

Članek za
Bilten ZKTS št. 1

David DEDEK

Nekoliko modificiran napad »Triangle Offense«

Ljubljana, 23.5.2001

IZVLEČEK

V članku je opisana ena od napadalnih akcij, ki jih je igrala kadetska reprezentanca Slovenije (rojeni v letu 1985). Posebnost akcije je, da se razvija v odvisnosti od smeri podaj. Akcija temelji na napadu »Triangle Offense«, ki ga je razvil Tex Winter. Napad je precej spremenjen in vsebuje tudi dele različnih akcij, ki jih igrajo različna članska moštva. Napad primeren tako za boljša moštva mlajših starostnih kategorij (mladici), kot tudi za članska moštva.

PREDMET IN PROBLEM

Pri dosedanjem delu sem večkrat naletel na problem, da smo imeli v moštvu zelo malo visokih igralcev, navadno celo brez izrazito visokih. S podobnim problemom se srečuje večina trenerjev mlajših starostnih kategorij in tudi večina članskih moštev nima visokih igralcev v izobilju. Navadno pa imamo nekaj igralcev, ki so natančni pri metih z razdalje in vsaj enega branilca, ki odlično igra blok z odvajanjem noter ali ven (v nadaljevanju pick&roll in pick&pop). Verjetno je med vami mnogo takih, ki imate podobno strukturo moštva, saj je taka sestava moštva dokaj tipična za slovenske razmere.

Glede na igralce, njihove dobre in slabe lastnosti, ter predvidene nasprotnike, pripravimo strategijo napada. Tako smo se pri delu s kadetsko reprezentanco odločili za več različnih napadalnih akcij, da je bil naš napad kar najbolj raznovrsten. Izbor napadalne akcije je narekovala trenutna postava v igri. Pripravili smo nekaj kratkih akcij, ki so bile primerne za hiter zaključek in izrabo posebnih kvalitiet boljših igralcev, kot tudi dve daljši, pri katerih je bilo možnosti za zaključek več. V nadaljevanju bom predstavil eno od bolj kompleksnih napadalnih akcij.

Pred načrtovanjem napada so bili izbrani pogoji, katerim je napad moral zadostiti. Napad naj bi temeljil na igri z enim centrom pri čemer naj bi bili igralci na zunanjih igralnih mestih čim bolj enakovredni. Napad se je moral začeti visoko, z dvema branilcema. Pomembno je da zunanji igralci ohranjajo dobro razporeditev v napadu, kar jim omogoči mete za 3 točke, prostor za vtekanja in prodore, centru pa igro 1:1. Posebno pomemben pogoj pa je bil, da imajo igralci možnost izvedbe napada, ne gleda na reakcije obrambe. Če tega pogoja ne upoštevamo, lahko obramba z agresivno igro na enem od igralcev povsem omrtvi igro.

V nadaljevanju opisana akcija je bila razvita na osnovi napada Triangle Offens. Triangle Offense je predstavil Tex Winter. Večina trenerjev se je s tem napadom že srečala, saj so ga v času Phila Jacksona igrali Biki iz Chicaga, sedaj pa ta napad razvijajo pri Jezernikih iz Los Angelesa. Napad je predstavljen na internetni strani:

http://www.bbhighway.com/Talk/Coaching_Box/Clinics/Triangle/triangle_intro.asp, in v knjigah The tripple post offense ter The sideline triangle, avtorja Winter Tex-a.

Za potrebe našega moštva je bilo potrebno napad nekoliko spremeniti in prirediti. Tako so v napad vključeni posamezni elementi iz igre Slovana, katerega trener je Tomo Mahorič in Union Olimpije, katere trener je Zmago Sagadin.

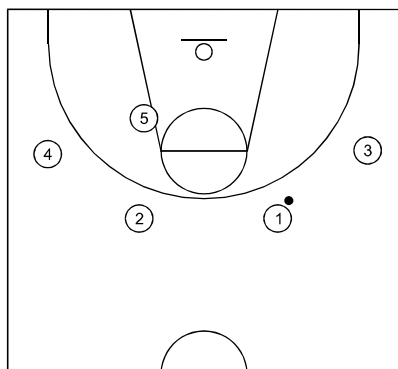
Tovrstnega napada se ni mogoče naučiti v enem tednu. Napad je sicer dovolj preprost, vendar pa se z vsako podajo spreminja potek napada. Ker tak način napadanja ni pogost, potrebujejo moštva nekaj več časa za osvojitve tega načina igre. Pri delu z kadetsko reprezentanco se je ta napad izkazal za zelo koristnega.

Predstavljen napad je zelo uporaben za različna moštva, vendar pa ga je potrebno za posamezno moštvo prirediti v skladu z značilnostmi in sposobnostmi igralcev.

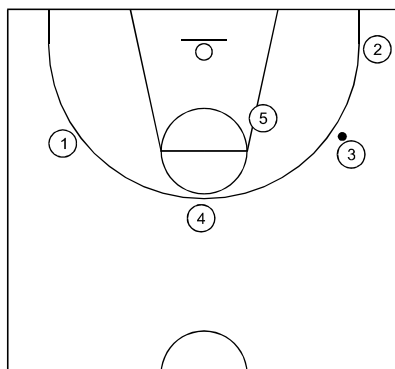
NAPAD

Osnovna ideja napada je, da se razvija v odvisnosti od smeri podaj. Napad se začne z začetno postavitvijo iz katere začnemo napad z enim od treh vhodov.

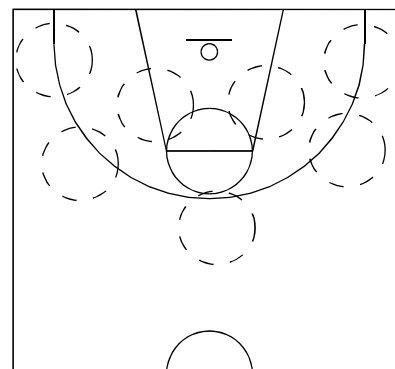
V začetni postavitvi (slika 1) so štiri igralci na zunanjih pozicijah (1, 2, 3, 4) in en na poziciji centa (5). Iz začetne postavitve z različnimi vhodi preidemo v osnovno postavitev (slika 2), ki je osnova za zaključni del akcije. Kot je videti, poskušamo med igralci vedno ohranjati optimalno razdaljo med 3,5 in 4,5 metri. Center igra relativno visoko in se lahko po potrebi spusti nižje. Mesta, na katerih želimo imeti postavljene igralce so predstavljena na sliki 3.



Slika 1



Slika 2



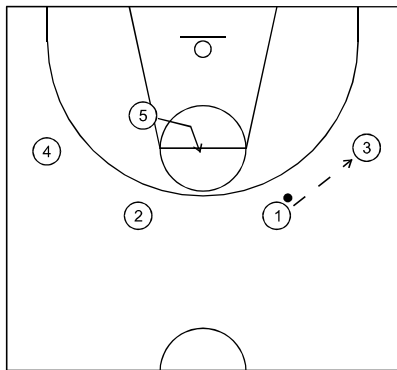
Slika 3

Igralec z žogo (slika 1) ima tri možnosti za podajo, poda lahko igralcem 2, 3 in 5. Tako imamo tudi tri možne vhode v napad. Navadno za prehod iz začetne v osnovno postavitev uporabimo dva vhoda. Prvi je s podajo na krilo. Kadar podaja na krilo ni možna (agresivna obramba), poskušamo z vhodom preko centra. Vhod preko centra lahko uporabljamo tudi sicer in ni potrebno, da ga igramo samo kadar je obramba na krilih agresivna. Tretji vhod (s podajo na branilca) lahko uporabimo na dva načina (samo za prenos žoge ali kot vhod v akcijo). S tremi (enakovrednimi) vhodi omogočimo igralcu z žogo, da lahko odigra akcijo, ne glede na to, na katerih igralcih je obramba agresivna.

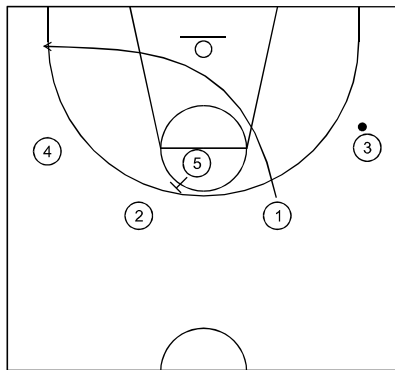
VHOD S PODOJO NA KRILO – »KRILO«

Podaja na krilo:

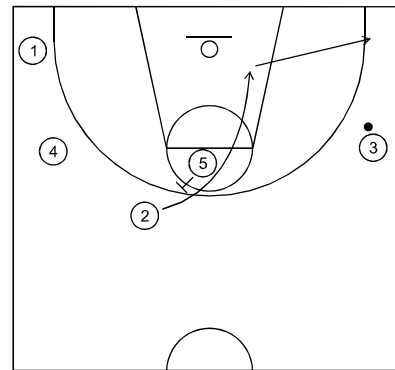
V primeru podaje na krilo (slika 4) branilec (1) takoj vteče proti košu in v kolikor ne dobi žoge, nadaljuje svoje gibanje v nasprotni kot igrišča (slika 5). Center (5) postavi blokado za drugega branilca (2), ki poskuša ob blokadi vteči, sprejeti žogo in položiti na koš. Če igralec 2 žoge ne sprejme, nadaljuje svoje gibanje v kot (slika 6). Center se po blokadi pomakne na pozicijo visokega centra, zunanji igralci pa nekoliko korigirajo svoje postavitve (slika 7). Na ta način smo prišli v osnovno postavitev (slika 2).



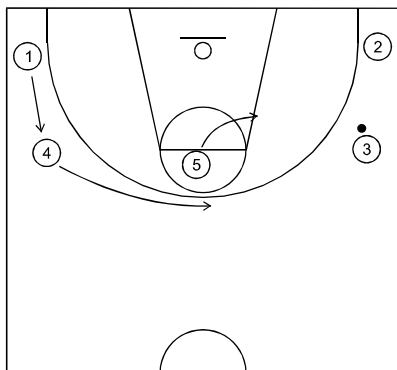
Slika 4



Slika 5

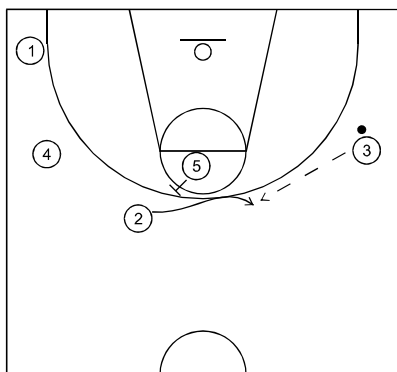


Slika 6

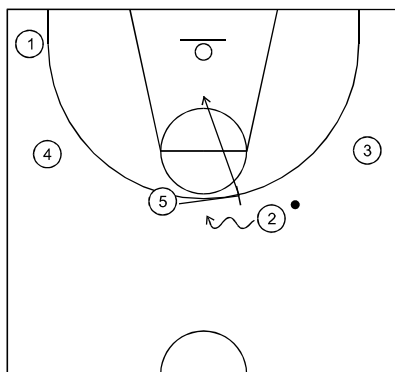


Slika 7

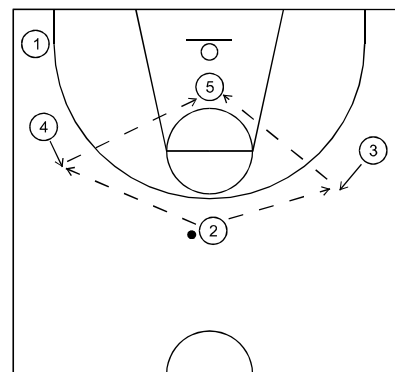
V primeru, da drugega igralca 2 pri vtekanju spremlja obramba po zadnji strani blokade, se lahko ta pomakne ven na neoviran met (slika 8). Če ne vrže, mu center takoj postavlja blokado za pick&roll (slika 9). Igramo lahko 2:2 ali pa koristimo tretjega igralca (slika 10). V primeru, da ni bila možna takojšnja podaja na centra, lahko odigramo 2:2 z izoliranim centrom. Pri napadu moramo biti posebej pozorni na igro visok-nizek, kar pride v poštev, kadar je obramba pri branjenju pick&roll-a prevzemala (slika 11).



Slika 8

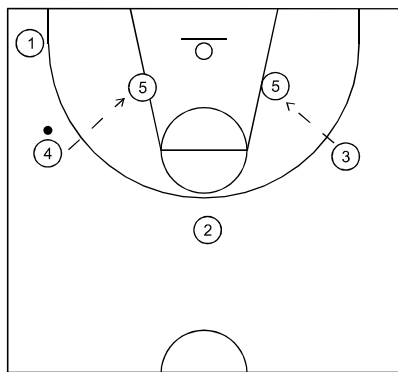


Slika 9

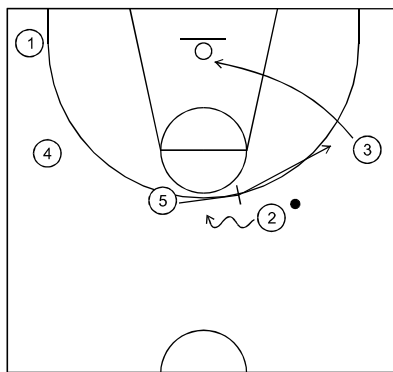


Slika 10

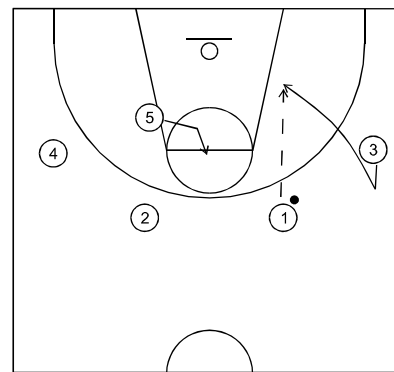
V primeru, da je center dober strelec, imamo možnost ta del odigrati nekoliko drugače. Igralec s strani pomoči (3) vteče pod koš, s tem veže svojega obrambnega igralca, pri čemer ostane centru možnost, da se potegne ven na neoviran met ali igro 1:1 (slika 12).



Slika 11



Slika 12

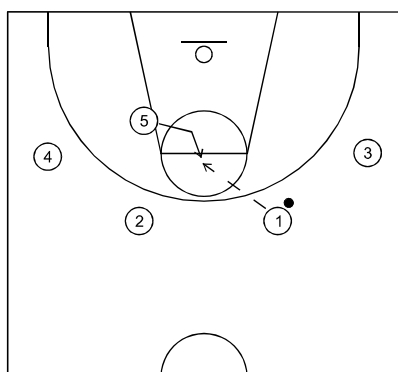


Slika 13

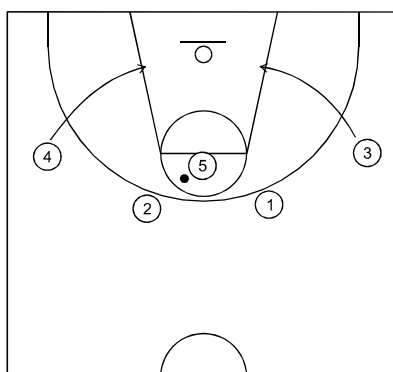
Če se vrnemo na sliko 4, lahko ugotovimo, da bo dobra obramba poskušala akcijo že na začetku preprečiti z agresivno obrambo na igralcu 3. V tem primeru lahko poskusimo z vtekanjem za hrbtom, saj je celoten napad postavljen visoko in taka vtekanja omogoča (slika 13). Druga možnost je, da odigramo vhod s podajo na centra in vtekanjem krilnega igralca (sliki 14 in 15).

VHOD S PODAJO NA CENTRA – »CENTER«

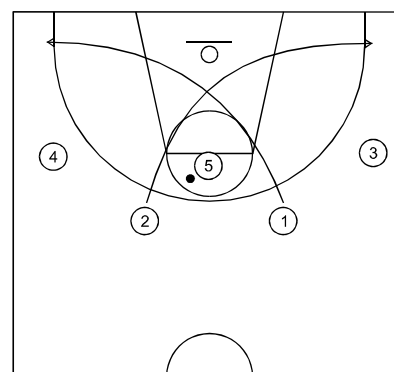
Za vhod s podajo na centra (slika 14) se navadno odločimo, kadar je obramba na krilnih igralcih zelo agresivna. V tem primeru branilca (1 in 2) trenutek počakata, oba krilna igralca (3 in 4) pa poskušata vteči za hrbtom (slika 15). V primeru manj agresivne obrambe na krilnih igralcih, le-ta ne poskušata vteči za hrbtom. Po podaji na centra oba branilca vtečeta mimo centra, pod njim križata in stečeta v nasprotna kota igrišča (slika 16). Če lahko kateri od njiju pri vtekanju prejme žogo sledi lahek koš, vendar pa je ta podaja zelo težka in le redko uspe. Če je obrambni center pomaknjen nazaj, lahko napadalni center neovirano meče na koš. V primeru, da je obrambni center zelo agresiven, lahko napadalec odigra 1:1. Če napadalec ne naredi nobene od naštetih akcij, poda žogo na krilo (slika 17) in se pomakne na pozicijo visokega centra, zunanja igralca pa korigirata svoji postavitvi (slika 18). Na ta način pridemo v osnovno postavitev (slika 2).



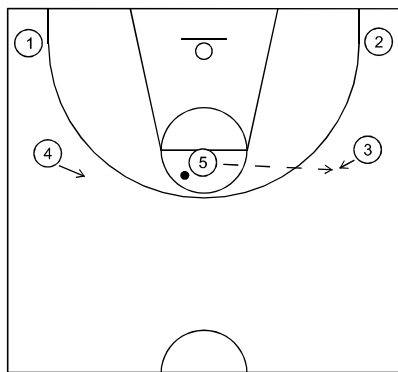
Slika 14



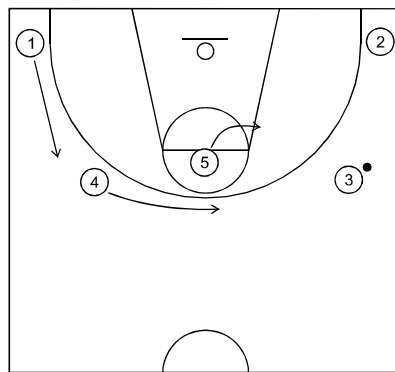
Slika 15



Slika 16

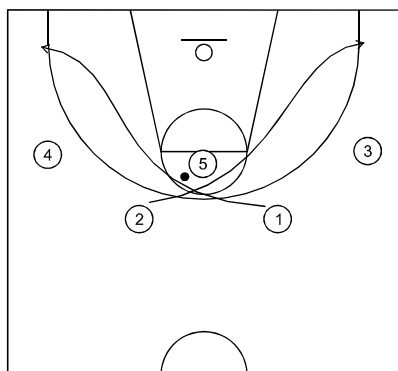


Slika 17



Slika 18

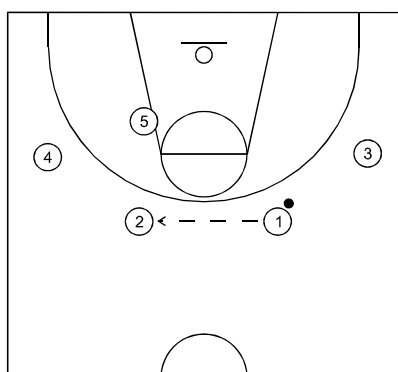
Na začetku razvoja akcije smo igrali vhod s podajo na centra, kot je prikazano na sliki 19. Izkaže se, da je tak vhod sicer dober za vtekanje krilnih igralcev 3 in 4, vendar obramba na branilcih pomaga pri obrambi centra (5) in mu večkrat vzame žogo. Vtekanje krilnih igralcev od agresivni obrambi na njih pa rešimo tako, da branilca pri vtekanju za hip počakata.



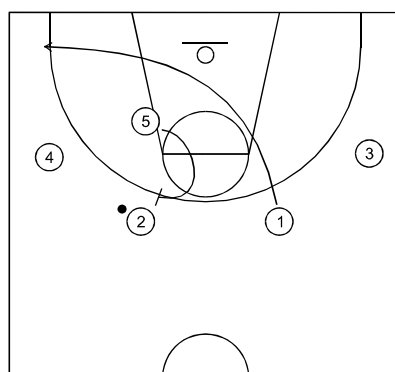
Slika 19

VHOD S PODAJO NA BRANILCA – »BEK«

V primeru podaje na branilca (slika 20) podajalec (1) preteče, branilec z žogo (2) in center (5) pa imata možnost igranje pick&roll-a ali pick&pop-a.



Slika 20



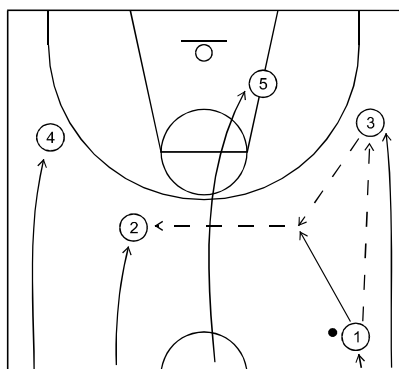
Slika 21

Lahko se odločimo tudi za drugo možnost, kjer podaja na branilca (2) služi prenosu žoge na drugo stran. V tem primeru se akcija v resnici začne šele s podajo na krilo ali centra.

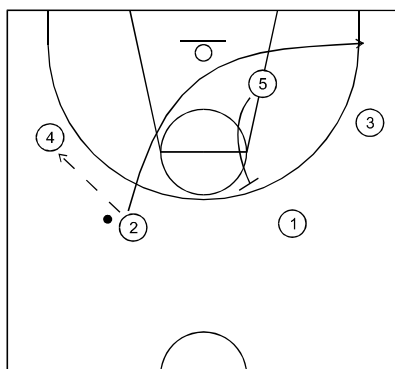
Za ta način se odločimo, kadar ne želimo hitrega zaključka, posebej pa je uporaben, kadar uporabimo ta napad kot zgodnji napad ali nadaljevanje protinapada, kar je predstavljeno v nadaljevanju.

VHOD S PODAJO NA BRANILCA – ZGODNJI NAPAD

V primeru da je center dovolj hitro v protinapadu, se odkriva na stani žoge (slika 22), če ne dobi žoge sledi povratna podaja na branilca, ki jo s podajo prenese na nasprotno stran, in torej igramo akcijo v vhodom »krilo« (slika 23).

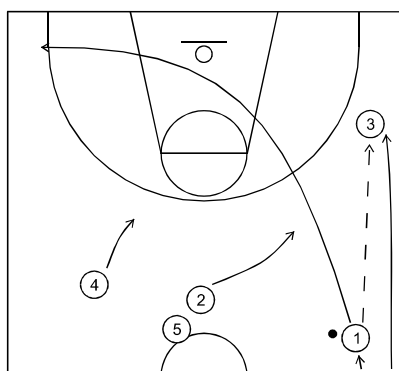


Slika 22

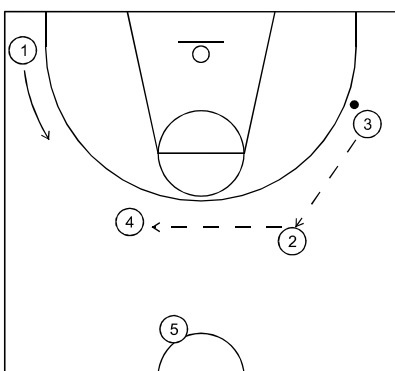


Slika 23

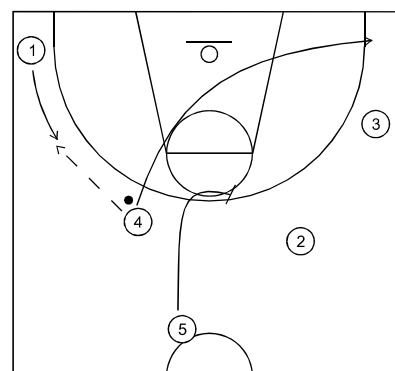
Če center ni dovolj hitro v protinapadu, pa podaji na krilo sledi vtekanje podajalca (slika 24), ostali zunanji igralci pa zavzamejo začetna mesta. V tem času se center že priključi napadu in zopet lahko po prenosu žoge na drugo stran (slika 25) odigramo akcijo z vhodom »krilo« (slika 26).



Slika 24



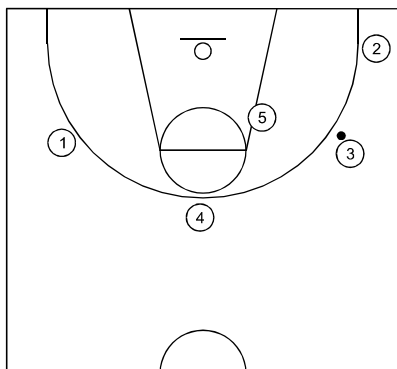
Slika 25



Slika 26

ZAKLJUČEK NAPADA

Z vhodi, ki smo jih pravkar opisali, pridemo v osnovno postavitev (slika 2, slika 27). Od tu sledi zaključek akcije, ki ga izberemo s podajo. Tako imamo na voljo podaje na krilo (2), na centra (5) ali na branilca (4).

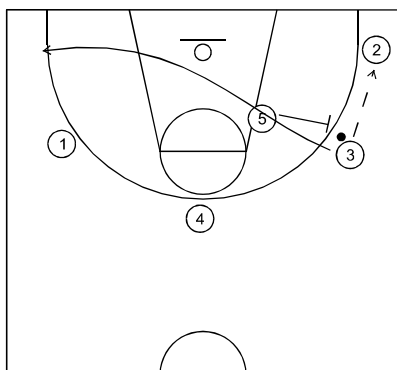


Slika 27

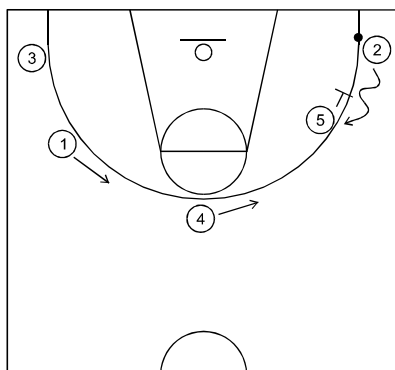
Zaključki so poimenovani po smeri podaje in ne po tem, kateri igralec sprejme podajo.

ZAKLJUČEK S PODAJO NA KRILO – »KRILO«

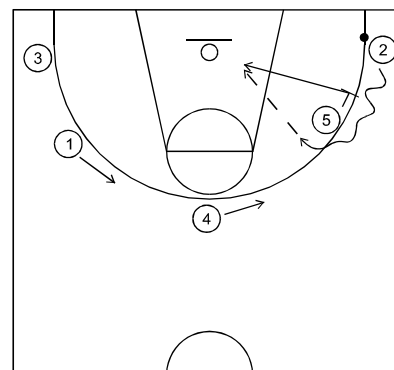
V primeru podaje na krilo (2), dobi podajalec (3) hrbtno blokado od centra (5), ki nadaljuje z gibanjem v pick&roll. Podajalec(3) nadaljuje z gibanjem na razbremenjeno stran. Igralec z žogo (2), ki se nahaja v kotu, se mora pred igranjem pick&roll-a z vodenjem pomakniti nekoliko višje, saj je mesto v kotu igrišča zelo neugodno za igranje pick&roll-a. Zelo pomembno je, da se oba igralca z razbremenjen strani (1, 4) pomakneta proti žogi.



Slika 28

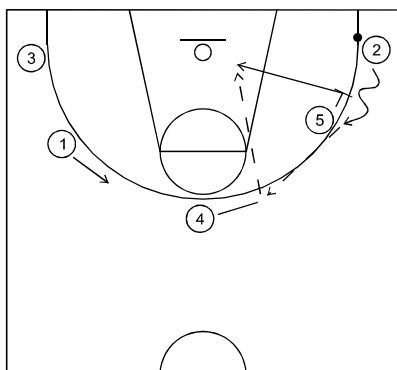


Slika 29



Slika 30

Pick&roll lahko odigramo s podajo na tretjega igralca (slika 31). Pick&pop je v tem primeru manj uporaben, saj v kotu ni dovolj prostora za centra (5).



Slika 31

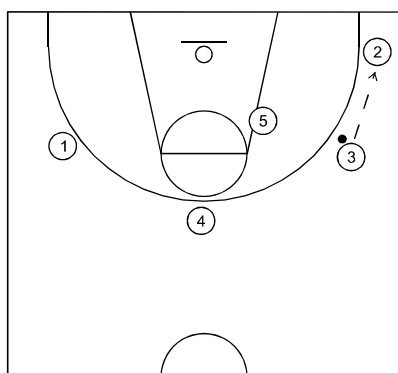
Pri dosedanjem delu se je hrbtna blokada centra (5) za krilo (3) izkazala za manj učinkovito, zato lahko ta del zamenjamo z eno od naslednjih možnosti:

Možnost 1:

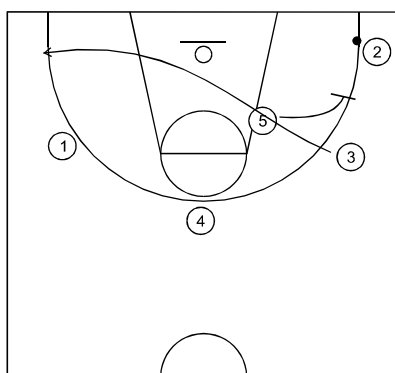
- Podajalec (3) po podaji (slika 32) takoj vteče, center (5) pa postavlja blokado brez predhodno postavljenega hrbtnega bloka (slika 33).

Možnost 2:

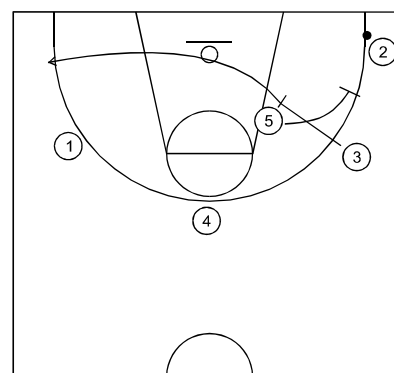
- Podajalec (3) po podaji (slika 32) postavi blokado za centra (5) in nadaljuje z gibanjem na stran pomoči (slika 34). Center mimo blokade svoje gibanje nadaljuje v postavljanje blokade za pick&roll. Ta primer je še posebej dober, ker obrambni center zamuja pri pomoči pri pick&roll-u, kar lahko povzroči dodatne preglavice obrambi.



Slika 32



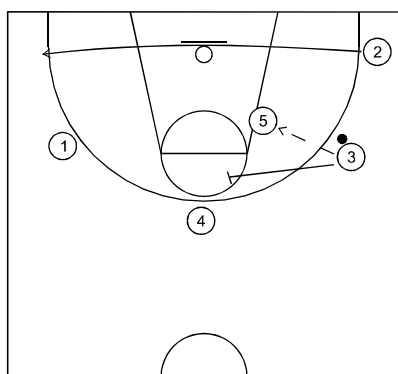
Slika 33



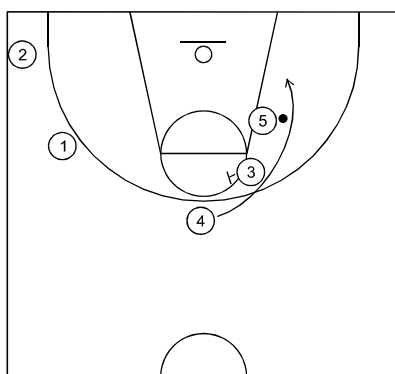
Slika 34

ZAKLJUČEK S PODAJO NA CENTRA – »CENTER«

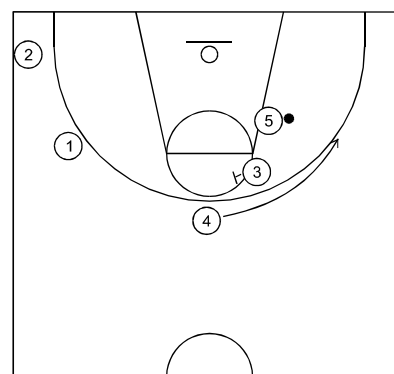
V primeru podaje na centra (slika 35) poskuša igralec v kotu (2) vteči za hrbtom, podajalec (3) steče v blokado zgornjemu igralcu (4), ki ob blokadi steče proti centru na vročanje in polaganje (slika 36) ali pa se odkrije na pozicijo za met (slika 37).



Slika 35

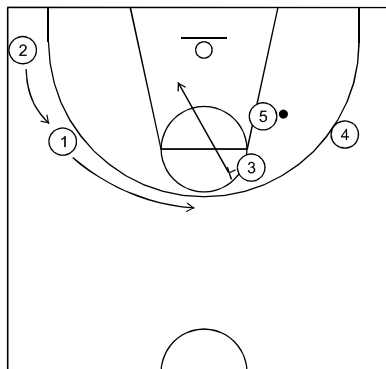


Slika 36



Slika 37

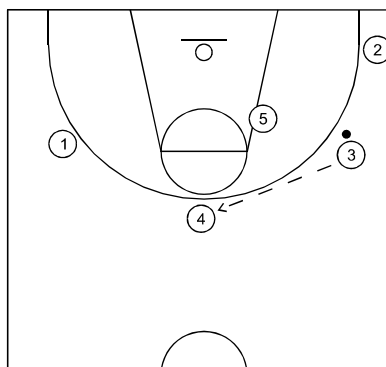
Večkrat se zgodi, da podobno visoki igralci v obrambi med seboj prevzemajo. V tem primeru se igralec po dobro postavljeni blokadi odvoji pod koš, medtem ko zunanja igralca (1 in 2) korigirata svoj položaj (slika 38). Če ne sprejme žoge nadaljuje s svojim gibanjem na pozicijo, ki jo je spraznil igralec 2. Ne glede na to, ali se igralec 3 odvoji ali se povleče ven, imamo izolacijo centra in igro 2:2 (slika 40).



Slika 38

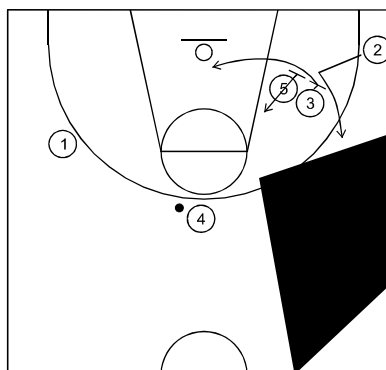
ZAKLJUČEK S PODAJO NA

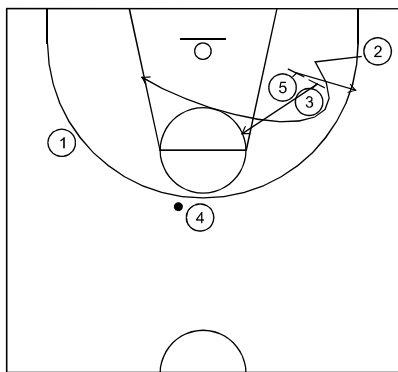
Pri zaključku s podajo na bran dvojno blokado za igralca 2 (navesti na blok. Pri gibanju iz ob dvojni blokadi (slika 43) ali in reakcije obrambe. Na njegov gibanjem prvega igralca (slike



Slika 41

Če se igralec 2 odkrije ven i pomakne v kot in zopet smo v

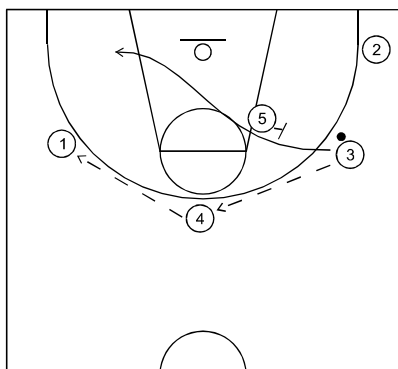




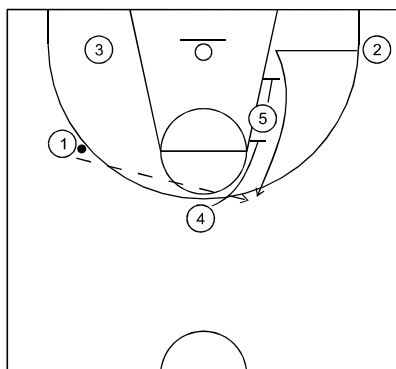
Slika 47

Če želimo v naš napad vključiti tudi zaporedne blokade, se lahko odločimo za enakovredno nadaljevanje v primeru podaje na branilca:

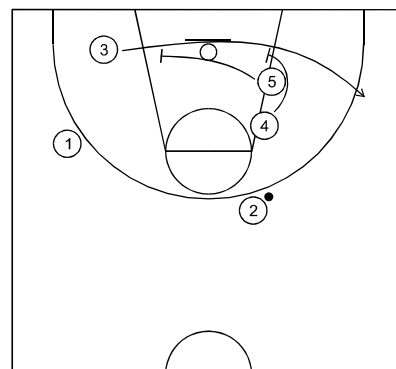
Igralec 3 poda igralcu 4, ki s podajo prenese žogo na razbremenjeno stran, center (5) postavi hrbtno blokado za krilnega igralca (3), ki bi ob blokadi vteče (slika 48). Center in krilni igralec nadaljujeta z zaporedno blokado za igralca 2 (slika 49) in še z eno zaporedno blokado za spodnjega igralca 3 (slika 50).



Slika 48

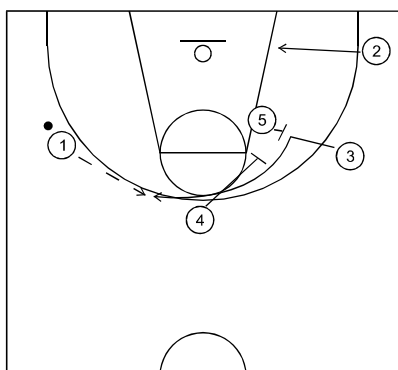


Slika 49

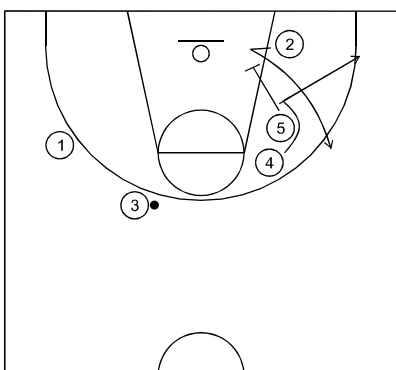


Slika 50

V primeru, da gre obramba pri vtekanju igralca 3 po spodnji strani blokade, se lahko igralec (če je dober strelec), odkrije mimo zgornjega visokega igralca (slika 51), ki mu postavi blokado iz katere nadaljuje v zaporedno blokado za igralca 2 (slika 52). Po blokadi igralec 4 zapolni položaj v kotu, s čimer smo zopet v osnovni postavitvi, pri čemer pa nam ostane malo časa za zaključek.



Slika 51



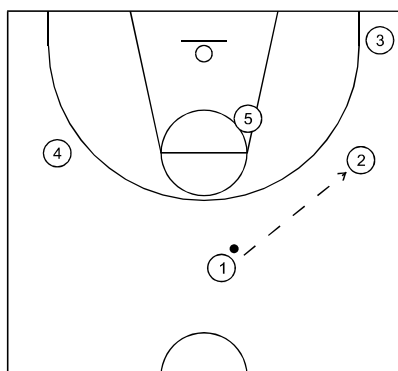
Slika 52

SPECIAL

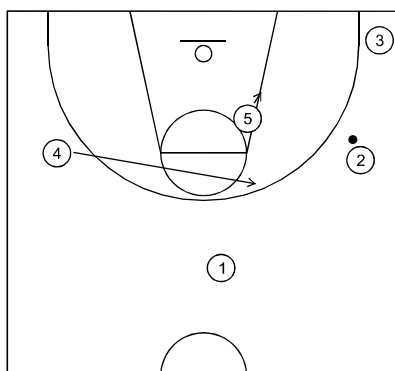
V določenih tipičnih situacijah (začetek tekme, po minuti odmora,...) lahko odigramo tudi akcijo, ki izhaja iz nekoliko spremenjene postavitve v osnovni postavitvi (slika 53).

Igralec 1 poda žogo na krilo, igralec 4 vteče na pozicijo posta (slika 54), kjer sprejme žogo in si nekoliko popravi položaj. Istočasno s sprejemom žoge igralca 4, igralec 1 vteče za hrbtom (slika 55), medtem ko igralec 2 steče na vročanje (slika 56).

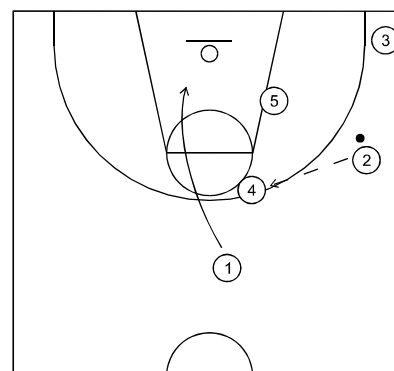
Igralec 1 postavi blokado za igralca 3 (slika 57) in dobi zaporedni blokadi od igralcev 5 in 4, ob katerih se odkriva za žogo. Igralec 3 se lahko postavi v pozicijo za hrbtno igro ali nadaljuje z gibanjem v kot (slika 58). Igralec 4 nadaljuje zapolni prasto mesto v kotu. Tako smo zopet prišli v osnovno postavitev. Zopet nam je ostalo malo časa za zaključek.



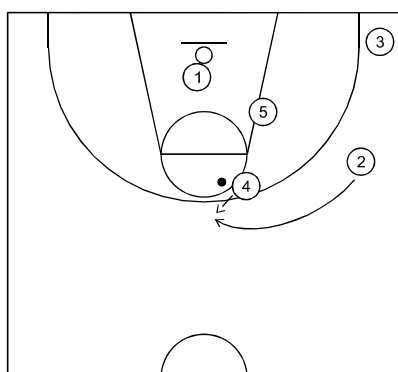
Slika 53



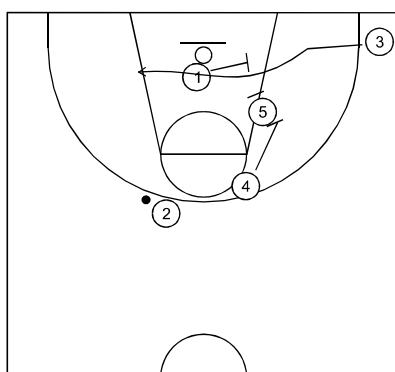
Slika 54



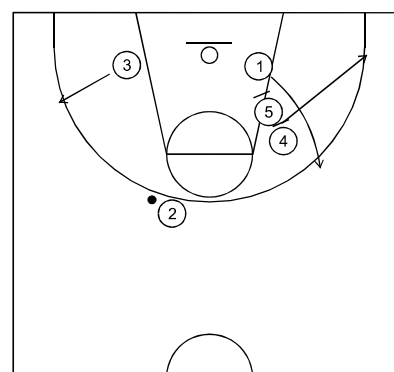
Slika 55



Slika 56



Slika 57



Slika 58

METODIKA UČENJA NAPADA

Kljub temu, da je namen članka predvsem predstavitev napada, pa je vendarle smiselno dopisati nekaj izkušenj, o katerih sem prišel pri učenju tega napada. Hitrost napredovanja pri učenju je v veliki meri odvisna od sposobnosti in izkušenj igralcev. Vsekakor je obvezno, da se učenja akcije lotimo postopoma.

Igralcem najprej predstavimo idejo akcije in osnovno ter začetno postavitev. Zatem se lotimo gibanj s petimi igralci brez obrambe. V primeru pomanjkanja igralcev, se lahko večina dela opravi tudi s štirimi napadalci. Začnemo z različnimi vhodi. Po vhodih se učenje nadaljuje z zaključki napada. Oba metodična koraka sta lahko zelo kratka, naslednji, v katerem združimo vhode z zaključki, pa traja nekoliko dlje.

Ko igralci nimajo več težav z igranjem akcije 5:0 se lotimo vadbe 5:5 s pasivno obrambo, čemur sledi zadnji korak, to je igra z agresivno obrambo. Če se boste na posameznem koraku

zadržali premalo časa bodo imeli igralci pri izvedbi nemalo problemov. V tem primeru se vrnite za en korak nazaj. Menim da bi moralo teh pet korakov zadostovati za uspešno učenje akcije.

ZAKLJUČEK

Namen tega članka ni bil opisovati košarkarskih prvin, ki so za igranje tega napada pomembne (odkrivanje, vtekanje, igranje pick&roll-a,...). Namen je bil predstavitev ideje enega od napadov. Opisani napad ni idealen in tudi ne odgovarja na vsa vprašanja, ki se porajajo ob igranju košarke. Je le en izmed nešteto načinov razmišljanja v košarki. Zato upam, da se vam je ob branju članka porodilo mnogo novih idej in zamisli za morebitne modifikacije in uporabo tega in podobnih napadov v praksi.

Ne glede na to za kakšen napad se odločimo in s katero metodo ga vadimo, se moramo strinjati z naslednjim. Brez odlične izvedbe košarkarskih osnov, ne bo deloval noben košarkarski sistem, ali kot je rekel John Wooden: »Odlična izvedba lahko zakrije neusklajen način igre, vendar niti najboljši sistem igre ne more zakriti slabe izvedbe košarkarskih osnov«.