

Tine KOKALJ, Jaka LAKOVIČ

## NAPAD PROTI OSEBNI OBRAMBI "DVIGNJENA IN KROŽEČA PEST"

### 1. UVOD

Taktični kombinaciji "dvignjena in krožeča pest" ste dve od številnih uigranih kombinacij moštva Geoplin Slovan (trener Tomo Mahorič), katerega člana sva tudi midva.

Taktični kombinaciji dokaj uspešno izvajamo na tekmah, saj sta primerni za igranje tudi proti bolj agresivnim obrambam. Dajeta dovolj svobode organizatorju igre. Ko poda žogo enemu od visokih igralcev, pa pride v ospredje sodelovanje centrov ter gibanje zunanjih igralcev. Za uspešno izvajanje obeh taktičnih kombinacij mora imeti moštvo močne, gibljive in natančne centre, ki so sposobni tudi podajati pod koš ali na zunanje položaje.

Taktični kombinaciji lahko uspešno izvajamo proti obrambam, ki izvajajo pritisk na zunanje igralce, saj imajo igralci pod košem več prostora za sodelovanje. Ko pa obrambe stiskajo in polnijo prostor pod košem so zelo uspešne podaje centrov zunanjim igralcem.

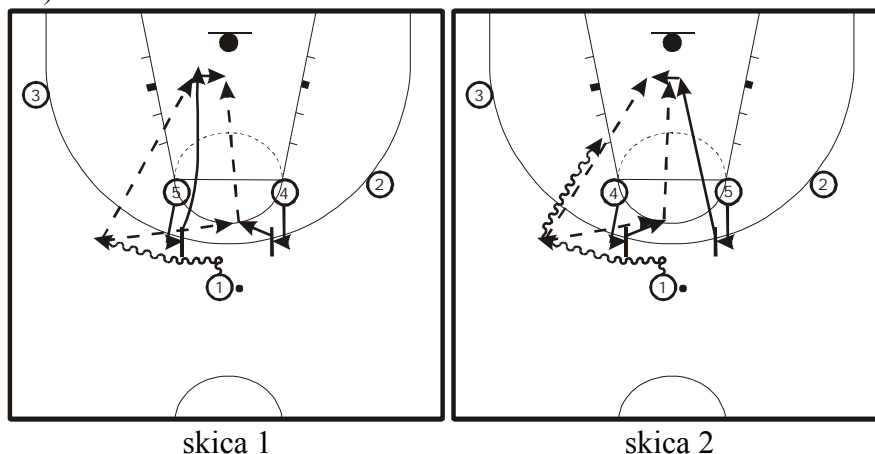
Taktični kombinaciji "dvignjena in krožeča pest" omogočata ustrezno ravnotežje za skok v napadu (igralci 4, 5 in 3) ter branjenje nasprotnega napada (igralca 1 in 2).

### 2. NAPAD DVIGNJENA IN KROŽEČA PEST

#### 2.1. ZNAČILNOSTI CELOTNEGA NAPADA

Znak za izbrano taktično kombinacijo največkrat pokaže organizator igre ali pa da navodilo trener s klopi. Pri "**dvignjeni pesti**" organizator 1 (*skica 1*) napelje svojega obrambnega igralca na igralca 5, ki se po blokadi odcepi pod koš. Igralec 4 ostane na drugi strani v višini prostih metov. Organizator poda žogo bolj odkritemu igralcu (4 ali 5).

Pri kombinaciji "**krožeči pest**" organizator napelje svojega obrambnega igralca na igralca 4, ki se ne odcepi pod koš, temveč stran od koša. Igralec 5 z druge strani vteče iz blokade pod koš (*skica 2*).



## 2.2. TEMELJNA TAKTIČNA PRAVILA ZA VSE IGRALCE:

### a) Začetna postavitev napadalcev

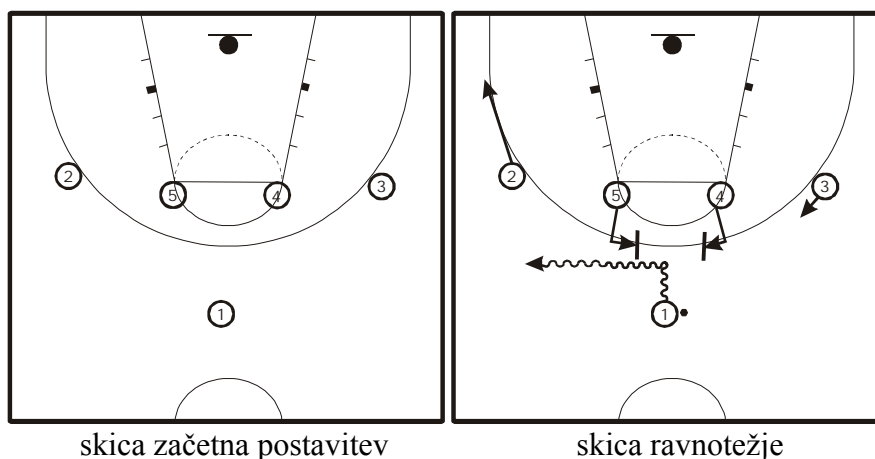
Igralci se postavijo ( skica začetna postavitev) tako, da je na vrhu polkroga organizator z žogo, na koncu črte prostih metov sta centra, na črti za tri točke, na krilnih položajih, pa oba krilna igralca.

### b) Gibanje, širina, globina in ravnotežje

Znak za izbrano taktično kombinacijo da organizator, ki s pomočjo blokade enega izmed centrov (dvignjena pest ali krožeča pest) obremeni eno stran. Takrat se tudi krilo na strani organizatorja pomakne v kot, medtem ko se krilo na drugi strani dviguje (skica ravnotežje). Tako se ohrani tudi širina med organizatorjem in krilnim igralcem. Za globino napada poskrbi center, ki se spušča pod koš. Ravnotežje napada ohranjajo krilna igralca in center.

### c) Skok za odbito žogo

Za skok v napadu sta predvsem zadolžena oba centra, saj je s tem, ko je eden od centrov vedno v bližini koša, možen skok v vsakem trenutku. Drugi trije igralci so zadolženi za branjenje protinapada. Koliko igralcev skoči za žogo v napadu je odvisno tudi od dogovora in značilnosti igre nasprotnega moštva.



skica začetna postavitev

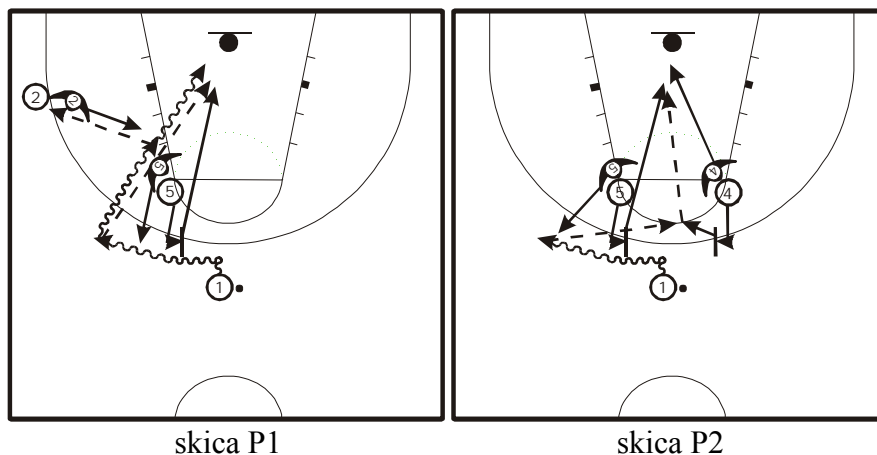
skica ravnotežje

## 2.3. TEHNIČNO-TAKTIČNI ELEMENTI NAPADA

Opisan napad zajema posamične in skupinske taktične elemente, ki skupaj s tehničnimi elementi z ali brez žoge omogočajo igralcem uspešno izvajanje izbrane taktične kombinacije.

### Preigravanje

Taktični kombinaciji dopušča največ preigravanja organizatorju igre. Dobro napeljevanje organizatorja in dobra blokada centrov prisili obrambnega centra, da pomaga pri pokrivanju organizatorja. To lahko organizator dobro izkoristi tako, da prodore pod koš oziroma poda žogo prostemu centru ali krilnemu igralcu, če pride do vrtenja v obrambi (skica P1). Ob sprejemu žoge imata tudi centra priložnost za met, podajo ali preigravanje. Center 5 lahko igra uspešno s hrbtom proti košu (kadar obrambni igralci ne pomagajo centru in ima slednji dovolj prostora za igro ena na ena).

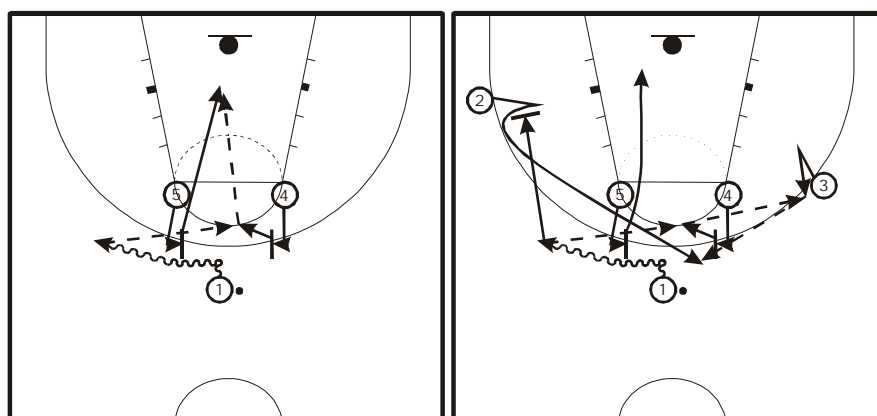


skica P1

skica P2

### Odkrivanje

Odkrivanje je zelo pomemben taktični element v obeh taktičnih kombinacijah. Pravočasno in ustrezno odkrivanje omogoča uspešen met, prodor ali prenos žoge na drugo stran. Zelo pomembno je tudi odkrivanje centrov iz blokade. Na skici O1 je prikazana zelo uporabna podaja v loku med centrom 4 in 5. Zelo pomembno je tudi odkrivanje krila na nasprotni strani organizatorja, saj ta poda drugemu krilnemu igralcu, ki se odkrije ob zaporednih blokadah igralcev 1 in 4 (skica O2).

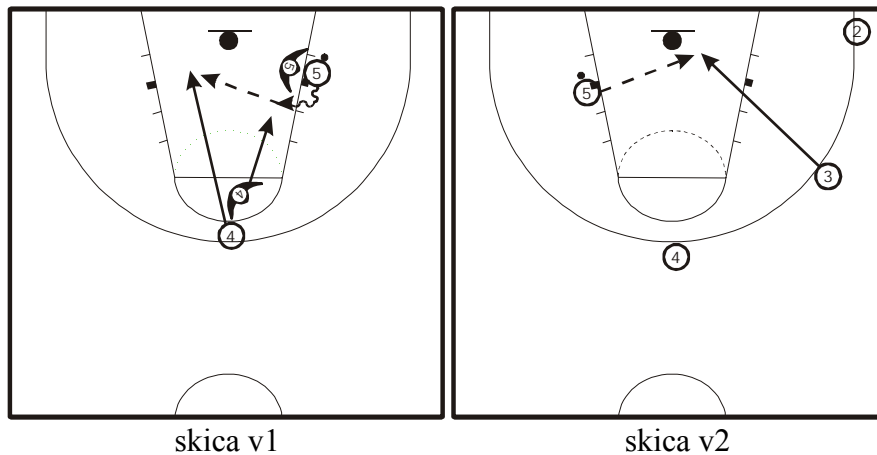


skica O1

skica O2

### Vtekanje

Pri tej taktični kombinaciji največkrat vteka eden izmed centrov, medtem ko poskuša drugi nase vezati drugega obrambnega centra. Govorimo o sodelovanju centrov (skica V1). Možno pa je tudi vtekanje krilnega igralca na nasprotni strani organizatorja, ko ima center žogo in je s hrbtom obrnjen proti košu (skica V2).

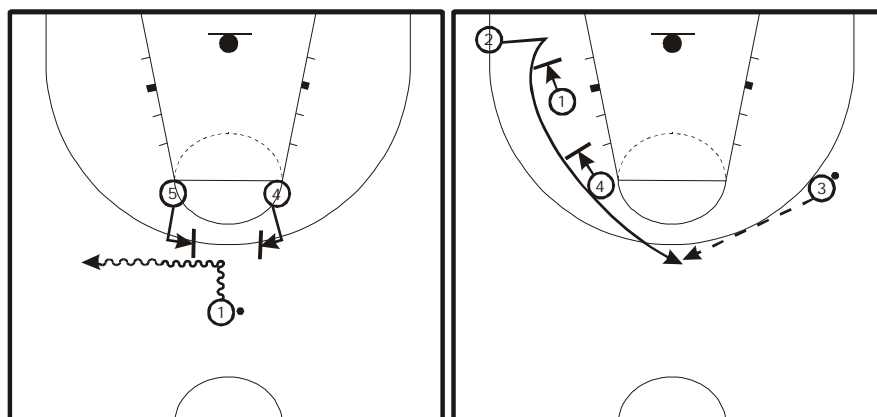


skica v1

skica v2

### Blokade

V obeh taktičnih kombinacijah so blokade najpomembnejši taktični element, saj lahko z njimi napadalec dobi prednost in pa izkoristi napako obrambe. Pomembna je blokada centra organizatorju z žogo (skica B1) in dve zaporedni blokadi za strelca 2 ( skica B2).



slika B1

slika B2

## 3 METODIČNI POSTOPEK

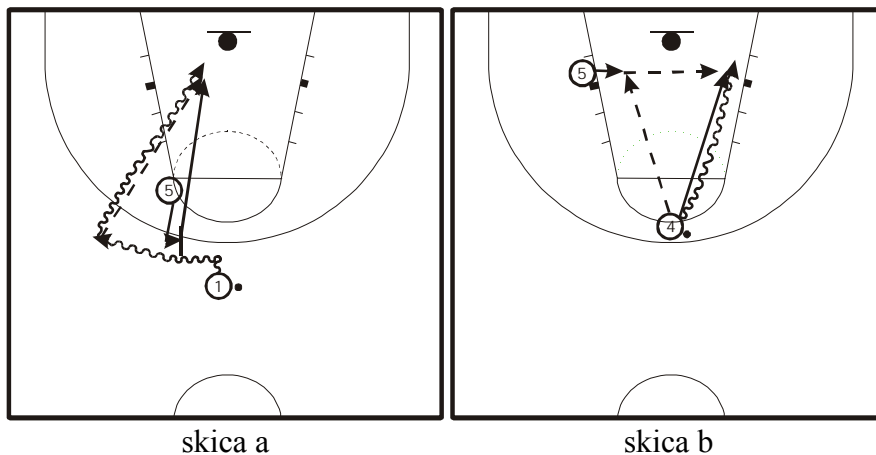
Učenje obeh taktičnih kombinacij najprej začnemo *sintetično* na en koš brez obrambe. Kasneje preidemo na *analitično* vadbo (jutranji treningi) za izpopolnjevanje posameznih igralnih akcij, na koncu pa zopet na sintetično vadbo. To predvsem izvajamo na večernih treningih, kjer je poudarek na skupni taktiki.

- 1) Igralce postavimo na izhodiščna mesta. Razložimo jim osnovna gibanja v izbrani taktični kombinaciji od začetka proti koncu in tudi vse možne zaključke, ki se pojavljajo. Razložimo tudi razliko med dvignjeno in krožečo pestjo.
- 2) Igralci urijo izbrano taktično kombinacijo v počasnem teku, ter tudi uporabljajo vse možne zaključke napada. Po metu na koš skočijo za žogo v napadu (na koš mečejo dokler ne zadenejo), nato preidejo na drugo stran igrišča ter ponovijo napad na drugi strani.

- 3) Z izbranimi tehnično-taktičnimi vajami izboljšujemo tehnično-taktične elemente obeh taktičnih kombinacij. To je del analitične vadbe. Pri vajah z obrambnimi igralci je pomembno tudi branje obrambnih igralcev in kaznovanje njihovih napak. Trener mora igralce opazovati in popravljati njihove napake oziroma razlagati nastale situacije.

**Vaja a): Blokada centra na strani žoge - center postavi blokado organizatorju (skica a)**

Organizator mora pokazati znak za izbrano taktično kombinacijo (dvignjena ali krožeča pest), da ne pride do nesporazumov med igralci. Center mu postavi blokado pravokotno na njegovo smer gibanja, na katero mora organizator dobro navesti svojega obrambnega igralca. Po blokadi izbere najboljšo možnost za nadaljevanje akcije: met, podajo pod koš, prodor ipd. Pomembno je, da po podaji ali metu brani nasprotni napad. Center se po blokadi odcepi proti košu na eno ali drugo stran trapeza in sprejme žogo. Po metu mora skočiti za žogo in ponovno vreči na koš, če je met zgrešil.



**Vaja b): Sodelovanje centrov - po blokadi organizatorju (skica b)**

Organizator da znak za izbrano taktično kombinacijo, nato pa napelje obrambnega igralca na blokado, ki jo je postavil en ali drug center. Po blokadi poda žogo enemu od centrov (tistemu, ki je v boljšem položaju) in se potem premika nad črto treh točk. Centra se po izvedeni blokadi odzoveta skladno s taktično kombinacijo. Ko eden izmed centrov sprejme žogo, lahko vrže na koš ali poda žogo drugemu centru (pogosta je podaja centra 4 pod koš centru 5 ali obratno). Po metu skočita oba za žogo. Če je bil met neuspešen, center ponovno vrže na koš. Ko izvajajo napadalci vajo z obrambnimi igralcu, se morajo pri zaključnih akcijah prilagoditi nastalim razmeram.

**Vaja c): Odkrivanje krilnega igralca - po zaporednih blokadah organizatorja in centra (skica c)**

Po znaku za izbrano taktično kombinacijo navede organizator svojega obrambnega igralca na blokado centra 5. Po blokadi poda žogo centru 4 in postavi nasprotno blokado krilnemu igralcu 2. Center 4 poda žogo krilnemu igralcu 3 in postavi drugo nasprotno blokado igralcu 2. Slednji najprej navede svojega igralca na prvo blokado, nato pa še na drugo, se odkrije in sprejme žogo. Nato lahko vrže na koš, gre v prodor, poda centru 4, ki se je odcepil iz blokade pod koš (odcepi se pod koš) ali organizatorju, ki se je iz blokade odkril.

