de marcação
	Marca individual sem troca de marcação
	O ala oposto faz cobertura
	Marca em linha
	Induz o contra-ataque subindo sincronizado
	Investe em dobra
	Marca de forma mista
Marca por zona	
3 X 4	Marca 2.1
	Marca 1.2
	Marca 1.2 com dobra
OUTROS	Faz o retorno da marcação
	Temporiza a defesa quando sofre o contra-ataque