

**Boštjan Jakše**

## **VIDEOANALIZA V VRHUNSKI KOŠARKI Z VIDIKA PRIPRAVE NA NASPROTNIKA. Modelna ponazoritev tehnologije, strukture in postopkov preučevanja nasprotnika na primeru KK Kijev v sezonah 2006/7 in 2007/8.**

### **IZVLEČEK**

Preučevanje nasprotnika v vrhunski košarki je že vrsto let trenerjevo vsakdanje opravilo. Današnja posodobljena programska oprema za videoanalizo predstavlja primerno orodje za metodično pripravo sestankov o značilnostih nasprotnikove ekipe. Podrobnost analize je odvisna od kopice medsebojno povezanih dejavnikov, med katerimi so ključni dostopnost ustrezne tehnologije, ki omogoča sosledje postopkov za izdelavo videoanalize, pomembnost tekme, kvaliteti obeh moštev in ne nazadnje tudi časovna omejenost. Slednja je povezana z razpoložljivostjo kadrov v strokovnem timu in organizacijo priprave na nasprotnika. V grobem, sistematična priprava sestoji iz dveh do treh teoretičnih sestankov, praktične implementacije bistvenih poudarkov na večernih treningih, izročitve selektivnega video materiala svojim igralcem, ločeno po igralnih pozicijah, ter izrisu bistvene nasprotnikove kombinatorike s protitaktiko na »taktični obrazec« kot tudi na tablo v slačilnici. Najpomembnejša pri celotni pripravi na nasprotnika je skrb za ravnotežje med preučevanjem njegove in izpopolnjevanjem lastne igre neodvisno in soodvisno od njega. Kazalci uspešnosti preučevanja značilnosti nasprotnikove igre so vidni v napredku celotnega moštva in posameznika samega ter razvoju košarkarske igre nasploh.

Ključne besede: vrhunska košarka, videoanaliza, preučevanje nasprotnika

### **UVOD**

Kompleksnost in zahtevnost dela trenerjev v vrhunski košarki pogojuje splet potrebnih sposobnosti, znanj, izkušenj in interdisciplinarnega načina razmišljanja ter delovanja. Vsak trener v strokovnem timu katere koli organizirane košarkarske ekipe na svoj način tudi **globalno razvija košarkarsko igro**, saj s preučevanjem igre prihaja do vedno novih rešitev in idej ter na koncu do implementacije teh v sistem igre. Ker je mnogo dejavnikov, ki determinirajo končni uspeh, tovrsten način delovanja trenerju predstavlja poseben izziv, ki se kaže v realizaciji optimalnih rešitev v najbolj stresnih tekmovalnih situacijah. Bistvo treniranja v vrhunski košarki je pravzaprav iskanje kreativnih načinov, možnosti in metod, s katerimi se odločilno posega v razvoj relativne in absolutne kvalitete moštva. Med kopico nalog, ki so v domeni trenerja, pa predstavlja prav preučevanje nasprotnega moštva in posledično priprava lastnega moštva na nastop tisto vsakodnevno opravilo, ki lahko na koncu odločilno vpliva na izid tekme. Čeprav je danes tovrstno preučevanje nepogrešljiv segment vrhunske košarke, pa se navkljub vsem dostopnim informacijam postavlja vprašanje njihove **selekcije in integracije ter načina apliciranja** na sestankih in treningih. Podajanje preučevanih in pridobljenih informacij o nasprotnem moštvu je najprej odvisno od selekcije lastnega moštva, predvsem posameznikovih kognitivnih sposobnosti (in nivoja praktičnega čuta), ki se jih v procesu treniranja vseskozi nadgrajuje z optimalno kondicijsko pripravo.

### **POTREBNA TEHNOLOGIJA ZA PREUČEVANJE NASPROTNIKA**

Živimo v času, ko je tehnološki napredek še vedno tako intenziven in presežen, da nam lahko marsikatera preverjena novost močno **olajša, poenostavi in skrajša** določene postopke, ki so odvisni predvsem od dostopnosti, zmogljivosti in hitrosti tehnologije. Na ta način se že nekaj let za videoanalizo uporablja mnogo sofisticiranih prijemov, nemalokrat pa razna podjetja ponujajo storitve, kjer ob ustreznem plačilu pravočasno izpolnijo vsakršno zahtevo po

preučevanju nasprotnika. Večinoma se klubi navkljub mamljivi ponudbi zaradi cenovne dostopnosti in smotrnosti omenjenih storitev na koncu raje odločajo za samostojno izvedbo priprave na tekme. Od specializiranih podjetij klubi pravočasno zakupijo le potrebne videoposnetke tekem svojih nasprotnikov (na DVD-mediju), ki jih lahko dobijo hitro in elegantno bodisi po hitri pošti (celo prek spletnih strani nekaterih košarkarskih lig, npr. belgijska liga dokaj ažurno arhivira posnetke) bodisi pa celo s pomočjo uporabe internetnega strežnika, s čimer prihranijo dragoceni čas in stroške celotnega transporta. Zadnji način danes že močno skrajša čas dostopa in obenem vse posledice napak,<sup>1</sup> ki se lahko zgodijo na tej poti. V namen operativnega tehničnega preučevanja nasprotnika so danes osnovni pripomočki trenerja za videoanalizo naslednji:

1. zmojljiv (hiter in podatkovno prostoren) stacionarni in/ali prenosni računalnik,
2. hitra spletna povezava,
3. program za videoanalizo (npr. »Avid Liquid 7 Pro«),
4. pogojno: program za kodiranje videoformatov v programsko razumljiv jezik (npr. »Free dvd ripper 2.25« ali »Main Concept«, če je video zakodiran),
5. računalniški program za razmnoževanje končnih izvlečkov na DVD (npr. »Burn« ali »Nero«),
6. digitalna kamera s širokokotnim objektivom in stojalom (npr. »Sony DCR-HC96E« za snemanje lastnih tekem, treningov in testiranj),
7. velik televizijski ekran, DVD-predvajalnik,
8. videoprojektor s pripadajočim platnom.

## **STRUKTURA IN POSTOPKI PRIPRAVE NA NASPROTNIKA**

### **1. Pridobivanje osnovnih informacij o nasprotniku**

Podrobnost vsake analize nasprotnika oziroma njegovo preučevanje temelji na več omejitvenih dejavnikih, med katerimi so odločilni sledeči:

1. pomembnost tekme,
2. absolutna in relativna kvaliteta lastnega in nasprotnega moštva,
3. zahtevnost in podobnost kombinatorike obeh moštev,
4. število strokovnjakov v strokovnem timu, njihovo znanje in izkušnje,
5. dostopnost ustrezne tehnologije za optimalno izvedbo videoanalize,
6. časovna in materialna omejenost za izvedbo analize (zgoščenost pomembnih tekem, število in kvaliteta informacij o nasprotniku, ki nam je na voljo ipd.).

Kot je že zgoraj povedano, predstavlja pridobivanje videoposnetkov tekem nasprotnika prvo nalogo trenerja pri preučevanju nasprotnika. Vsakokratno preučevanje nasprotnika je sestavljeno iz medsebojno prepletenih faz, da bi na koncu dobili vpogled v bistvene značilnosti nasprotnikove igre. Torej na nek način prehajamo iz  **sintetičnega pristopa**  preko  **analitičnega**  in se zopet vračamo v  **sintetično-situacijskega (simulacijskega)** .

V uvodni fazi preučevanja nasprotnika trener poskuša spoznati moštvo in si o njegovih značilnostih ustvariti splošen vtis. Pri tem gre za pridobitev in razbiranje profila nasprotne ekipe in posameznikov, kjer so navedeni osnovni podatki ekipe in igralcev, kot so telesna višina, teža, igralno mesto, izkušnje in osvojene lovorike, razberemo pa lahko tudi preteklo

---

<sup>1</sup> V čim večji meri je potrebno izločiti dejavnike, ki so najšibkejši v neki transportni verigi. Pri poštnih servisih gre za problem vikendov in praznikov, ko ti ne delujejo oziroma obratujejo omejeno ali pa morebiti celo stavkajo. Poleg tega so tu potrebni še kadri za oddajo in sprejem ter razpošiljanje pošiljk ipd., kar zopet postavlja učinkovitost storitve pod vprašaj.

zdravniško anamnezo. Te informacije si lahko trener pridobi iz različnih virov, kot je obisk spletne strani kluba, lahko pa si pomaga tudi s pregledom strani določenih **globalnih košarkarskih spleto**v (npr. [www.eurobasket.com](http://www.eurobasket.com), [www.euroleague.com](http://www.euroleague.com), [www.fiba.com](http://www.fiba.com), [www.ulebcup.com](http://www.ulebcup.com)) ali lig, v katerih to moštvo tekmuje (npr. [www.acb.com](http://www.acb.com), [www.adriaticleague.com](http://www.adriaticleague.com)). Hkrati si trener na istih mestih priskrbi sicer duhamorne, a (pre)potrebne statistične podatke tekem nasprotnika v domačem in tujem prvenstvu. Tako pridobljene podatke lahko trener še dopolni, v kolikor ima možnost neposrednega pogovora s trenerjem ali celo poznanim igralcem, ki je že odigral tekmo s tem nasprotnikom. V pomoč mu je lahko tudi možnost zakupa določenih programov (npr. »Synergy«), kjer lahko na več tekmah vidimo določenega igralca tudi v posameznih košarkarskih elementih (celo v celi sezoni ali več sezonah na enem mestu) in si tako pridobimo še bolj optimalno sliko o njegovih zmožnostih. Nemalokrat lahko iz statističnih podatkov, pogovorov z določenimi trenerji (in tudi novinarji) in pregledom lokalnih spletnih časopisov ugotovimo podatke o trenutnem zdravstvenem stanju katerega od nasprotnikovih igralcev, morebitnih poškodbah, menjavah igralcev ipd. Vse informacije, opažanja in razmišljanja združimo s prvim ogledom tekme nasprotnika, kjer si dejansko ustvarimo lasten vtis o **stilu košarke**,<sup>2</sup> **njeni hitrosti**, ostalih **značilnostih moštva** in **posameznikih** v vseh fazah igre ter tudi o **vlogi** in **načinu vodenja nasprotnega trenerja**.

## 2. Analiziranje, sortiranje in sinteza podatkov o nasprotniku

V tej fazi se sočasno ukvarjamo s spoznavanjem bistvenih značilnosti nasprotnika ter obdelovanjem (»rezanjem«) vnesenega videoposnetka tekme v program za videoanalizo košarkarske igre. Navadno razpolagamo s tremi do petimi tekmami, kjer posamezne izvlečke (angl. »clip«) najprej poimenujemo in jim pripišemo razpoznaven tehnično-taktični pomen. Ker je prostor za poimenovanje posameznega izvlečka omejen, trener za njihovo razpoznavnost uporablja številke akcij, skrajšana poimenovanja določenih tehničnih in taktičnih elementov (samo prvič med vso analizo), številko igralca in na kakšen način je zaključil akcijo, medtem ko si na papir beleži ostala pomembna opažanja. Izbrani primeri poimenovanja določenega izvlečka lahko v angleških kraticah košarkarskega žargona in poslovenjenih prevodih izgledajo takole:

- 5-sFs (7LP-spin v L oziroma krajše 5 (7LP-spin) ... pomeni akcija z vidnim signalom »5«, tehnični element je »blok za blokerja« (angl. »screen for screener«), igralec s številko 7 je na poziciji spodnjega centra igral s hrbtom obrnjen proti košu in zaključil s prednjim obratom (angl. »spin«) v levo,
- 2 rot-stager (11-trojka) ... pomeni akcija z vidnim signalom »krožeča 2«, tehnični element sta »zaporedni blokadi« (angl. »stager«), igralec s številko 11 je zadel met za tri točke,
- head-MP/R (10-levi P) ... pomeni akcija z vidnim signalom »dotik glave«, tehnični element je »blok igralcu z žogo na vrhu rakete oziroma trapeza« (angl. »middle pick-roll«), igralec s številko 10 je zaključil akcijo z levim prodorom,

---

<sup>2</sup> Vsako moštvo goji prepoznaven stil igre, ki je odvisen od selekcije igralcev ter trenerjeve košarkarske filozofije. Igra nasprotnika je lahko bodisi napadalno in/ali obrambno naravnana, disciplinirana ali pa taktično manj striktna (nedorečena) in prepuščena inspiraciji dominantnih igralcev po uveljavitvi lastnega pogleda na košarkarsko igro.

- KN (5-ctc) ... pomeni protinapad (angl. »fast break«),<sup>3</sup> kjer je igralec s številko 5 zaključil napad z igro 1:1 (angl. »coast to coast«),
- OBR EP/P (5-12 PU) ... pomeni način obrambe dveh nasprotno postavljenih blokad na vrhu rakete/trapeza igralcu z žogo, tehnično-taktični element je izpodrivanje centra, branilec gre pri tem med centroma, center pa z napadalcem, ki se odvaja v širino (angl. »push-under«), 5 in 12 sta številki igralcev, ki sta odigrala omenjeno obrambo,
- OBR LP (11-trap z 1) ... pomeni način obrambe igre s hrbtom obrnjenim proti košu na spodnjem centru, kjer igralca s številko 11 podvaja tudi organizator igre obrambne ekipe (angl. »low post trap with the point guard defender«).

Med analiziranjem postavljenega napada nasprotnega moštva si trener skrbno zapisuje določene značilnosti, kot so:

- struktura posameznih napadov, število njihovih vhodov in (a)simetrija,
- število in značilnosti organizatorjev igre, kako organizirajo napad njihovi visoki branilci (če se organizatorju igre onemogoči sprejem podaje),
- cilj določenih napadov, komu so namenjeni, kako nadaljujejo ter zaključujejo,
- kako igra nasprotnik ob posebnih situacijah, kot so pritisk časa ali rezultata ipd.,
- kako menjajo igralne vloge oziroma kako učinkovito se prilagodijo na določene menjave obrambe in njihova presenečanja,
- kakšne so vloge, znanje in sposobnosti manj pomembnih igralcev oziroma igralcev s klopi.

Med preučevanjem tranzicijskega napada<sup>4</sup> trener išče odgovore na to, kdo ga začne (na kakšen način), kakšna je prva podaja, kako ga razvijajo (reakcije, gibanja, izvedba, bistvo idr.) in nazadnje zaključijo (npr. z igro 1:1, z metom za tri točke, igranjem »pick-rolla« oziroma »globine«), kdo ni udeležen v tranzicijskem napadu itd.

Istočasno trener išče podrobnosti tudi v fazi nasprotnikove postavljene in tranzicijske obrambe (vračanje). Prav tako je treba podrobno preučiti **lastnosti** in **kvaliteto** osebne in conske obrambe ter različne kombinirane obrambe (obrambe s prevzemanjem, »match up«

---

<sup>3</sup> Protinapad je pomembna napadalna akcija mnogih vrhunskih košarkarskih ekip, saj z njo »najlažje« pridejo do točk, obenem pa tovrstna akcija psihološko negativno vpliva na nasprotnika. S taktičnega vidika lahko ekipa izvede protinapad neposredno po ukradeni žogi nasprotniku in posredno po dobljenem skoku v obrambi in hitremu prenosu žoge v napadalno polovico oziroma hitremu zaključku napada (lahko tudi brez številčne prednosti) idr. Z vidika preučevanja nasprotnika je pomembno tudi, da se akcijo protinapada prepreči z dobro selekcijo meta na koš, z ustrezno reakcijo in organiziranim vračanjem v obrambo ipd. Pri napadalnih ekipah, kjer posamezniki v obrambi nemalokrat »špekulirajo«, zasledimo, da se branilec po metu napadalca na koš sistematično ne udeležuje akcije skoka v obrambi in steče v »prepovedan« položaj. S takim početjem si, ob dobljenem skoku v obrambi svojega soigralca in natančni prvi podaji, pridobi neubranljivo prednost za realizacijo protinapada. Tveganje tega početja ima lahko za obe ekipi tehnično-taktične posledice, zato mu v pripravi na nasprotnika posvečamo ustrezno mero pozornosti.

<sup>4</sup> Tranzicijski napad (angl. »transition offence«) je v košarkarski praksi uveljavljen izraz, čeprav se to fazo košarkarske igre praviloma strokovno označuje kot »prehodni napad« oziroma »prehodna obramba«, če govorimo o obrambi.

cone), ki se jih označuje tudi kot sestavljene oziroma prilagodljive obrambe. Pri tem iščemo pomanjkljivosti v njihovi izvedbi na splošno, se sprašujemo, kaj želijo z določenim tipom obrambe doseči, kdaj jo uporabljajo oziroma menjajo, ali in kdo igra agresivno, kako branijo določene značilnosti napadov (blokade, »globino«, prodore, prevzemanja, kako rotirajo) ter nazadnje, kako uspešno in organizirano je njihovo vračanje.

Na enak način preučimo vse tekme (3–5), pri čemer je dobro imeti posnetke tekme, na katerih igrajo proti različno kvalitetnim nasprotnikom in z različnim sistemom igre, ter tudi tekme, kjer je nasprotnik tako zmagal kot tudi izgubil. S tem dobimo še dodatne odgovore na vprašanja, kot so:

- Ali je taktika moštva vedno enaka ali se pripravljajo sistematično in prilagajajo svojo osnovno obrambo glede na značilnosti nasprotnika?
- Ali je izvrševanje taktike moštva zelo striktno in disciplinirano (in zaradi tega bolj predvidljivo) ali pa je veliko bolj prepuščeno razbiranju oziroma prilagajanju igralcev?
- Kakšen je odziv igralcev in trenerja v določenih stresnih igralnih situacijah, npr. če moštvo povede ali zaostaja oz. ob tesnih končnicah?
- Ali obstaja kakšna podobnost znotraj določenih ekip, ki so že odigrale tekmo s tem nasprotnikom?

Zavedati se moramo, da je rezultat posledica mnogih kontroliranih in še več nekontroliranih dejavnikov in momentov v igri. Gre za sinergijo **odnosov**, **trenutkov** in **odločitev** oziroma **spletov okoliščin**, ki so povezani z absolutno in relativno kvaliteto obeh moštev ter posameznikov, njihovo **dnevno formo**, **zdravstvenim stanjem** in **kondicijsko pripravljenostjo**, **psihološko stabilnostjo** (tudi v povezavi s predhodnimi nastopi), **sodniškim kriterijem** in možnostmi sodniških anomalij, **vplivom domačega terena** in določenimi prelomnimi in **neponovljivimi trenutki v igri**. Vse skupaj je odeto v taktično pripravo, ki mora znati zajeti na nek način tudi čim večji del teh nenapisanih in težko določljivih situacij, ki so del te čudovite športne igre.

### 3. Priprava izvlečkov za skupinske sestanke in »domači video«

Najzahtevnejši del preučevanja nasprotnika je pravzaprav **vsebinska priprava izvlečkov**, saj ta faza pomeni, da je trener strnil poglobitve značilnosti nasprotnikove igre, se opredelil do taktičnih rešitev in svoji ekipi ponudil odgovore oziroma protitaktiko. **Izrezan**, **sortiran** in **selekcioniран** videomaterial, ki smo ga ustrezno poimenovali, se integrira v strukturne sklope košarkarske igre (postopek imenujemo klasifikacija) in pripravi ločeno po sestankih. Gre za nekakšne zaključene metodične celote priprave na nasprotnika, ki jih po skupinskem sestanku skušamo implementirati na samem treningu. Če so se idejne rešitve pokazale kot ustrezne, trenažni proces nadaljujemo z metodo ponavljanja vse do avtomatiziranega nivoja, ko se utrdijo podrobnosti taktične rešitve. Obstaja več načinov in oblik teoretičnega podajanja informacij o nasprotniku. Veliko je odvisno od objektivnih dejavnikov, ki so nakazani v uvodnem delu članka, pa tudi od (s)poznavanja lastnega moštva med sezono. To zadnje spoznanje je morda najpomembnejše, saj gre za različne individualne kognitivne zmožnosti (sposobnosti absorbiranja informacij na skupinski in individualni teoretični ter praktični ravni) posameznikov v ekipi, ki jih moramo prepoznati, upoštevati in se temu znati prilagoditi. Prav zaradi tega je trener pri svojem delu med sezono izredno prilagodljiv in s spoznavanjem svojih igralcev svoj stil vodenja in metode dela konstruktivno prilagaja. Kljub povedanemu, pa v grobem resna priprava na nasprotnika sestoji iz večih kvalitativnih postopkov:

1. dveh do treh teoretičnih ekipnih sestankov tik pred večernim treningom,

2. kratkega vsebinskega uvoda na začetku in povzetka ob koncu treningov,
3. praktične implementacije sestankov s pomočjo videoanalize na večernih košarkarskih treningih (v kontrolirani hitrosti, v maksimalni hitrosti, v hoji),
4. selektivnega videomateriala (po igralnih pozicijah) in izrisa akcij nasprotnikove kombinatorike ter protitaktike na »taktični obrazec«<sup>5</sup> za vse igralce,
5. izrisa akcij nasprotnikove kombinatorike ter taktičnih odločitev na tabli v slačilnici,
6. zadnjih navodil na sestanku tik pred ogrevanjem za pripravo na tekmo.

## **VSEBINA PRIPRAVE NA NASPROTNIKA**

### **Skupinski sestanki, protitaktika in trening**

Skupinski sestanki na nasprotnika oziroma prikazovanje izvlečkov in informacij o nasprotniku se navadno začnejo z njihovo **uvodno predstavitvijo**, torej, kdo sploh je nasprotna ekipa, predstavitev ključnih igralcev po igralnih pozicijah, bistvene značilnosti njihove igre na kratko ipd. Vsebina izvlečkov mora biti kratka in skrbno izbrana in navadno ne presega **7 do 10 minut**, medtem ko je trajanje sestanka od **30 do 45 minut**, lahko v enem kosu ali z enim krajšim premorom.

Tehnologija, ki se je pri tem opraviu trener poslužuje, je običajno stacionarni ali prenosni računalnik, ki je priklopljen bodisi na velik ekran televizije ali prek videoprojektorja na stensko platno. Danes se za sestanke le še redko uporablja DVD-predvajalnik, saj se z njim ne moremo dovolj občutljivo in hitro premikati po pripravljenih izvlečkih, prav tako pa ga ne moremo kombinirati z ostalim videomaterialom, ki je zbran v programu za videoanalizo. Ne smemo pozabiti na prenosljivo tablo ter flomastre, ki jih trener sočasno uporablja, medtem ko govori o nasprotnikovi kombinatoriki in lastni protitaktiki.

Tisto, kar je pri vsem tem bistveno za doseg cilja tovrstnih sestankov, je **trenerjeva priprava na sestanek**, njegove **komunikacijske sposobnosti in aktivno sodelovanje igralcev** med samim sestankom. Sestanek mora doseči namen, tj., da igralci na koncu dojamejo in razumejo svoje naloge in odgovornosti, ki so potrebne, najprej za nemoten večerni trening taktike, nadalje pa za uspešen nastop na tekmi. Ko trener po svojih najboljših močeh in interesih preuči nasprotnika, in seveda ob dejstvu, da v celoti pozna svoje moštvo, se odloči za taktično pripravo. Znano je, da je potrebno za uspešno protitaktiko znati uporabiti svoje prednosti in uspešno prikriti svoje pomanjkljivosti ter obratno, uspešno napadati nasprotnikove slabosti in zmanjšati njegov udarni potencial. Torej je potrebno napadati nasprotnika po »šivih«, vse dokler se ta ne odloči za neko spremembo, zoper katero imamo vnaprej pripravljen taktični odgovor. Strategija branjenja nasprotnika na koncu temelji na zavestni odločitvi, kjer se moramo opredeliti za taktično omejitev učinkovitosti nekaterih ključnih igralcev, za katere menimo, da ekipa brez njihovega deleža verjetno ne more zmagati. Tveganje, ki je pri tem prisotno, lahko med tekmo spremenimo le, če smo to taktično spremembo tudi trenirali, v nasprotnem primeru se lahko špekuliranje hitro obrne v nasprotnikovo korist. Po vsakem sestanku sledi trenažni del, ki praktično tvori metodično celoto, kjer s simulacijami ustvarjamo tekmovalne situacije, ki smo jih teoretično že obdelali

---

<sup>5</sup> »Taktični obrazec« je navadno list A4-formata, ki ima modelno narisane majhne polovice košarkarskih igrišč, na katere lahko skiciramo lastno kombinatoriko, navadno pa kombinatoriko nasprotnega moštva. Bistvo uporabe takega šablonskega papirja je v skiciranju posameznih faz nasprotnikove taktike in lastne protitaktike, s katero si pomaga tako trener kot igralci pri pripravi na nasprotnika v fazah teoretičnega spoznavanja in pomnjenja.

na sestanku. Bistvo treniranja protitaktike je, da se igralci že na treningu soočijo s situacijami, ki se bodo najverjetneje v zadostni podobnosti zgodile na tekmi, s čimer gradimo določene avtomatizme pa tudi samozavest celotne ekipe. Največji problem treniranja lastne taktike in protitaktike ni samo v uskladitvi **časovnega ravnotežja z vsebinskimi prioritetami in kvalitetno vadbeno izvedbo** (s katerima opredelimo glavnino treninga), pač pa je še večja težava izogibanje nezavednega poskusa trenerjeve projekcije svoje perspektive na lastne igralce. Z uporabnim znanjem, pridobljenimi izkušnjami ter (s)poznavanjem lastnega moštva trener dojame **odnose in nivo**, v katerega je kot vodja vpet, kar mu močno olajša najzahtevnejši operativni del transformacijskega procesa.

### 1. sestanek

Ker je košarkarska igra sestavljena iz množice tehničnih in taktičnih elementov in organiziranega sistema individualnih in kolektivnih nalog v različnih fazah igre, je potrebno vsebine sestankov metodično sestaviti, in tako je prvi sestanek po kratki predstavitvi moštva sestavljen iz kratkega preučevanja skrbno izbrane četrtine neke tekme, s katerim skušamo igralcem predstaviti ekipo v najbolj realni luči. Problem samih izvlečkov je ta, da igralci ne dobijo dovolj realne slike o hitrosti oziroma dinamiki nasprotnikove igre, taktični (ne)disciplini in individualnih sposobnostih posameznih igralcev v različnih zaporednih situacijah. V ta namen se trener poslužuje uvodnega gledanja neke izbrane četrtine, ki mora biti realna, uspešna in neuspešna obenem, kjer se nazorno vidi »motor ekipe«, občasno pa trener v izbranem trenutku še ustavi videoposnetek in poudari določene značilnosti.

Uvodni del prvega sestanka traja približno 15 minut, ki se prevesi v spoznavanje nasprotnikove kombinatorike, ki jo trener dopolnjuje z njenim bistvom in morebitnimi načini njenega reševanja. Vsebina trenerjevega komentiranja sestoji tudi iz detajlov kot npr., kaj bi se morebiti zgodilo, če bi s kakšno taktično rešitvijo prekinili določeno akcijo, ji vzeli »timing«,<sup>6</sup> se morebiti postavili v consko formacijo, morda bili agresivni na določeni podaji, se mogoče odločili za podvajanje igralca z žogo v sklepnih sekundah napada, prevzeli določene blokade ali šli z igralcem, ki jih izkorišča po krajši poti ipd. Gre za celo vrsto odličnih možnosti, ki jih lahko omejuje bolj kot ne **kognitivna inteligenca in motorične sposobnosti** (tudi kondicijska pripravljenost) igralcev na obeh straneh. Na prvem sestanku se navadno spoznamo le s postavljenim in tranzicijskim napadom. Izvlečki združujejo napade po sorodnem cilju, in sicer:

- blokade k žogi (»pick-roll«),
- hrbtne blokade,
- blokade specialno za strelce (enojne, zaporedne, dvojne ali trojne),
- igre s hrbtom obrnjenim proti košu na poziciji spodnjega centra oziroma tako imenovane »globine« za različne igralce.

Če nasprotnik sistematično uporablja tranzicijski napad, potem ta del igre navadno (ne nujno) vključimo v prvi sestanek, ki ga povežemo z akcijami s sorodnim ciljem, npr. igranje »pick-rolla«, hrbtne igre pod košem, hitrim metom za tri točke ipd. Tudi tu trener ne ostane le pri opisnem delu poteka tranzicijskega napada, pač pa nazorno podaja informacije in naloge, ki onemogočajo ali upočasnijo tranzicijsko igro. Med te individualne in kolektivne naloge

---

<sup>6</sup> V košarki »timing« pomeni časovno uskladitev taktičnega gibanja igralcev z namenom ustvariti in izkoristiti določeno igralno prednost. Taktična priprava oziroma protitaktika večinoma temelji na različnih načinih delnega uničevanja »timinga« (prekinitev »taktičnega toka«) ali celo popolnega onemogočanja izvedbe kombinatorike po načrtovani filozofiji trenerja.

spadajo ustrezna selekcija meta na koš, zapiranje skoka, ustrezna reakcija in vračanje organizatorja igre in visokih branilcev, način upočasnjevanja tranzicijske igre, polnjenje sredine, morda celo prevzemanje ipd. Igralci si lahko že na prvem sestanku vtisnejo v spomin za njih pomembne vidne signale nasprotnikovih napadov, bistvo določenih akcij, njihove naloge oziroma način branjenja le-teh, s čimer želi trener onemogočiti nasprotniku prilagajanje na njegovo taktično idejo. Pri taktičnih odločitvah, ki jih sprejme trener, velikokrat vpliva poznavanje **spremljajočih mehanizmov v različnih fazah tekme**, kot so deficiti in prednosti lastnih in nasprotnikovih igralcev, ki so trenutno v igri, pojav utrujenosti, padec koncentracije ter nastop malomarnosti<sup>7</sup> ipd.

Na koncu sestanka trener razdeli pripravljen »**taktični obrazec**«, kjer so nazorno izrisane bistvene značilnosti nasprotnikove kombinatorike ter **videomaterial na DVD-jih**, kjer so pripravljeni kratki (do 10-minutni) izvlečki, največkrat po igralnih pozicijah. Na tak način ima igralec možnost preučiti nasprotnika tudi med svojim aktivnim počitkom ali pa le ponoviti nekaj najpomembnejših odločitev, ki jih je podal trener na sestanku in na igrišču.

## 2. sestanek

Na drugem sestanku trener pripravi izvlečke, ki vsebujejo še napadalne akcije iz čelnih in stranskih linij (»akcije vnosa žoge izza čelnih in stranskih črt«), morebiten (pogojno) conski napad in protinapad, s čimer se v grobem zaključi z napadalnim delom nasprotnika. V nadaljevanju sestanka sledi še na nek način najpomembnejši del vsebinskega preučevanja nasprotnika, tj. preučevanje njegovih obrambnih značilnosti. Te vključujejo nasprotnikove načine branjenja postavljene obrambe (»pick-rollov«, ostalih blokad, igre po »globini«, široke igre 1:1), conske ali kombinirane obrambe, morebitno agresivnost na vse ali določene podaje (z namenom uničiti »timing« akcije, kraje časa napada, obremeniti slabega podajalca idr.), tranzicijske obrambe presenečenja, kot so presingi, ki lahko vključujejo podvajanja na različnih četrtinah igrišča, in rotacije, obrambe s prevzemanjem ter njene različice (»match up« cone, npr. po prostem metu ali doseženem košu, po seriji prejetih košev, minuti odmora), morebitne posebne obrambe napadov iz čelne ali stranske linije, način zapiranja po metu, posebnosti v vračanju ipd.

Posebno pozornost je treba nameniti **ravnotežju** med preučevanjem nasprotnika in izpopolnjevanju lastne igre odvisno in neodvisno od njega. Velikokrat se zgodi, da se s

---

<sup>7</sup> Znano je, da je zelo dobra kondicijska pripravljenost tista kvaliteta, ki je potrebna za igranje košarke na vrhunski ravni. Zavestno tveganje, ki je prisotno, ko se odločamo za možno obrambno strategijo določene taktične problematike (ki ima svoje prednosti, slabosti in omejitve), je povezano tudi s pojavom utrujenosti, ki se kopiči med samo tekmo. Visok nivo koncentracije, ki ga potrebujejo igralci v fazi napada za kaznovanje določene obrambe, nudi možnost ustrežnejših odločitev, hitrejših reakcij in kvalitetnejših tehničnih izvedb košarkarskih elementov. Posledice utrujenosti in nehotene malomarnosti se konkretno kažejo kot manj intenzivna gibanja (slabši »timing«), izkoriščanje blokad brez navajanja (slabša natančnost), nezmožnost pravočasne podaje soigralcu, nepotrebno tvegana podaja ob ugodnem rezultatu, neracionalen met na koš, skok v napadu brez uporabe tehnike zapiranja nasprotnika, neustrezna reakcija za vračanje v obrambo idr. Podobne značilnosti oziroma nepazljivosti se kažejo tudi v ostalih fazah košarkarske igre, vse pa imajo skupne značilnosti, kot so nižja intenzivnost gibanja, manj ustrezne odločitve, nenatančna izvedba, počasnejše reakcije, »špekuliranje« pri izvajanju določenih nalog idr.



pretiranim razmišljanjem in analitičnim pristopom izgubi sproščenost, kreativnost ter zanos na tekmi, kar lahko pripelje do nekakšnih miselno-motoričnih blokad ali celo pojava strahu. Da se temu izognemo, je glavna druga in kasneje tretjega skupinskega sestanka namenjena lastnemu napadu, kjer se ob prikazovanju nasprotnikove obrambe nakazuje možnosti in načine napadanja. Pri tem je pomembno to, da se trener izogiba hermetičnemu in striktnemu vztrajanju pri napadalni taktiki na izključno en način, ki bi bil neodvisen od nastale situacije. Gre za način podajanja informacij, ko trener igralcem ponuja očitne rešitve, morda sem ter tja z njimi vzpostavi dialog, na koncu pa dejanske odločitve prepusti »branju« oziroma razbiranju določenih igralnih situacij, ki pa nedvomno izhajajo iz **preverjenih košarkarskih principov**. Treba je najti enostavne načine napadanja proti različnim obrambnim značilnostim nasprotnika, ki jih bodo lastni igralci sposobni izvesti tudi v stresnem in utrujenem stanju, in so čim bolj v kontekstu jedra našega osnovnega sistema igre. Če zadostimo tem pogojem, močno skrajšamo zavestne mehanizme, ki so potrebni le do določene mere, in se igralci uspejo učinkoviteje prilagoditi vsakršnim nastalim situacijam.

Poleg tega trener na drugem sestanku jasno omeni, kateri igralci so na nek način hendikepirani, slabši v branjenju določenih igralnih elementov, nagnjeni k branjenju s prekrškom, manj uspešni v lateralnem premikanju, »mehkejši« v kontaktni igri, morda manj kvalitetni na določeni igralni poziciji nasploh, neučinkoviti pri izvajanju prostih metov idr.,<sup>8</sup> ter na drugi strani načine, kako priti do situacije, ko lahko nemudoma te značilnosti kaznujemo v svoj prid. Gre za kopico taktičnih odločitev, kjer skušamo kaznovati nasprotnikove taktične načine branjenja, kot so morebitno dobro polnjenje sredine, kaznovanje pritiska na igralcu z žogo ali na liniji sosednje podaje, kaznovanje določenih rotacij, obrambe s prevzemanjem, podvajanjem ipd. Pri vsem tem ima ključno vlogo **kvaliteta organizatorja igre**, saj je motor ekipe, ki vodi lastno ekipo in razpozna situacije, ki so povezane z nasprotnikovo taktiko. Imeti mora veliko znanja, izkušenj, sposobnosti in zaupanje trenerja, da lahko uspešno vodi moštvo. Ker se trener tega zaveda, se po sestanku ali treningu večkrat pomudi pri njem ter mu nameni veliko individualne energije, saj je konec koncev organizator igre »podaljšana roka« trenerja, ki mora v vsakem trenutku znati napraviti pravilno odločitev. Sklepni del drugega sestanka se nadaljuje na samem košarkarskem igrišču, kjer trener skuša implementirati taktične rešitve iz obstoječega sistema ter tudi doda, spremeni ali nadgradi določene napadalne cilje ali morda še poseže po posebnih sredstvih presenečenja.

### 3. sestanek

Bistvo tretjega sestanka je pravzaprav v tem, da vse informacije selektivno strnemo in jasno ponovimo **individualne** in **kolektivne naloge**. Med gledanjem zadnjih izvlečkov, ki so narejeni po posameznih igralnih pozicijah, igralcem nedvoumno razdelimo **odgovornosti**, torej dolžnosti in prizadevanja, ki so potrebna za uspešen športni nastop. Na video izvlečkih se nazorno vidijo sposobnosti, kvaliteta, karakteristike in vloga nasprotnega igralca v moštvu

---

<sup>8</sup> Med pomemben taktičen dogovor, ki lahko onemogoča nasprotnikovo igro in odločilno vpliva na potek tekme, spada tudi zavestno »izrabljanje« košarkarskih pravil. V tem kontekstu gre za taktične male osebne napake do izpolnjenega bonusa osebnih napak in tudi po njem (v primeru, ko smo v izgubljenem položaju in napadalec ni učinkovit izvajalec prostih metov), namerne nešportne osebne in tehnične napake (skušamo spremeniti na primer nek apatičen pristop lastne ekipe ali serijo uspešne igre nasprotnika), namensko ustvarjanje pritiska trenerja (tudi igralcev na igrišču) na sodnike in s tem posredno na svoje ter nasprotnikove igralce (povzeto po: Jakše in Pinter, 2006).

v različnih fazah igre.<sup>9</sup> Ker je vedno znova premalo časa za temeljito pripravo na nasprotnika, se trener pri izdelavi izvlečkov za posamezne nasprotne igralce poslužuje možnosti, ki mu jih nudi programska oprema za videoanalizo. V ta namen se med predvajanjem posameznikov ves čas nad samim izvlečkom kaže oblikovan napis, iz katere igralne kombinacije je prišel določen posameznik do zaključka, s čimer ekipa obenem obnavlja nasprotnikov sistem igre (signalizacijo, kombinatoriko, protitaktiko). Seveda se ne sme pozabiti poudariti posameznika tudi v ostalih fazah košarkarske igre ter uravnotežen izvleček uspešnih in neuspešnih akcij. Trener ob skupinskem gledanju posameznikov znova podaja načine in končne odločitve reševanja določenih igralnih situacij, v katerih se »bo znašel« konkretne posameznik, kar predstavlja najpomembnejši smoter vsakršnega preučevanja nasprotnika. Kot pri predhodnih sestankih tudi slednjega nadgradimo z delom na igrišču, in sicer v situacijski hitrosti gibanja ter ob koncu treninga tudi v hoji (angl. »walk through«)

### **Zadnja navodila na sestanku tik pred ogrevanjem**

Sklepni del celotne priprave se konča približno 35 minut pred začetkom tekem, saj trener še zadnjič skliče kratek sestanek, kjer poudari najpomembnejše **naloge** v vseh fazah igre, poskuša igralce tako **aktivirati** kot **spostiti** ter jim vlti tekmovalno vzdušje oziroma zmagovalno miselnost.

Ker je prihod igralcev na tekmo nujno vsaj uro in pol pred tekmo, trener poskrbi, da so na tabli v slačilnici izrisana bistva določenih akcij (s signali) s pripadajočimi nalogami ter ostalimi značilnostmi na tekmi. Velikokrat trener poskuša igralce spomniti, da se tekma v »glavah« začne vsako četrtno z rezultatom nič proti nič, da se jo igra celih 40 minut kljub morebitnemu delnemu zaostanku ali visokemu vodstvu idr. **Organizatorja igre** znova opomni o pomembnosti kontrole igre neodvisno od trenutnega izida, ostale igralce pa na mentalno čvrstost ob različnih sodniških odločitvah, opozori pa tudi **kapetana** na njegov vpliv ob kritičnih situacijah. Ob vsem tem trener ne pozabi na **vlogo igralcev na klopi** ter njihovo pripravljenost za takojšen vstop v igro.

### **ZAKLJUČEK**

Za vso operativno in vsebinsko izvedbo preučevanja stoji celoten strokovni tim, ki si delo ne samo deli, pač pa se člani strokovnega tima med seboj tudi dopolnjujejo, si konstruktivno pomagajo in celo učijo. Tako kot pri igralcih gre tudi pri trenerjih za obvezno sposobnost kooperativnosti, ki je sinergijsko povezana z disciplino in medsebojnim spoštovanjem. Videoanaliza je realnost, ki od vsakega glavnega trenerja zahteva ustrezen strokovni kader (ki ga vodi in koordinira) ter ustrezno tehnologijo, ki kot delovno orodje omogoča zasnovo in izvedbo preučevanja nasprotnika. V uporabni videoanalizi so **preverjeni postopki** in **vsebine preučevanja** dinamični in se jih prilagaja predvsem lastni ekipi, ki jo spoznavamo med celotno sezono. Priprava na sestanke ima svojo **strukturo**, ki temelji na **metodičnih korakih**, ti pa na **košarkarskih principih**, kjer skušamo prepletati kolektivni in individualni pristop podajanja informacij, nalog ter z njimi odgovornosti. Vsak trener se iz izkušenj zaveda, da je časa odločno premalo, zato išče rešitve, kako bi omejen čas kar se da izkoristil. V ta namen

---

<sup>9</sup> Splošne informacije, ki označujejo igralca nasprotnega moštva, so lahko nivo in način razumevanja košarkarske igre, njegove motorične sposobnosti in kondicijska pripravljenost ipd. Specialne značilnosti, vezane na analizo posameznika, so npr., kako dosega točke, bodisi s prodorom, metom za dve ali tri točke, dobljenim skokom v napadu, spremljanjem igralca z žogo, učinkovitim odvajanjem od postavljenih blokad, ali je morda izreden podajalec, kako brani blokade in igro 1:1, kako zapira in skače, njegove reakcije in tehnika pri obrambnih rotacijah, kakšna je kvaliteta izvedbe vračanja v obrambo idr.

smo se v košarkarskem klubu Kijev<sup>10</sup> posluževali tudi strnjenih izvlečkov preučevanja nasprotnika po posameznih igralnih pozicijah (»domači video«), kjer so igralci imeli dodatno možnost razvoja in razumevanja košarkarske igre. Vrednost in ocenjevanje uspešnosti preučevanja nasprotnika je neizmerljiva. Kaže se v relativnem in absolutnem napredku celotnega moštva in posameznika samega ter globalnem razvoju košarkarske igre nasploh. Vse skupaj je vpeto v primež krutosti profesionalizma, saj se avtorji zgodbe profesionalnega košarkarskega kluba vnaprej odločajo za cilje sezone, (ne)odvisno od objektivne kvalitete ekipe, vložene energije in momente, na katere vedno »ne moremo« vplivati. In prav zadnje daje košarki tisto mistično privlačnost, ki vedno znova predstavlja motiv po obvladovanju takih situacij.

## LITERATURA

Bourdieu, P. (2002). Praktični čut. Ljubljana: Studia Humanitatis.

Filipovski, S. (2001). Preučevanje nasprotnih moštev in priprava na njih. *Šport*, 49 (4), 20–25, pril.

Jakše, B., Kajtna, T. in Tušak, M. (2006). Stili vodenja vrhunskih trenerjev v ekipnih in individualnih športih. *Šport*, 54 (1), 71–74.

Jakše, B. in Pinter, S. (2006). Agilnost v evropski klubski košarki: od iluzije do realnosti. *Šport*, 54 (4), 31–39, pril.

Ostali viri

Izkušnje, pridobljene v času delovanja kot kondicijski trener in pomočnik glavnega trenerja v košarkarskih klubih Slovan, Union Olimpija, Slask Wroclaw, Lietuvos Rytas in Kijev.

### **Bibliografski podatki članka:**

Jakše, B. (2008). Videoanaliza v vrhunski košarki z vidika priprave na nasprotnika. Modelna ponazoritev tehnologije, strukture in postopkov preučevanja nasprotnika na primeru kk kijev v sezonah 2006/7 in 2007/8. *Sport*, 56, 2-4:25-31

---

<sup>10</sup> KK Kijev iz Ukrajine je bil v sezonah 2006/7 in 2007/8 prvak rednega dela prvenstva z enim porazom na sezono. Do finala državnega prvenstva se je klub v obeh sezonah prebil brez poraza, v finalu pa je moral v prvi sezoni v petih, v drugi pa v štirih tekmah priznati premoč aktualnemu prvaku KK Azovmash. Premierna sezona KK Kijev v pokalu ULEB se je končala z uvrstitvijo med 16 najboljših.