

GIBAJOČI NAPAD "ENKA" PROTI OSEBNI OBRAMBI

1 UVOD

V tem strokovnem članku bom predstavil *gibajoči napad "enka" proti osebni obrambi* (angleško: motion offense) ki so ga igrali v članskem moštvu Uniona-Olimpije (sezona 2000/2001) in so ga označevali s številko 1. Pri tem napadu je zaželeno, da so igralci večstranski (vsak naj bi znal igrati več igralnih vlog). Predpogoj za izvedbo takšnega napada je zato pravilna izbira igralcev, ki obvladajo gibanja v vse smeri, znajo brati postavitve in gibanja obrambnih igralcev ter upoštevati širino, globino in ravnotežje v napadu. Zaradi vsega tega je tak napad primeren in bolj uspešen pri članskih in mladinskih moštvih.

2 ZNAČILNOSTI NAPADA

2.1 ZAČETNA POSTAVITEV, ŠIRINA, GIBANJE IN SKOK ZA ŽOGO

Pri izvajanju gibajočega napada proti osebni obrambi morajo igralci upoštevati naslednja taktična pravila:

Začetna postavitve napadalcev:

Branilec (1) se zaustavi (postavi) z žogo nad vrhom polkrožne črte.

Visok branilec in krilo (2 in 3) se postavita za polkrožno črto v podaljšku črte prostih metov.

Krilni center in center (4 in 5) pa ob rob trapeza (vsak na svoji strani).

Širina, globina in ravnotežje:

Med gibanjem napadalci ohranjajo širino, globino in ravnotežje.

Med igralci mora biti dovolj prostora za izvajanje akcij z in brez žoge (3 - 5 m).

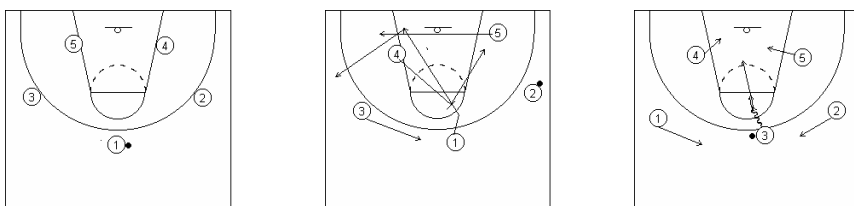
Vsak igralec v napadu, ki dobi žogo, naj se obrne proti košu in, če je možno, zaključi sam, drugače nadaljuje z akcijo in poda soigralcu.

Igralec, ki poda žogo, ne sme ostati na istem mestu, ampak se mora gibati skladno s kombinacijo v boljši položaj za nadaljevanje akcije. Enako velja tudi za druge igralce brez žoge.

Gibanja med igralci morajo biti časovno usklajena.

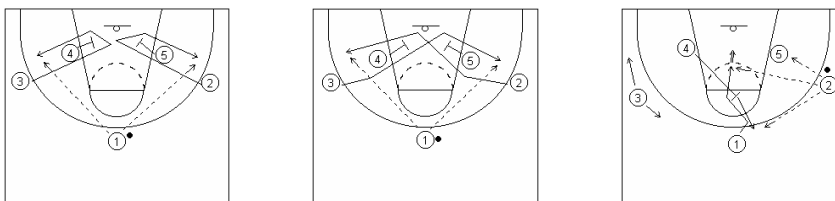
Skok za odbito žogo :

Po metu na koš stečejo vsaj trije napadalci na mesta za skok (3, 4, 5). Postavijo se v obliki trikotnika v bližino koša. Četrta in peti igralec (1, 2) otežujeta oziroma preprečujeta nasprotnikov protinapad.



začetna postavitev igralcev	širina, globina, ravnotežje	skok za odbito žogo
-----------------------------	-----------------------------	---------------------

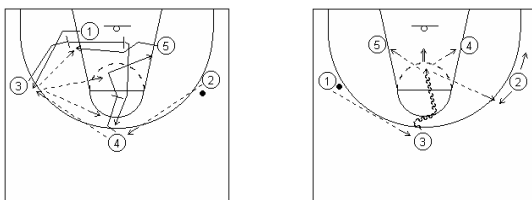
2.1.1 Potek napada po fazah:



1. faza	2. faza
---------	---------

1. faza - Začetna postavitev. Igralec 1 se nahaja z žogo na vrhu polkroga. Na njegov znak vtečeta igralca 2 in 3 ob igralcu 5 oziroma 4 proti sredini trapeza. Nato se odkrijeta ob blokadi omenjenih igralcev nazaj na krilni položaj, ali pa po medsebojnem križanju pod košem (ob prej omenjeni blokadi igralca 4 oziroma 5) na nasprotni krilni položaj. Igralec 1 poda žogo igralcu 2 na desno stran igrišča.

2. faza - Igralec 2 lahko poda žogo igralcu 5, ki se odkrije na mestu centra ali igralcu 1, ki vteče ob blokadi igralca 4 v sredino trapeza. Igralec 5 lahko zaključi napad z eno izmed akcij centra, igralec 1 pa lahko vrže na koš po sonožnem zaustavljanju ali prodoru. Lahko tudi poda žogo odkritemu soigralcu.



3. faza	4. faza
---------	---------

3. faza - Če prej omenjeni akciji nista možni, poda igralec 2 žogo igralcu 4, potem ko se slednji odkrije izza blokade. Sledi prenos žoge do igralca 1, ki se je odkril, s pomočjo blokade igralca 3, na položaj levega krila. Igralec 3 nadaljuje gibanje in postavi blokado igralcu 5 v bližini koša. Po blokadi se igralec 5 odkrije na položaj levega spodnjega centra. Igralec 3 se odcepi iz blokade navzgor in napelje svojega obrambnega igralca na blokado igralca 4. Po blokadi se odkrije na mesto srednjega branilca, igralec 4 pa odcepi proti mestu desnega spodnjega centra. Po tej fazi sta možna podobna zaključka kot v 2. fazi (podaja igralcu 5, ki se giblje proti mestu levega spodnjega centra ali igralcu 4, ki se odcepi iz blokade pod koš).

4. faza - Zadnji del napada. Igralec 1 poda žogo igralcu 3, potem ko se je ta odkril ob blokadi igralca 4. Po sprejemu žoge ima več možnosti: takoj po blokadi vrže na koš, podre v trapez, nato se odloči za samostojen zaključek ali pa poda žogo prostim soigralcem, ki se pred tem odkrijejo (igralec 2 na mesto za met za tri točke, igralca 4 in 5 pa v neposredno bližino koša).

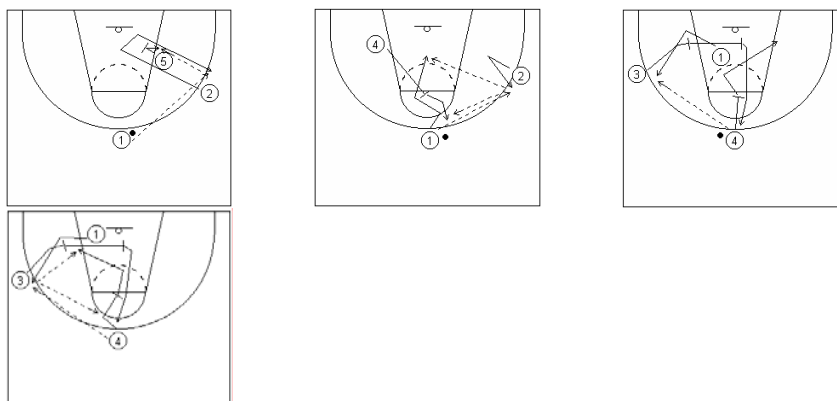
Začetni položaj igralcev v 4. fazi napada je hkrati tudi izhodiščni položaj za začetek nove akcije oziroma ponovnega začetka napada (če to dovoljuje igralni čas).

3 METODIČNI POSTOPEK

Celoten napad učimo z neposredno sintetično metodo, posamezne dele pa z analitično metodo:

- 1) Na igrišču na kratko razložimo temeljna taktična pravila in namen gibljivega napada. Nato izberemo 5 napadalcev in jih postavimo na začetne položaje. Na znak branilca izvedejo igralci v hoji celoten napad najprej po fazah, nato pa v celoti. To večkrat ponovijo, tako da utrdijo celoten napad. Nato zamenjavajo zunanji igralci in centra začetna mesta, da se seznanijo z gibanjem na drugih igralnih mestih. Med izvajanjem napada jih usmerjamo. Če se pojavijo napake, jih sproti popravljamo.
- 2) Igralci izvajajo napad hitreje. Ko ga izvedejo tekoče, vključimo obrambne igralce.
- 3) Obrambni igralci igrajo najprej pasivno. Napadalce navajamo na natančno izvajanje posameznih gibanj in na "branje" obrambe. Največ pozornosti posvetimo kakovostni izvedbi posameznih delov napada (pravilno odkrivanje in vtekanje, postavljanje blokade, napeljevanje na blokado, zaključne akcije centra, časovno uskladitev akcij itd.).
- 4) Igralci igrajo napad proti aktivni obrambi v igri 5:5 na en koš. Peterka, ki pride do žoge po metu, zapolni pet napadalnih mest in začne napadati, druga je v obrambi.

- 5) Igralci igrajo napad proti aktivni obrambi v igri 5:5 na dva koša.
- 6) Če določene dele napada igralci slabo izvajajo, jih utrjujemo in izpopolnjujemo posebej z naslednjimi vajami:



4 LITERATURA

- 4) Dežman, B. (2000). *Košarka za mlade igralce in igralke*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- 5) Hauptman, D. (2000). *Gibajoči napad "1" proti osebni obrambi (seminarska naloga)*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- 6) Krause, J. V. (1991). *Basketball Skills and Drills*. Champaign: Leisure Press.
- 7) Messina, E. (1997). *Basic principles of the half court offense*. Roma: W.A.B.C.
- 8) Wissel, H. (1994). *Basketball – Steps to Success*. Champaign: Human Kinetics Publishers.