

Košarkarski napad - prehod v napad, hitri proti napadi

“Transition” (prehod) je proces prehajanja iz obrambe v napad (napadalni prehod) ali iz napada v obrambo (obrambni prehod). Vaš napadalni prehod je lahko počasen , hiter in agresiven ali nekaj vmes. Vsak trener mora sam določiti kaj je najboljšo za njegovo ekipo. Ali želite igrati igro na visokem tempu še posebej, če imate hitre igralce, ki so močni tudi pod košem ali pa nižji tempo igre, če imate malo bolj počasne igralce, ki še nimajo dobre kontrole nad žogo in so neizkušeni.

Prednosti hitrih proti napadev:

1. V hitrih proti napadih lahko dosežete lahke koše.
2. Z agresivnimi proti napadi dajete nasprotnike pod pritisk, zato bodo konstanto skrbeli, da se vračajo v obrambo. Tako mišljenje bo povzročilo, da bodo nasprotni igralci manj agresivni pri napadalnih skokih v napadu.
3. Agresivni način igre ekipe v napadu se bo pogosto prenesel tudi v obrambo in skoke na obeh straneh.
4. Visok tempo je velika prednost ekip, ki ima kondicijsko dobro pripravljene igralce. Ekipe, ki pa nima kondicijsko pripravljenih igralcev bo običajno zelo utrujeno do zadnje četrtine.
5. Hitri proti napadi bodo zlomili nasprotnikovo agresivno obrambo.
6. Ekipe, ki igra z visokim tempom po navadi porabi več igralcev s klopi saj ja so menjave bolj pogoste. To velikokrat pripelje do dobre ekipne harmonije saj veliko igralcev dobi zadosti igralnega časa.
7. Igralci in gledalci po navadi uživajo v igri z visokim tempom.
8. Spraviti žogo hitro pod nasprotnikov koš je dobra taktika proti conski obrambi.

Osnove napadalnega prehoda:

Najpomembnejše pravilo, ki ga morajo igralci dojeti je da morajo biti vedno pod nadzorom. Ne želite si, da bi bil rezultat vaših proti napadov izgubljene žoge in zgrešene priložnosti za doseganje košev. Igralci se morajo naučiti kdaj morajo hitro pritiskati na nasprotnikov koš in kdaj morajo umiriti tempo

igre in ga nadzirati. Morajo se naučiti da ne silijo v slabe podaje. Nekatere ekipe rade pritiskajo ob vsaki situaciji (ukradena žoga, obrambni skok, po zadetku nasprotnika), nekatere ekipa pa samo ob določenih situacijah ali samo po ukradeni žogi.

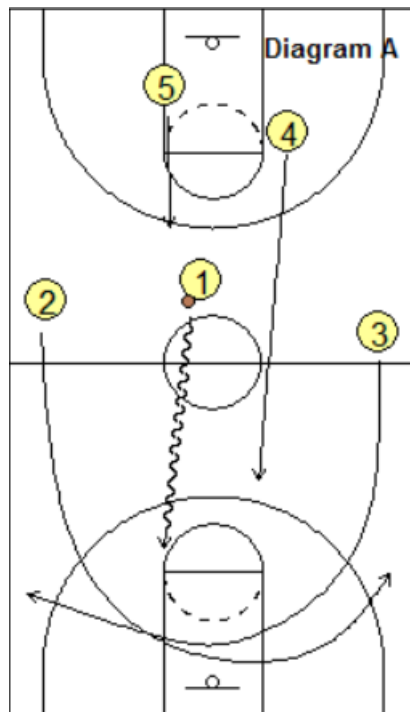
Čeprav so to "le" osnove se morajo mladi igralci naučiti prehodov iz obrambe v napad. Mladi igralci se morajo naučiti, da ko visok notranji igralec dobi skok v obrambi, da hitro poda žogo organizatorju ali drugemu, ki obvlada žogo, da spravijo žogo čim prej na nasprotnikovo stran tudi, če igrajo umirjen tempo.

Organizatorje igre je treba naučiti, da ko soigralec dobi skok v obrambi se morajo hitro odkriti na pozicijo kamor jim lahko soigralec poda žogo. Trenerji predvidevajo da otroci to že vedo, vendar kot vsako osnovno stvar jih morajo tudi to naučiti. Igralce, ki dobivajo skoke morajo naučiti, da ko dobijo skok morajo iskati za preprosto in čisto podajo do organizatorja. Pogosto se zgodi, da mladi igralci si priborijo skok v obrambi potem pa z nezbrano in površno podajo zapravijo možnost za proti napad.

Trenerji radi določijo visoke igralce, ki igrajo pod košem, da vrnejo žogo nazaj v igro po zadetku ali iz avta. Take igralce je potrebno naučiti, da se hitro premaknejo pod nasprotnikov koš ob takih situacijah, da naredijo prostor za organizatorje ali pa da se hitro izvaja iz avta in dobijo priložnost za lahka polaganja.

Vodenje primarnih proti napadov:

Obstaja veliko načinov za vodenje proti napadov, ampak večino metod uporablja ideologijo polnjenja treh kolon vzdolž igrišča. Igralec z žogo vodi po sredini naravnost proti košu, igralca na drugi in tretji poziciji pa zavzameta stranski liniji kot je prikazano na sliki.



Nekateri trenerji pravijo, da ni važno kdo je na kateri liniji, važno je da jih čim hitreje zapolnijo in krenejo v napad. Drugi pa pravijo, da žogo vedo podati organizatorju igre ta vodi po sredi in nato se poda nekemu na zunanji liniji, to pa zato, da ne pride do zmede in vsak pozna svojo nalogo.

Po ukradeni žogi ali dobljenem skoku v obrambi se vedno podaja organizatorju, ki se ponavadi odkrije na stran. Nato organizator hitro vodi naprej po sredini igrišča. Če se proti napad ne more izpeljati umirimo tempo, da se izognemo izgubljenim žogam. Velja tudi pravilo, kdor dobi skok ta se zadnji priključi napadu.

Ko vodimo primarni proti napad po želji mora biti žoga vedno pri igralcu na sredini tudi, če se napad vodi samo po dveh linijah. Igralec na sredini vodi žogo do linije prostih metov in če nima 100% odprte podaje do soigralca je bolje, da gre sam do konca na koš. Igralci na straneh morajo biti obrnjeni 45 stopinj od koša in tečejo v loku proti košu, da so lahko pripravljene na podajo ali če se drugi igralec odloči za met, da gre agresivno na skok. Če se nič od tega ne zgodi morata oba krilna igralca križati pod košem in zavzeti kot ali krilo na drugi strani od koder sta pritekla, igralec z žogo pa se pomakne na desno stran kroga prostih metov.

Igralec na četrti poziciji mora priteči po levi strani igralca z žogo in pričakovati podajo, da gre na koš. Zadnji igralec pa mora počasi priti do napada in poskrbeti, da nima nobenega nasprotnikovega igralca za hrbtom. Zadnji igralec preprečuje lahke proti napade. Če ni zaključka pri proti napadu ekipa nadaljuje z organiziranim napadom.

Začetek proti napada:

Trenerji imajo različne načine kako začeti proti napade z dobljenim skokom v obrambi. Nekateri imajo rajši, da se podaja na stran organizatorju in ta potem ali poda naprej ali pa hitro vodi žogo proti sredinski liniji v napad.

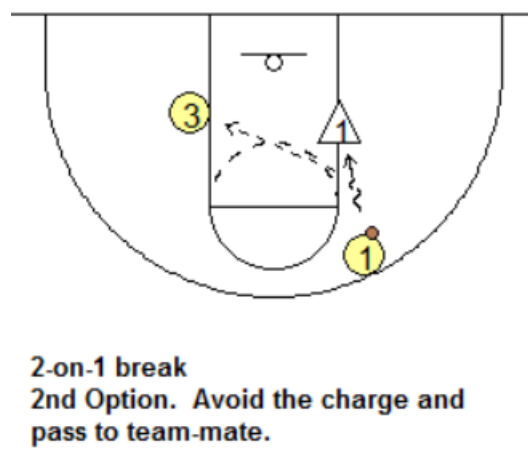
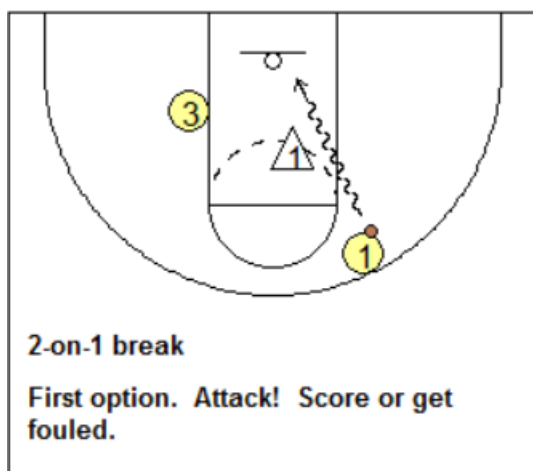
Drugi trenerji pa imajo rajši direktne podaje organizatorju v sredinsko linijo, če uspe taka podaja je to zagotovo najhitrejši in najlažji način za proti napad. S tako podajo se izognemo nevarnim podajam po širini, ki se lažje prestrežejo. Nato organizator hitro zasede sredinsko linijo druga igralca pa zunanji liniji. Za uspešen proti napad je odvisno od:

1. Dobiti skok v obrambi
2. Hitro in učinkovito podajo proti organizatorju
3. Hitro zapolniti linije
4. Ohranjati nadzor (hitro v napad, ampak nikoli se zaleteti)
5. Prepoznavanje situacije. Nikoli izsiljevati podaje oziroma hitrega napada, če ni dobra situacija

Posebne situacije:

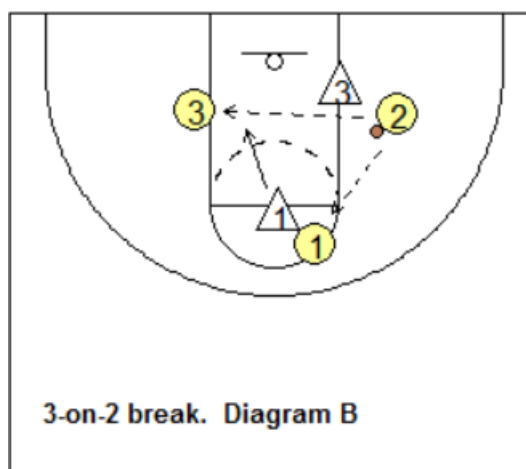
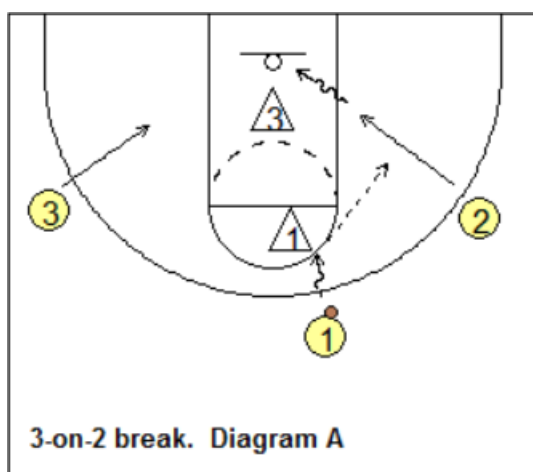
2 na 1 proti napad:

Če gremo v proti napad 2 na 1, mora biti naša prva misel zadeti koš oz. izsiliti prekršek. Igralec z žogo mora biti pod kotom vzdolž linije (glejte spodje slike). Vaš soigralec mora biti nasproti vas pripravljen za podajo oz. dobiti skok. Če gre obrambni igralec na vas oz. igra na prekršek se ustavite in podate soigralcu.



3 na 2 proti napad:

V tej situaciji sta v obrambi dva branilca in v napadu na vsaki liniji en igralec. Po navadi bo en od branilcev višje postavljen drugi pa globoko pod košem. Organizator ne sme iti dlje od linije prostih metov. Mora iskati krilna igralca in podati enemu, tadva pa nadaljujeta igro 2 na 1 in igrati na koš oz, iskati prekršek.



Rezultati premnogih podaj je izgubljena žoga in izgubljena priložnost za koš. Če obrambni dobro pokrije krilnega igralca mora ta iskati soigralca na drugem krilu ali podati nazaj organizatorju za odprt met.