

Matic VIDIC, Mitja ŠTEBLAJ

IGRALNE KOMBINACIJE PRI VRAČANJU ŽOGE V IGRISČE

1 UVOD

Igralne kombinacije pri vračanju žoge v igrišče izza mejnih črt so pomemben del košarkarske igre. V tem članku bova opisala predvsem kombinacije v napadalni polovici igrišča, po katerih naj bi prišli igralci v dober položaj za zaključno akcijo ali v postavljeni napad.

Uspeh vsake organizirane napadalne akcije je v veliki meri odvisen od časovne usklajenosti gibanj napadalcev in preslepitve obrambnih igralcev. V našem primeru bo znak za začetek izvajanja igralne kombinacije udarec igralca za mejno črto po žogi (možni so tudi drugi znaki). Podajalec, ki vnaša žogo v igrišče izza čelne črte naj stoji vsaj meter oddaljen od črte ob robu table.

2. IZBRANE IGRALNE KOMBINACIJE PRI VRAČANJU ŽOGE V IGRISČE

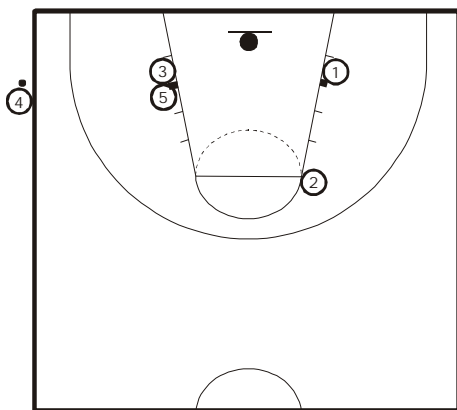
V nadaljevanju bova opisala štiri igralne kombinacije. Eno pri vračanju žoge v igrišče izza bočne in tri izza čelne črte.

Izbrane igralne kombinacije sta predstavila slovenskim trenerjem na trenerskem seminarju v Ljubljani ameriška trenerja Ron Abegglen in Bob Huggins. Večina je poimenovana po ameriških univerzah, katerih moštva so igrala te igralne kombinacije.

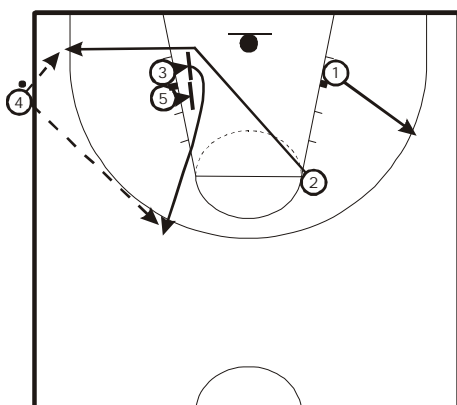
2.1. KOMBINACIJA VRAČANJA ŽOGE V IGRISČE IZZA BOČNE ČRTE »UCLA«

To kombinacijo so igrali študenti univerze UCLA iz Los Angelesa, kadar so vnašali žogo v igro izza bočne črte. Ponuja mnogo rešitev. Je zelo prilagodljiva, saj ni odvisna le od gibanja enega igralca, temveč dopušča igralcem precej svobode.

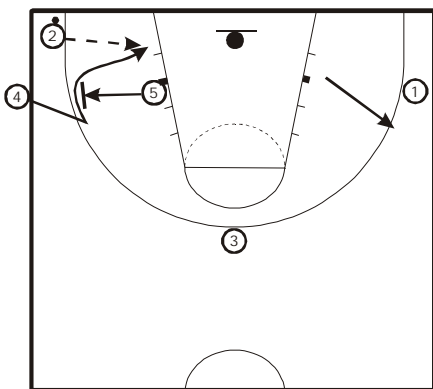
Moštvo, ki želi uspešno igrati to igralno kombinacijo mora imeti dobrega podajalca (igralec 4), igralca, ki je zelo dober v igri 1:1 (igralec 3) in dobrega strelca (igralec 2). Namenjena je predvsem igralcema 2 in 4.

**Skica 1:**

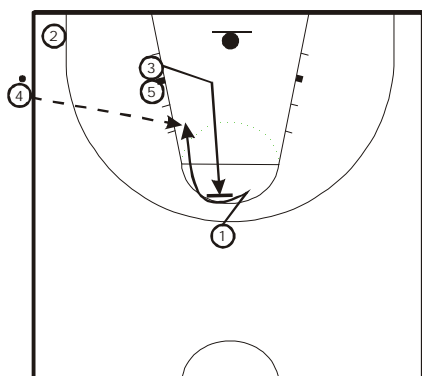
Kombinacijo lahko igramo na obeh straneh. Igralca 5 in 3 postavljata dvojno blokado za strelca 2.

**Skica 2:**

Igralec 2 se odkrije ob dvojni blokadi in sprejme žogo od igralca 4. Če je neoviran, lahko takoj vrže na koš, vendar pa je potrebno paziti na nasprotnikov protinapad po morebitnem zgrešenem metu. Ena od možnih rešitev je tudi hitra podaja igralcu 5, če je dobro postavljen. Kadar igralec 4 ne more podati igralcu 2, se igralec 3 odkrije ob blokadi igralca 5 navzgor nad črto treh točki. Tu lahko po sprejemu žoge vrže na koš, igra 1:1 ali pa poda žogo igralcu 5. Možen je tudi prehod v postavljeni napad ali druga rešitev. Vse je odvisno od sposobnosti in znanja napadalcev ter obrambnih igralcev.

**Skica 3:**

Žoga je pri igralcu 2. Igralec 4 stopi v igrišče in vteče ob blokadi igralca 5 proti košu. Igralec 5 naj postavi blokado 2 do 3 metre od bočne črte. Tako bo imel igralec 4 več prostora za sprejem žoge in prodor do koša. Če se pod košem nahaja obrambni igralec, poda igralec 4 žogo soigralcu 1. Po blokadi naj se igralec 5 odcepi v sredino trapeza.

**Skica 4:**

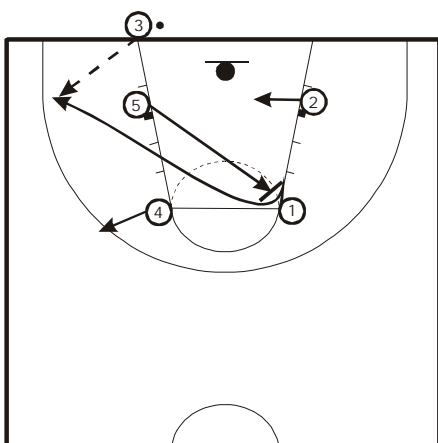
Če obrambna igralca dobro pokrivata igralca 1 in 2, vteče igralec 1 ob blokadi igralca 3 pod koš, kjer lahko dobi žogo in preide v met ali podajo. Igralec 3 se po blokadi odkrije.

To kombinacijo lahko trenerji prilagodijo značilnostim svoja moštva, saj ponuja veliko različnih zaključkov

2.2. KOMBINACIJA VRAČANJA ŽOGE IZZA ČELNE ČRTE V IGRIŠČE »NORTH CAROLINA-1«

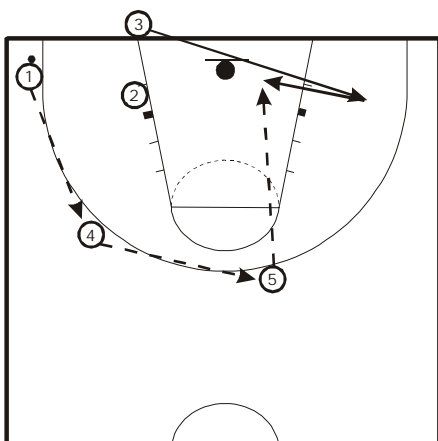
Ta igralno kombinacijo je igrala ekipa znanega trenerja Deana Smitha, ki je vedno govoril, da ima vsak igralec z žogo možnost za igro 1:1 (prodor pod koš ali met). To naj bi igralci upoštevali tudi pri tej kombinaciji.

Kombinacija je namenjen predvsem igralcu 3, hkrati pa ponuja veliko drugih rešitev. Akcija je dokaj preprosta, zahteva pa dobro usklajenosti gibanj napadalcev.



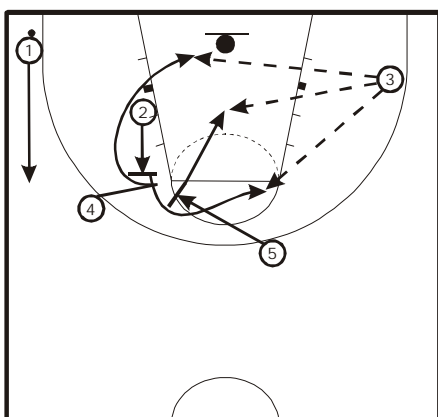
Skica 5:

Začetni položaj igralcev. Igralec 5 se najprej zagradil obrambnega igralca, kot da hoče dobiti žogo, nato pa steče po diagonali v blokado igralcu 1. Hkrati vteče igralec 2 v sredino trapeza, da veže na sebe svojega obrambnega igralca. Če obrambni igralec ni dovolj pazljiv, lahko tudi sprejme žogo. Igralec 1 se odkrije ob blokadi v levi kot nad črto za trih točk, kjer lahko sprejme žogo in vrže na koš (redkeje), prodre ali poda žogo igralcu 4, ki po varanju odkrivanja vteče pod koš.



Skica 6:

Igralec 1 lahko tudi poda žogo igralcu 4, ko se le ta odkrije, slednji poda naprej igralcu 5, ko se je odkril iz blokade, ki jo je postavil igralcu 1. Slednji nato poda žogo igralcu 3, ki se odkrije ali vteče za hrbtom obrambnega igralca. Obstaja tudi možnost podaje nad obroč in zabijanje žoge v koš. Igralec 5 lahko tudi vteče pod koš za hrbtom obrambnega igralca (te možnosti ni na skici) preden dobi žogo od igralca 4.



Skica 7:

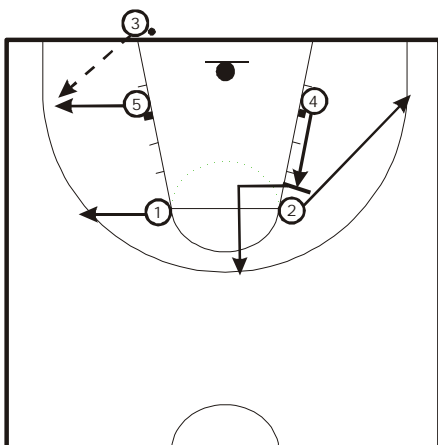
Če je žogo dobil igralec 3 po odkrivanju, se kombinacija nadaljuje. Prva od rešitev je met ali prodor igralca 3. Med tem časom postavi igralec 2 blokado igralcu 4, nato pa še igralec 5 igralcu 2. Igralec 4 vteče izza blokade igralca 2 pod koš, igralec 2 se ob blokadi igralca 5 odkrije, igralec 5 pa se iz blokade odcepi pod koš. Igralec 3 poda žogo igralcu, ki se znajde v najboljšem položaju za sprejem žoge in zaključno akcijo. Igralec 1 se mora pomakniti navzgor proti sredini igrišča, kjer pazi na morebitni protinapad.

Ta kombinaciji omogoča tudi dober skok v napadu, saj lahko kar trije igralci (3,4,5) skačejo v napadu, preostala dva (1 in 2) pa pazita na protinapad nasprotnika.

Igralca kombinacija zahteva usklajenosti igralcev ter natančnost pri postavljanju blokad in napeljevanju nanje. V njej lahko pridejo do izraza igralci z dobrim odzivom, zato je zanimiva tudi za gledalce.

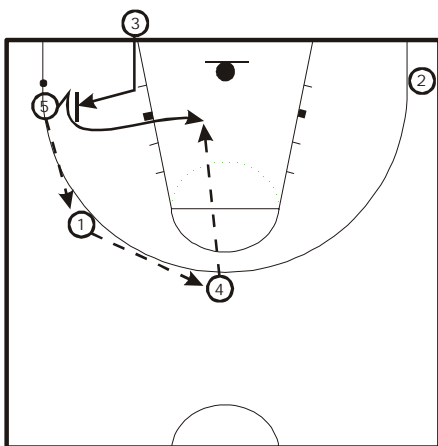
2.3. KOMBINACIJA VRAČANJA ŽOGE IZZA ČELNE ČRTE V IGRISČE »NORTH CAROLINA-2«

Ta igralna kombinacija je namenjena visokemu igralcu 5, ki je dominanten pod košem in zna igrati tudi z obrazom proti košu. Še vedno velja pravilo Deana Smitha, da ima igralec z žogo vedno možnost igrati 1:1. Igralca 2 in 3 naj bi bila dobra podajalca. Zaželeno je tudi, da je drugi visoki igralec (4) dober strelec s srednje razdalje, saj to izboljša uspešnost celotne kombinacije.



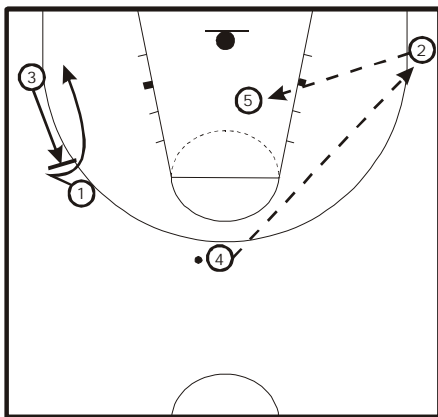
Skica 8:

Igralec 3 stoji za čelno črto. Igralec 5 se zagradi obrambnega igralca. Če dobi žogo, igra 1:1 s hrbtom obrnjen proti košu. Če to ne uspe, se odkrije v kot igrišča. Kadar imamo visokega igralca, ki tega ne zmore, ampak je uspešen le v igri pod košem, vhod v kombinacijo priredimo. Ko dobi igralec 5 žogo v kotu, postavi igralec 4 blokado igralcu 2. Slednji se ob njej odkrije v desni kot, ali vteče pod koš, kjer lahko dobi žogo od igralca 5. Druga rešitev je podaja igralcu 4, ki se po blokadi odkrije ali pa vteče pod koš (odvisno od gibanja igralca 2). Igralec 1 naj se odkrije podobno kot v skici 8 igralec 4.



Skica 9:

Nadaljevanje. Igralec 5 poda žogo igralcu 1, ta pa naprej igralcu 4, ki se je potem, ko je postavil blokado odkril nad črto treh točk. Igralec 4 lahko vrže na koš ali pa poda žogo igralcu 5, ki je vtekel ob blokadi igralca 3 v trapez. Tu ima več možnosti zaključka: met po obratu, hrbtna igra 1:1 ali pa poda žogo odkritemu soigralcu (npr.: igralcu 3, ki se je po blokadi odkril nad črto treh točk na mesto krila).

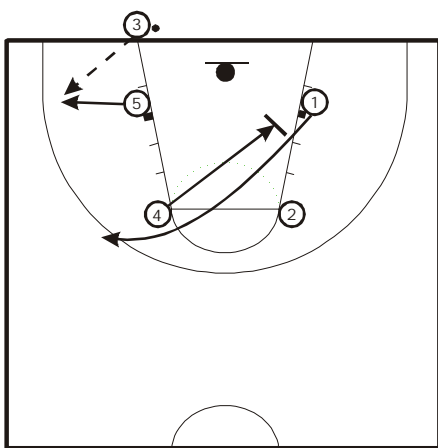
**Skica 10:**

Če podaja do igralca 5 ni mogoča, naj igralec 4 poda žogo igralcu 2. Ta pa igralcu 5, ki je med tem zagradil svojega obrambnega igralca. Igralca 3 in 1 lahko zamenjata mesti, da usmerita pozornost njihovih obrambnih igralcev nase.

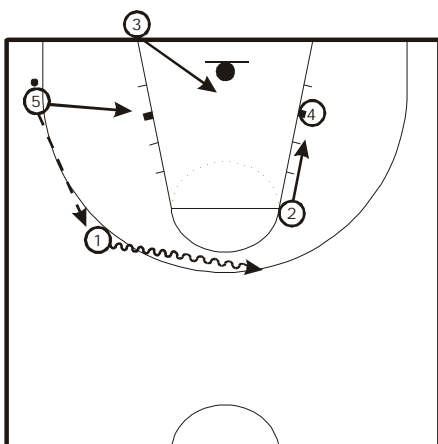
Ta kombinacija je od vseh štirih najbolj specializirana (za igralca 5). Možnosti za ostale ni tako veliko kot v prejšnjih dveh igralnih kombinacijah. Igralec 4 ima v tej kombinaciji možnost za met od daleč in za skok v napadu.

2.4. KOMBINACIJA VRAČANJA IZZA ČRTE - 3

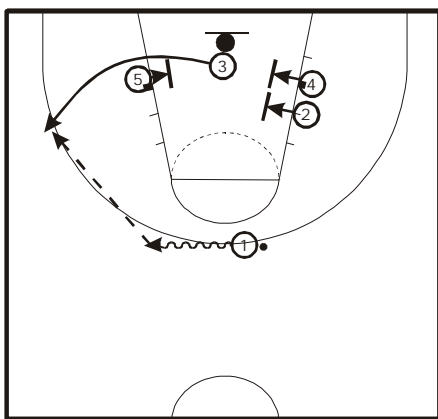
Ta igralna kombinacija je bolj poznana. Igra jo več moštev. Je dokaj preprosta tudi za mlajše igralce. Pogosto jo igrajo, ko mora moštvo doseči koš. V moštvu naj bi imeli vsaj enega dobrega strelca (v našem primeru 3), lahko tudi dva (2, 3) in dobrega organizatorja igre, ki obvlada vodenje žoge z obema rokama. Opisala bova le najosnovnejše gibanje, ki ga lahko nadgradimo.

**Skica 11:**

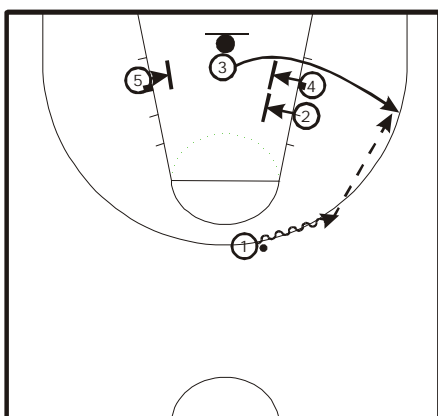
Igralec 5 se odkrije v kot igrišča podobno kot v zgornjem primeru. Hkrati steče igralec 4 po diagonali v blokado igralcu 1. Slednji se ob njej odkrije na črto treh točk na stran žoge.

**Skica 12:**

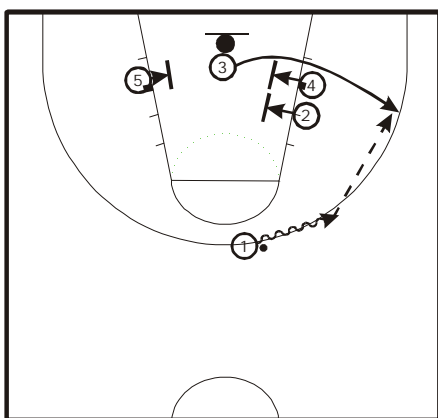
Igralec 5 poda žogo igralcu 1. Hkrati vteče igralec 3 v sredino trapeza, kjer počaka na enojno (igralec 5) ali dvojno blokado (igralca 2 in 4). Igralec 1 zavodi žogo proti vrhu polkroga.

**Skica 13:**

Igralec 3 se lahko odkrije ob blokadi igralca 5 na mesto levega krila. Tam dobi žogo. Po sprejemu lahko vrže na koš, prodre ali igra 2:2 z soigralcem 5. Igralec 1 mora pred podajo popraviti kot podaje. Prav tako mora igralec 3 gledati, kje se giblje njegov obrambni igralec. Če gre nad blokado, se lahko odkrije v kot, če pa gre za njim po spodnji strani, vteče ob blokadi pod koš (zavoj okoli blokade).

**Skica 14:**

Če se igralec 3 odkrije ob dvojni blokadi, mora 1 popraviti kot za podajo. Če igralec 3 ne more vreči na koš, lahko moštvo preide v postavljeni napad.

**Skica 15:**

Ko se igralec 3 odkrije ob dvojni blokadi na mesto desnega krila, preteče igralec 2 trapez in se odkrije ob blokadi igralca 5 na mesto levega krila. Po sprejemu žoge igra enako kot igralec 3 na skici 13.

Ta igralna kombinacija ponuja veliko rešitev in je zelo nepredvidljiva za obrambo. Dobro tudi izkorišča vse igralce na igrišču, še posebej odlične strelce.

4 METODIČNI POSTOPEK

Metodika učenja opisanih igralnih kombinacij je precej podobna učenju postavljenih napadov. Po najinem mnenju jo sestavlja več faz.

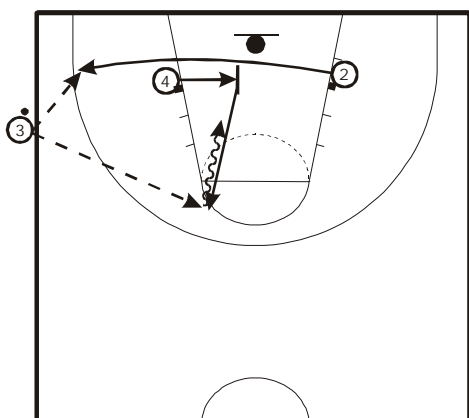
Prva faza, ki jo mnogi trenerji izpuščajo ali pa se jim zdi nepotrebna, je risanje vnosa na tabli ali prikaz kombinacije s pomočjo videoposnetka (če takšno kombinacijo že igra kakšno drugo moštvo).

Druga faza je prikazovanje kombinacije na igrišču v hoji 5:0. Ustavimo se pri vsakem pomembnem delu (blokadi, odcepitvi iz blokade, napeljevanju na blokado,...) in opozorimo na morebitne napake. Najprej naj vadi 5 igralcev, ostali naj gledajo, potem jih zamenja druga peterka itn.

V tretji fazi izvajajo kombinacijo v teku. V četrti fazi postavimo obrambne igralce samo na najbolj pomembna mesta (pomaganje pri blokadi, obramba na strelcu ipd). V peti in šesti fazi izvajajo kombinacijo 5:5 najprej s pasivno, nato pa še aktivno obrambo. V zadnji fazi tudi iščemo nove rešitve, če naučene akcije niso učinkovite proti kakovostni obrambi.

3.1. TEHNIČNO – TAKTIČNE VAJE

Za utrjevanje in izpopolnjevanje posameznih delov opisanih igralnih kombinacij sva izbrala nekaj vaj. Z njimi lahko izboljšamo pravilno gibanje igralcev, pravilno postavljanje blokade, napeljevanje na blokado, sonožno zaustavljanje, varanje in podobno. Igralce moramo nenehno opozarjati na morebitne napake, tako da jih z vadbo odpravijo. Vse vaje izvajamo v trojicah. Za popestritev vključimo v vadbo tudi tekmovanje med trojkami.

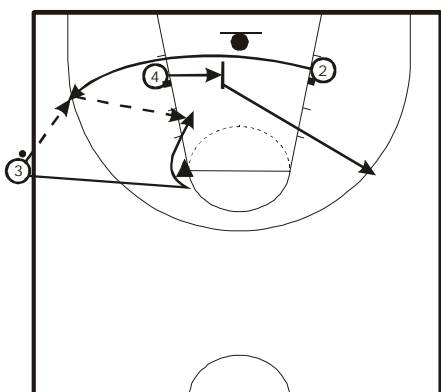


VAJA 1:

Igralec 3 stoji za bočno črto, igralca 4 in 2 pa se postavita vsak na svojo stran trapeza v višini koša. Igralec 4 postavi blokado igralcu 2, nato pa se odkrije navzgor nad črto treh točk. Igralec 2 se odkrije ob blokadi na mesto krila. Igralec 3 lahko poda žogo enemu ali drugemu igralcu.

Zaključki:

- če žogo dobi 2 vrže na koš z razdalje,
- če žogo dobi 4 igra prodre pod koš.

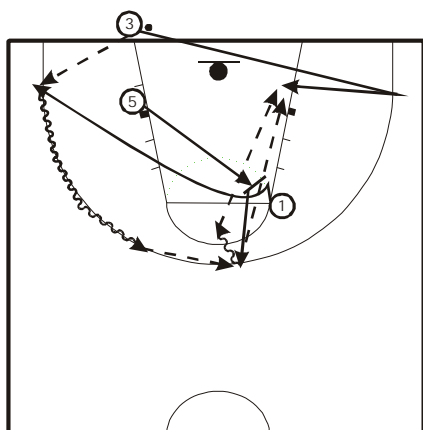


VAJA 2:

Začetek je podoben kot pri prejšnji vaji. Po podani žogi igralcu 2, vteče igralec 3 ob blokadi proti košu (na mestu blokade postavimo stožec) in sprejme žogo od igralca 2. Igralec 4 se v tem primeru odkrije na nasprotno stran od žoge, nad črto treh točk.

Zaključki:

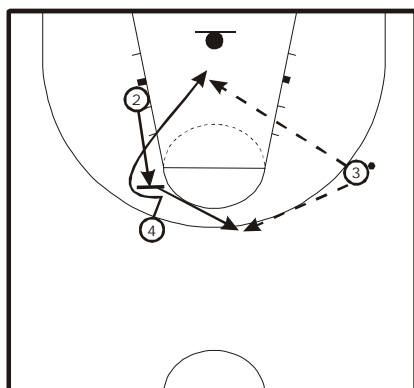
- met za tri točke igralca 2
- met po vtekanju igralca 3.

**VAJA 3:**

Igralec 3 poda žogo v igrišče igralcu 1, ki se je odkril v levi kot ob blokadi igralca 5. Igralec 1 zavodi navzgor proti igralcu 5, potem ko se je ta odkril iz blokade nad črto treh točk. Med tem, ko igralec 5 sprejme žogo, steče igralec 3 do črte treh točk na strani desnega krila, nato pa nazaj pod koš za hrbtom obrambnega igralca.

Zaključki:

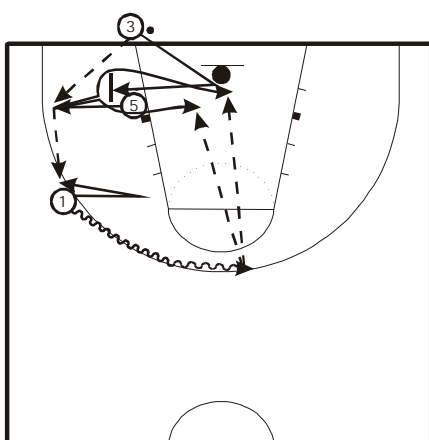
- igralec 5 takoj poda žogo igralcu 3
- igralec 5 zavodi v levo, se obrne in šele nato poda žogo igralcu 3.

**VAJA 4:**

Igralec 2 postavi blokado igralcu 3 in se po blokadi odkrije nad črto treh točk. Igralec 4 vteče ob blokadi pod koš, igralec 3 pa poda žogo enemu izmed njih.

Zaključki:

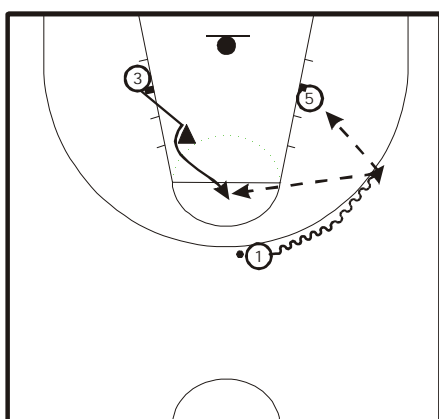
- met igralca 4 po vtekanju
- met za tri točke igralca 2.

**VAJA 5:**

Igralec 3 poda žogo igralcu 5, ki se najprej poskuša odkriti na mestu centra. Če mu to ne uspe, se odkrije v kot nad črto treh točk. Sprejeto žogo nato poda igralcu 1, potem ko se ta odkrije. Igralec 1 zavodi žogo proti vrhu polkroga in poda žogo v trapez igralcu 5, ki ob blokadi igralca 5 vteče pod koš.

Zaključki:

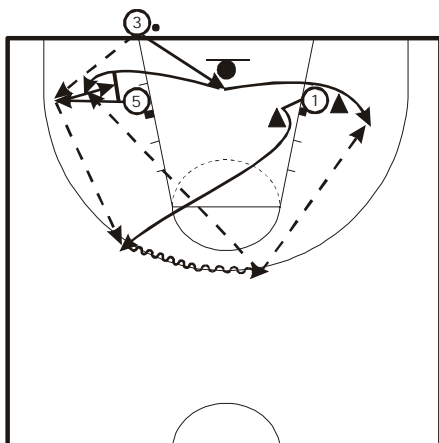
- met igralca 5 po vtekanju nad blokado
- met igralca 5 po vtekanju pod blokado.

**VAJA 6:**

Igralec 1 zavodi žogo v desno stran. Žogo lahko poda igralcu 5 ali igralcu 3, ki se odkrije ob blokadi (ponazarja jo stožec) nad črto prostih metov.

Zaključki:

- met po obratu ali prodoru igralca 5
- met s srednje razdalje igralca 3.

**VAJA 7:**

Igralec 3 poda žogo izza čelne črte igralcu 5, ki se odkrije v levi kot nad črto za tri točke. Na drugi strani se ob blokadi (ponazarja jo stožec) odkrije igralec 1 na mesto levega branilca nad črto treh točk. Po sprejemu žoge zavodi žogo proti vrhu polkroga. Igralec 3 steče med tem časom pod koš, nato pa se ob dvojni blokadi na desni strani (ponazarjata jo stožca) ali blokadi igralca 5, odkrije na mesto krila. Zaključki:
met po odkrivanju izza enojne ali dvojne blokade.

4 VIRI

- 1) Bob Huggins (1999). Specialne situacije (video). Ljubljana: Združenje košarkarskih trenerjev Slovenije.
- 2) Ron Abegglen (1992). Kombinacije iz auta (video). Ljubljana: Združenje košarkarskih trenerjev Slovenije.
- 3) Vidic, M., Šteblaj, M. (2001). Igralne kombinacije pri vračanju žoge v igrišče (seminarska naloga). Ljubljana: Fakulteta za šport.