


KOŠARKA – TAKTIKA KOLEKTIVNA ODBRANA

Doc. dr Milovan Ljubojević



KOLEKTIVNA ODBRANA

- Dobro organizovana i kontinuirana igra u odbrani osnovna je pretpostavka za postizanje vrhunskih rezultata.
- Moderan košarkaš mora imati isti, ili približno isti doprinos i u odbrani i u napadu.
- Za razliku od napada, gdje nekada jedan igrač može da “zakaže”, u odbrani, ukoliko jedan igrač ne igra dovoljno dobro odbranu, protivnik to lako uoči i vrlo lako kažnjava.

- 
- Sve vrste odbrana mogu se sistematizovati u dvije velike grupe:
 - **Otvorene odbrane i**
 - **Zatvorene odbrane**

OTVORENE ODBRANE

- Odbrana “čovjek na čovjeka” (sa varijantama);
- Presing (sa varijantama) i
- Zonski presing (sa varijantama).

Karakteristike:

- Agresivnost;
- Remete igru, oduzimanje vremena;
- Otežavaju prenos lopte u polje napada;
- Cilj odbrane da napadači naprave grešku;
- Systemske (duže vremena se igraju) ili odbrane iznenađenja;



- Promjena ritma igre;
- Mogućnost prelaska u neku drugu odbranu (otvorenu);
- Postoji stepen rizika, usljed prevelike agresivnosti može doći do “ispadanja” igrača;
- Ne koristiti ove odbrane samo u određenim situacijama, već ih ugrađivati u sistem odbrane i tokom utakmice.

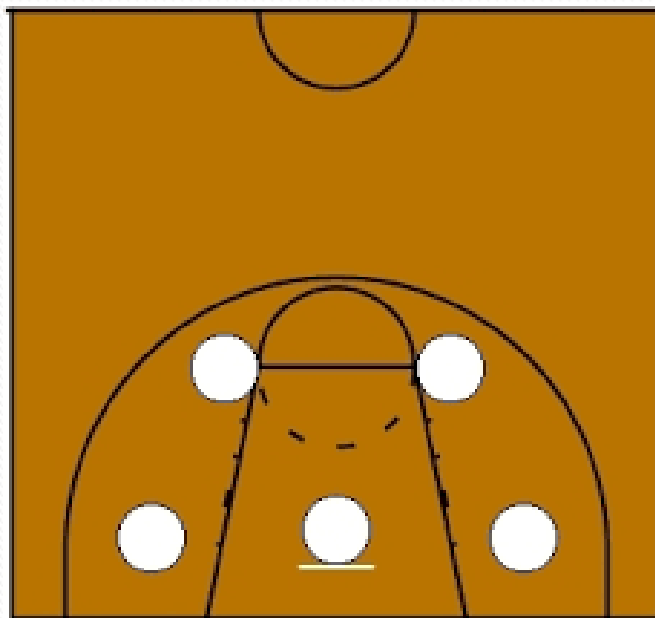


ZATVORENE ODBRANE

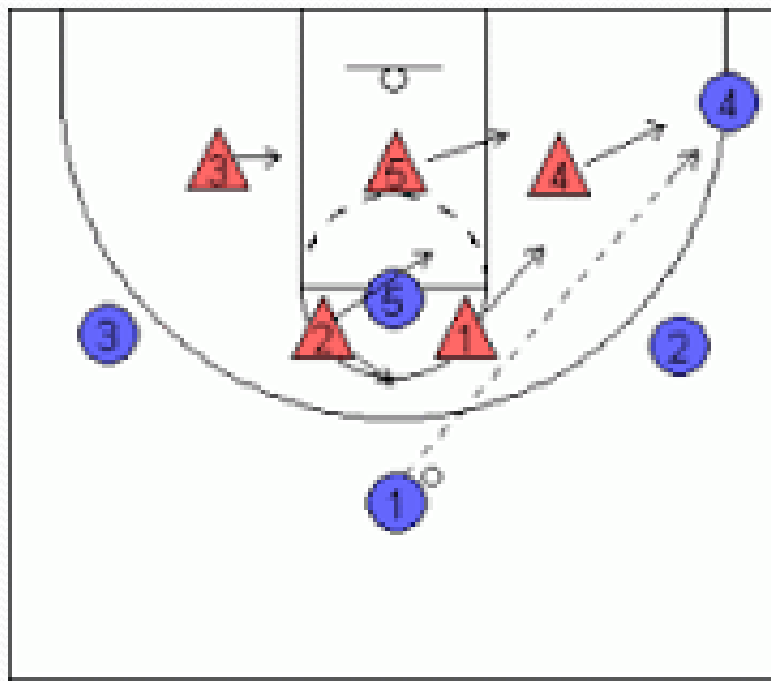
- Zonska odbrana (sa varijantama);
- Kombinovana odbrana (sa varijantama);
- “Meč ap” odbrana (sa varijantama).

Karakteristike:

- Kao odbrana od šuta sa spoljnih pozicija, sa nešto slabijom odbranom na unutrašnjim pozicijama (ili obrnuto);
- Igrači skoncentrisani blizu koša;
- Agresivnost je izražena prema prostoru, a manje prema lopti ili igraču bez lopte;

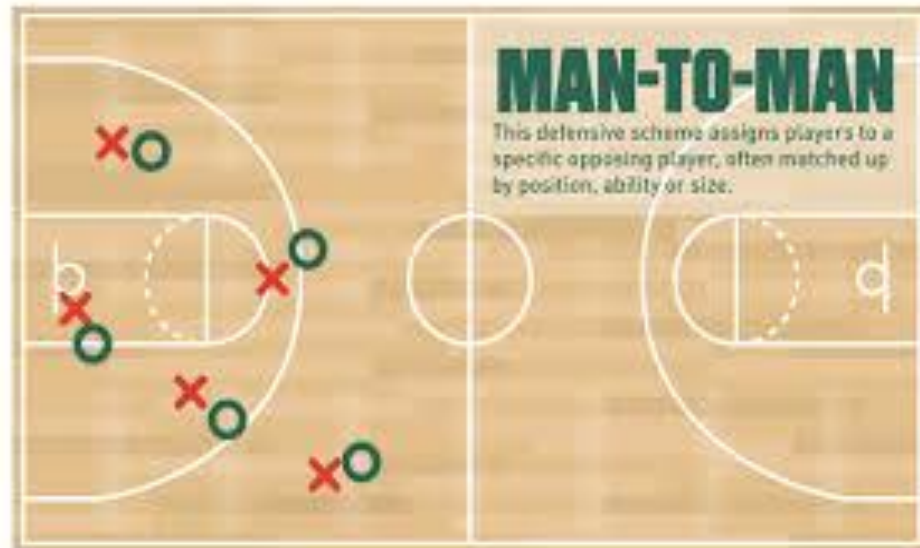


- Dobro adaptirane na odbranu od blokada;
- Dobra “pomaganja” među igračima (mnogo bolja nego kod otvorenih odbrana);
- Smanjen broj ličnih grešaka koje se prave;
- Veoma su slabe protiv kontranapada i brzog napada;
- Ne ubrzavaju ritam (protivničke igrače).



ODBRANA “ČOVJEK NA ČOVJEKA” (otvorena odbrana)

- Dominira u modernoj košarci.
- Skoro nemoguće igrati neku drugu vrstu bez poznavanja osnovnih principa odbrane čovjek na čovjeka.
- Prava sistemska odbrana (može se igrati cijelu utakmicu, nekoliko utakmica, cijelu sezonu...)



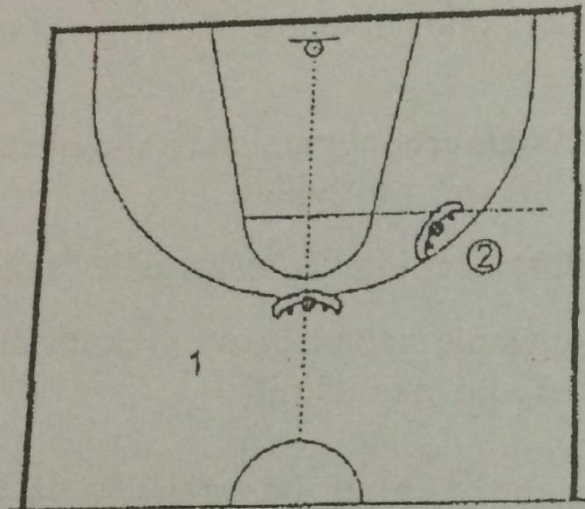
- **Slabosti odbrane:**
- Ranjiva protiv timova koji dobro koriste igru blokadama;
- Broj ličnih grešaka koje se prave je veći u odnosu na druge sisteme odbrane;
- Teško je “sakriti” lošeg odbrambenog igrača;
- Stalna mobilnost igrača, praćenje napadača u svakom trenutku, što je nekada veoma teško.

Osnovni principi

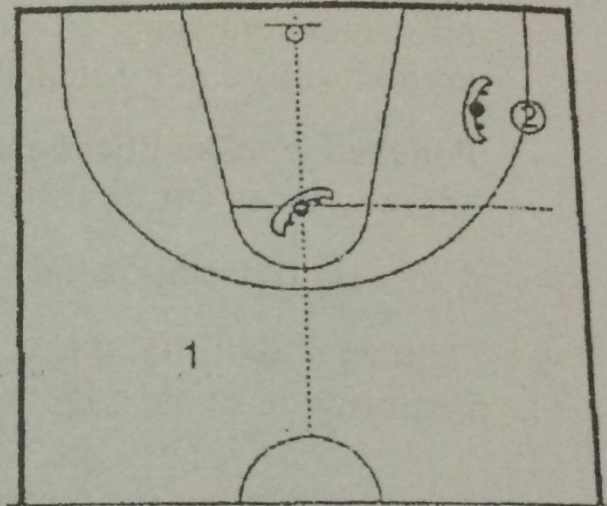
- Zaustaviti igrača sa loptom;
- Tjerati loptu u širinu, na bokove, dalje od sredine;
- Spriječiti dodavanje na strani akcije;
- Pomjeranje odbrambenih igrača sa strane pomoći



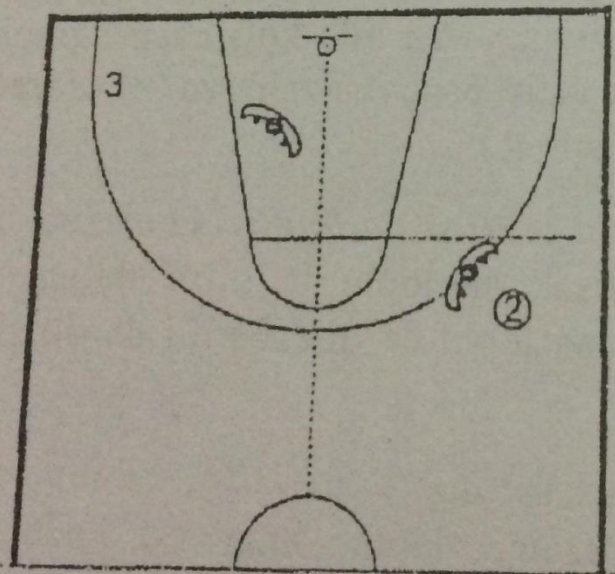




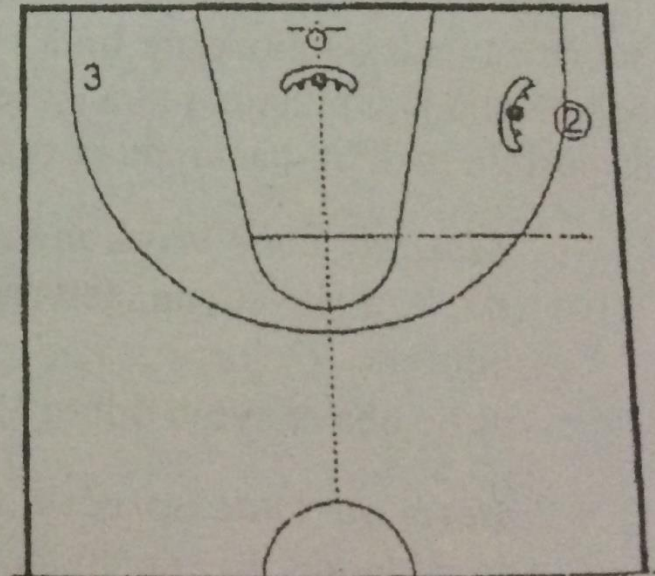
D 205



D 206

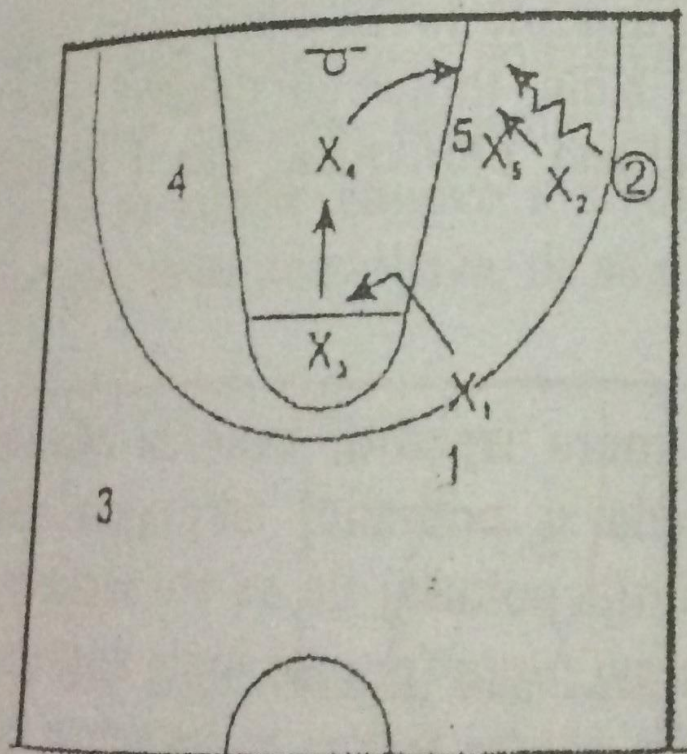


D 207

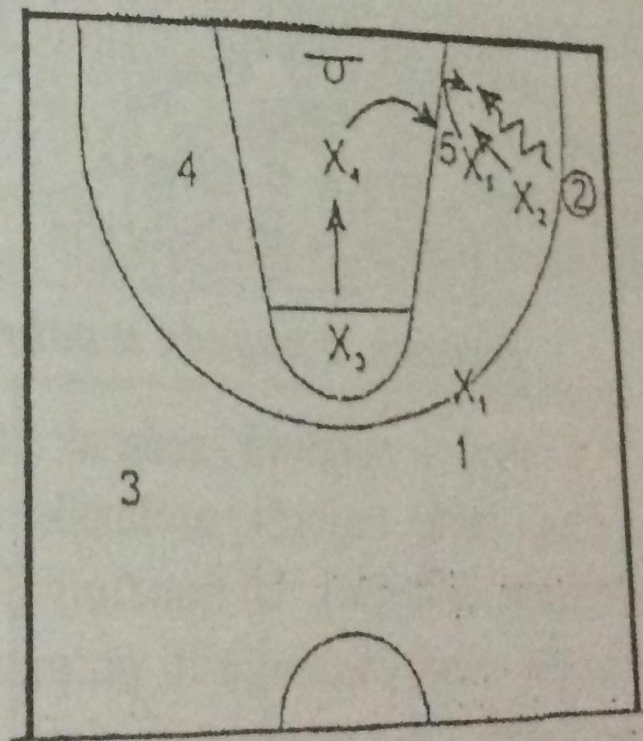


D 208

- Spriječiti dodavanje centrima;
- Pravilno se braniti protiv blokada;
- Rotacijama spriječiti prodor lopte do koša;
- Zagraditi protivnika i skočiti uspješno u odbrani



D 209



D 210

Metodska uputstva:

U principu se zasniva na vježbama (u zavisnosti od zamisli trenera kako odbrana treba da izgleda):

- 1:0 sa akcentom na rad nogu i kontroli ravnoteže;
- 1:1 “cik-cak” kretanja, hendikep odbrana (ruke na leđima);
- 1:1 dirigovana i situaciona igra na 1/3, polovini i cijelom terenu;
- 2:2 sa akcentom na komunikaciji, ranoj pomoći, odbrani od blokada i dr;
- 3:3, akcenat na pritisak na loptu, na usmjeravanje driblera, pritisak na prvo dodavanje, pomaganje i uspostavljanje strane akcije i strane pomoći;

- 4:4, sa pojačanim intenzitetom i akcentom na igri na strani akcije i strani pomoći, kroz situacione vježbe se uspostavlja čvrstina odbrane na strani akcije;
- 5:5, postavlja se odbrana na jedan koš, rad se bazira na čitanju napada i odbrani od specifičnih napadačkih dejstava.

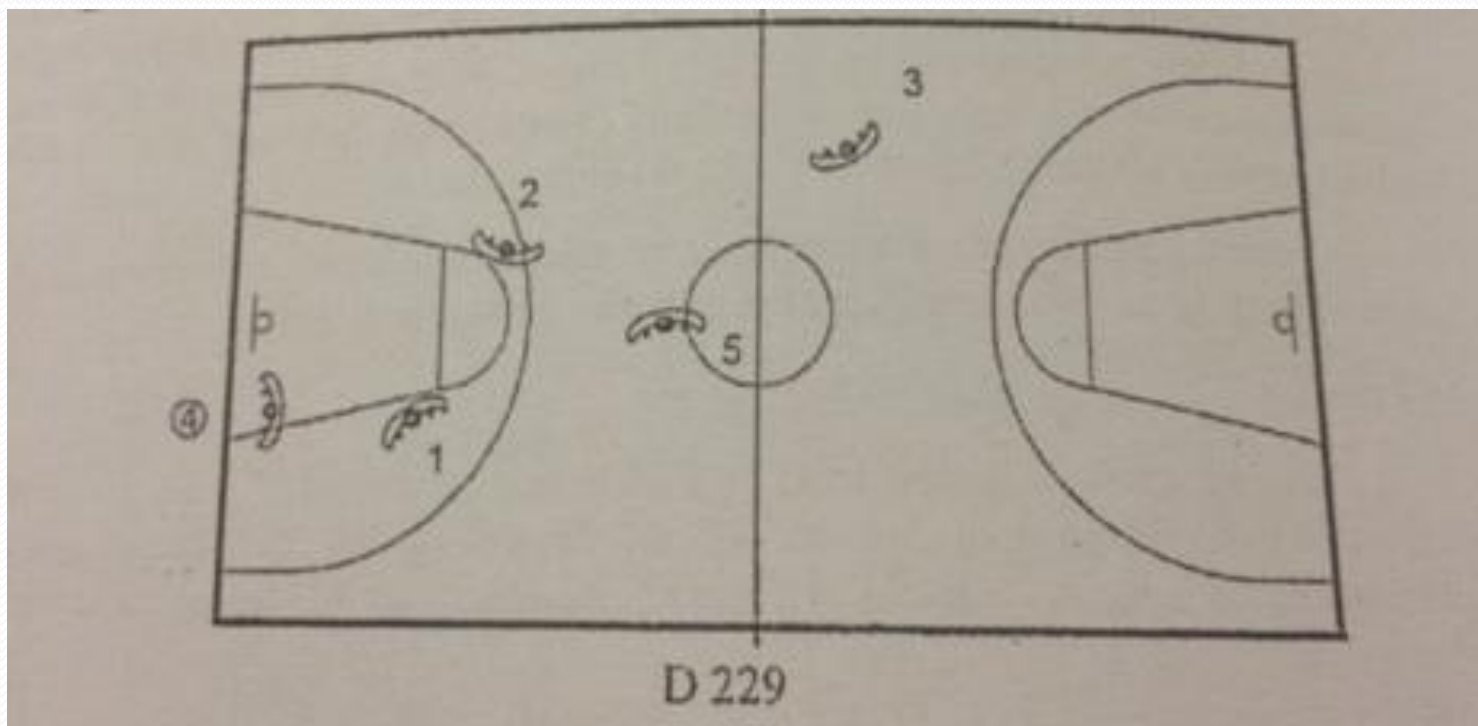
PRESING

- Dobre strane odbrane:
 - Presingom se napadači prisiljavaju da se “brane”, da se prilagođavaju odbrani,
 - Najefikasniji je na cijelom terenu;
 - Najčešće se primjenjuje kratkotrajno (kao faktor iznenađenja), ali može i u dužem intervalu ako je tim pripremljen za takvu igru.

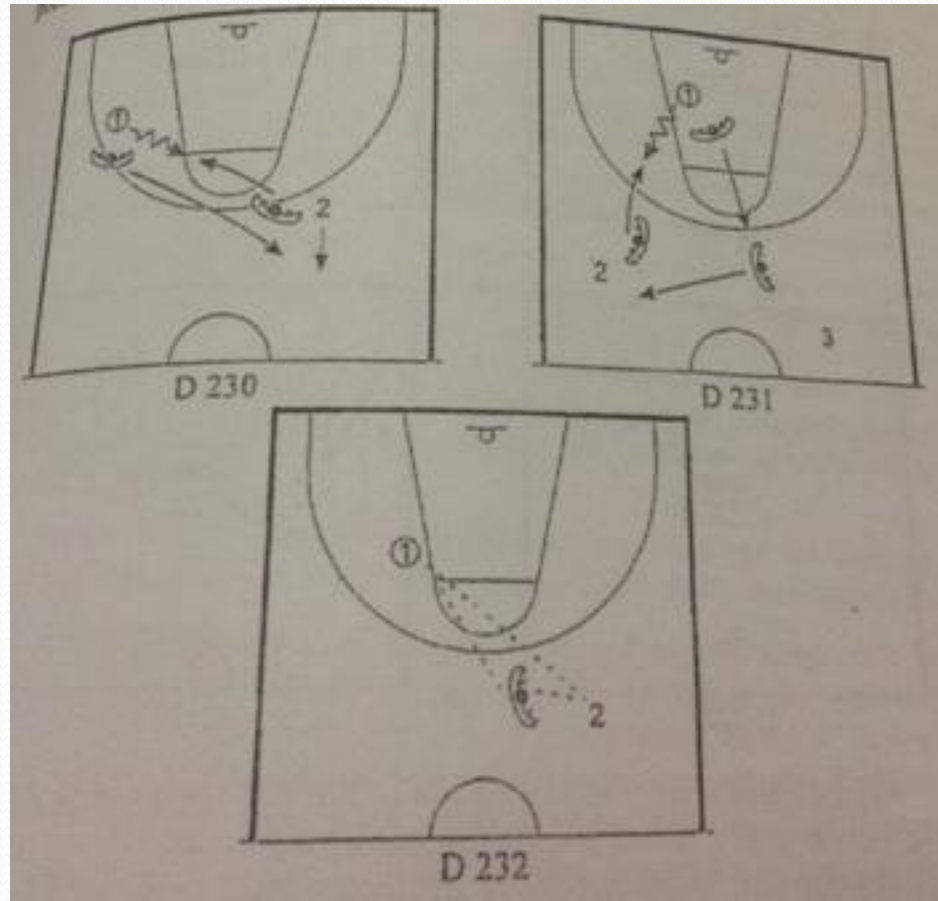
- Slabosti odbrane:
 - Loša igra ili procjena samo jednog igrača može da pokvari odbranu, da presing postane ranjiv;
 - Veliki rizik (lako se rješava ukoliko napadačka ekipa prepozna sistem presinga koji odbrana igra);
 - Veći broj ličnih grešaka.

Klasični presing

- Prvi pritisak se pravi u fazi uvođenja lopte u igru.



- Druga faza odbrane nastupa kada se lopta ubaci u igru.
- Centralni problem odbrane je kontrola igrača sa loptom, pa odbrambeni igrač velikom agresijom pokušava da zaustavi igrača sa lopom, da ga natjera da zaustavi dribling, ili napravi neki prekršaj u igri.



- Prelaskom napadača u polje napada počinje treća faza odbrane, kada odbrana najčešće prelazi u odbranu “čovjek na čovjeka” manje ili više agresivnu, a rijetko u neku varijantu zonske odbrane.
- Ako je presing igran dobro, treba nastaviti sa agresivnom odbranom i tako dovesti napadače u još teži položaj.

Presing sa korektorom

- Isti ciljevi kao i svaki presing.
- Igra se poslije prekida.
- Osnovna razlika u odnosu na klasični presing je u načinu organizovanja odbrane prilikom ubacivanja lopte u igru.
- Ne pravi se pritisak na igraču koji ubacuje loptu u igru.
- Pritisak je na svim ostalim igračima, koji očekuju prijem lopte.
- Odbrambeni igrač sa igrača koji ubacuje loptu postaje korektor, on se pomjera sa igrača sa loptom, prati situaciju i pomaže saigračima, ili ispravlja eventualne greške saigrača.

- Korektor mora da bude veoma sposoban igrač, sa dobrim pregledom igre i brzim i pravovremenim reakcijama.
- Mora da bude odlično tehnički obučen za odbranu, i sa izgrađenom dobrom individualnom taktikom odbrane.
- Mora da ima odličnu moć predviđanja napadačkih akcija, na osnovu pažljivog posmatranja i čitanja napadača.

Metodska uputstva za učenje i usavršavanje

- Početi već u najmlađem uzrastu;
- Osnova je igra 1:1;
- Razvija se individualna odgovornost u odbrani;
- Presing se vježba i uči po fazama (jer svaka faza nosi svoju specifičnost);
- U početku u dirigovanom režimu, dok se dobro ne uvježbaju obaveze u odbrani;
- Zatim, što više u situacionim uslovima, jer će nam ponuditi najviše realnih situacija i reakcija napadača.

ZATVORENE ODBRANE

- Zonska odbrana se zasniva na striktnom pokrivanju prostora i napadača koji se nađe u tom prostoru, bez obzira koji to napadač bio.
- Podrazumijeva precizno određen raspored igrača, tako da svaki od njih pokriva određeni prostor.
- Ovi rasporedi predstavljaju varijante zonske odbrane. Varijante se obilježavaju sa brojem igrača u svakoj liniji, gledajući sa spoljne linije.

Principi za sve zonske odbrane:

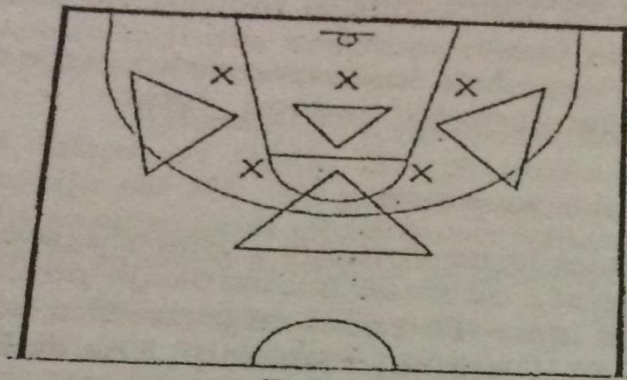
- Svaki igrač je zadužen za određeni prostor i napadača koji se nađe u tom prostoru;
- Odbrana se zasniva na preuzimanju napadača kada ovi prelaze iz jednog prostora u drugi;
- Igrači su skoncentrisani u zoni šuta;
- Svi igrači moraju da reaguju na kretanje, na promjenu pozicije lopte. To znači da je zonska odbrana u osnovnom rasporedu samo u startnoj formaciji, a da se kasnije deformiše u odnosu na poziciju lopte, ili igrača;

● **Dobre strane:**

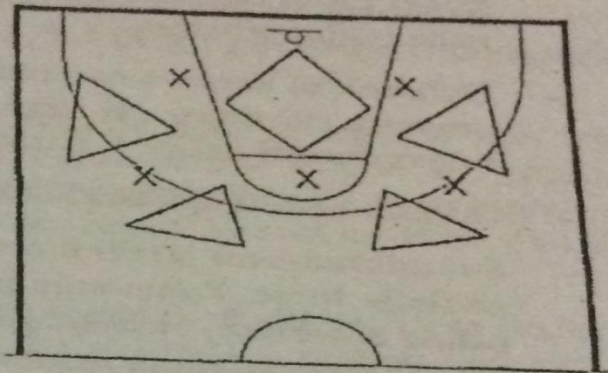
- Relativno jaka u skoku u odbrani;
- Lako se organizuje kontranapad ili brzi napad;
- Pravi se manji broj ličnih grešaka;
- Lako udvajanje napadača;
- Lako se transformiše u neku drugu odbranu;
- Često forsira protivnika da koristi igru koju inače ne igra često;
- Odlična odbrana protiv timova o kojima nema puno informacija.

● **Slabosti:**

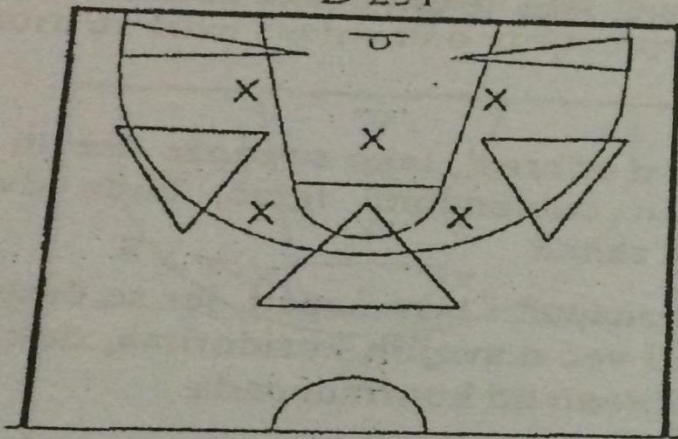
- Protiv timova koji uspješno šutiraju sa spoljnih pozicija;
- Igra protiv kontranapada ili brzog napada;
- Teže je odrediti pojedinačne obaveze igrača;
- Ranjiva je napad koji provocira naizmjenično širenje i skupljanje odbrane;
- Nemoguće ubrzati ritam igre;
- Predugo igranje zapostavlja primjenu individualne odbrane.



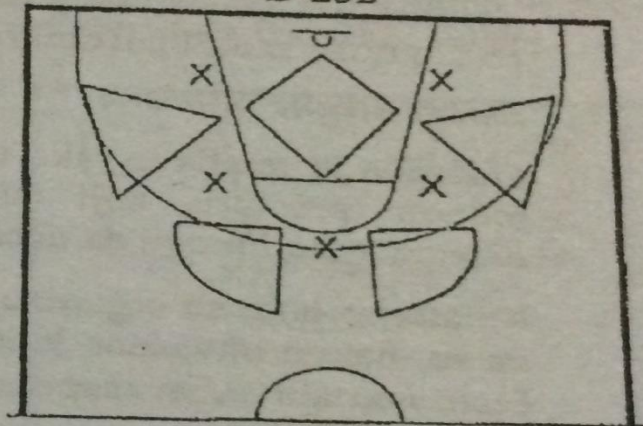
D 251



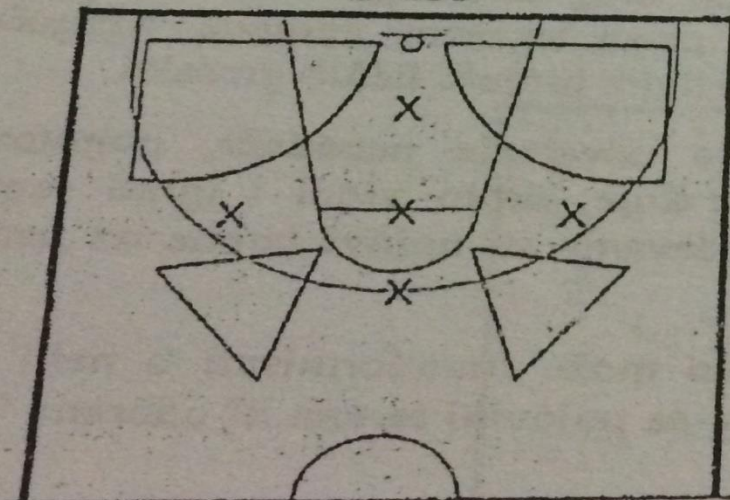
D 252



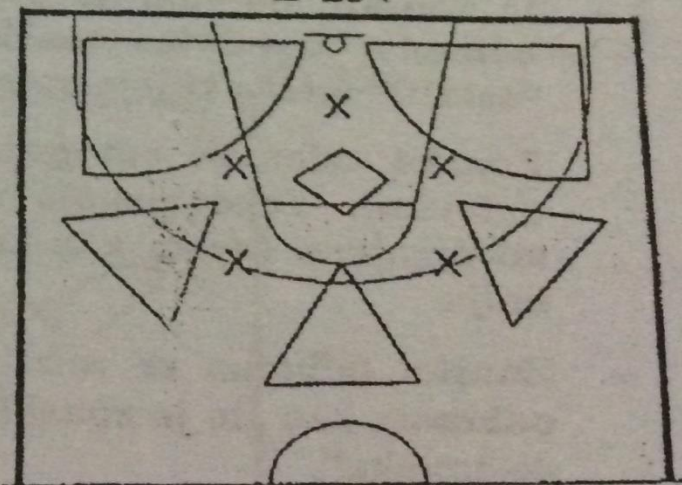
D 253



D 254

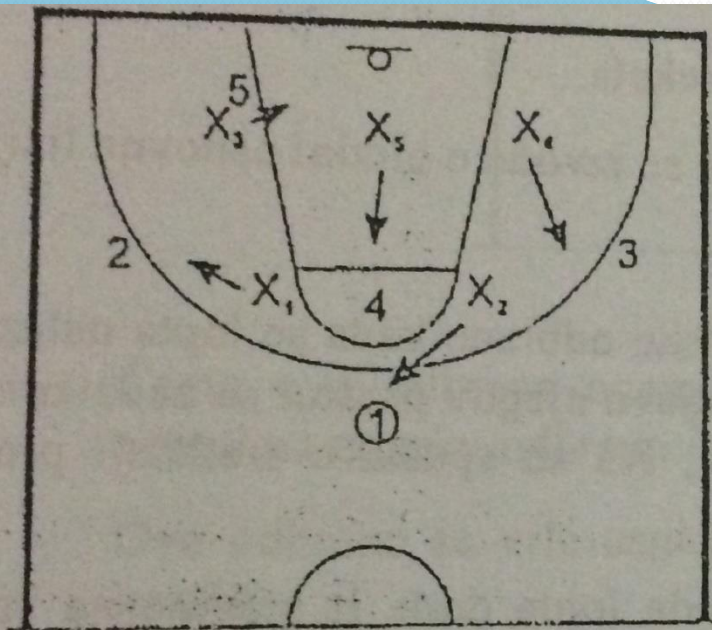


D 255

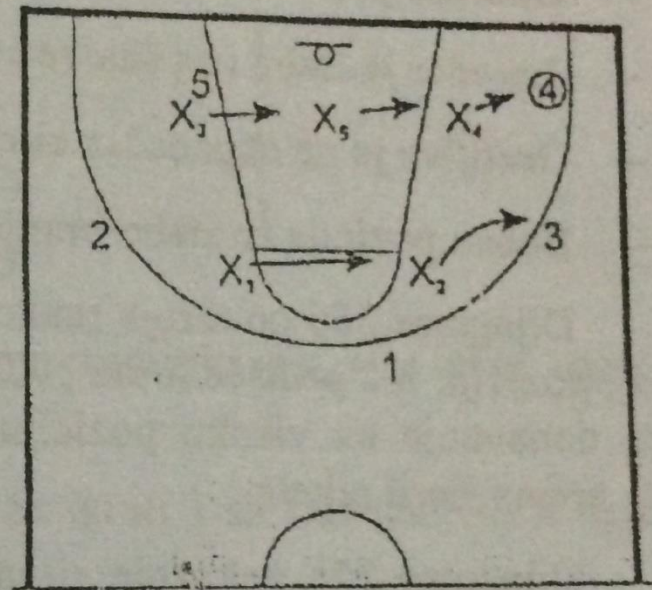


D 256

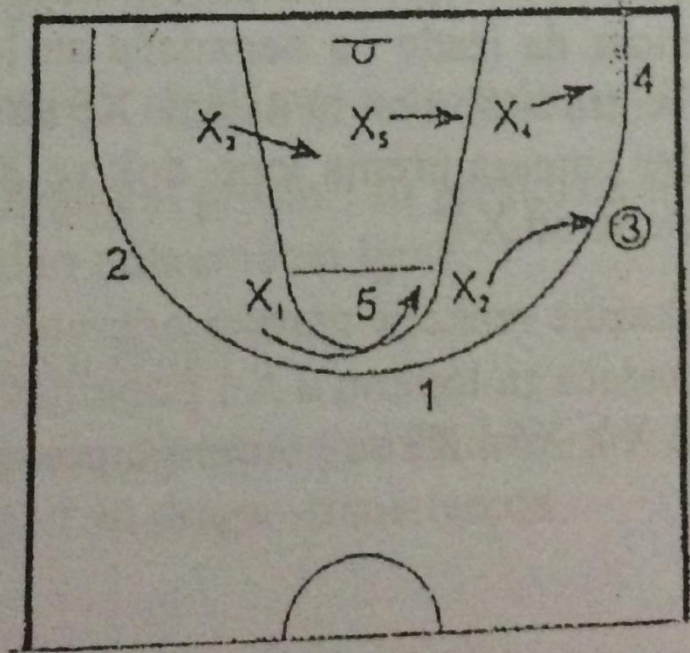
- Varijante zonskih odbrana:
- 2:3
- 3:2
- 2:1:2
- 1:2:2
- 1:3:1
- 2:2:1



D 257



D 258



D 259

Metodska uputstva

- Osnovna kretanja u košarkaškom stavu
- Odbrana “čovjek na čovjeka”
- Objasniti i pokazati varijante odbrane u cjelosti. Zatim posebno određene linije odbrane, pa saradnja igrača na jednoj ili drugoj strani
- Prvo u dirigovanim uslovima
- Zatim u situacionim uslovima
- Nadsituacioni uslovi (sa više igrača u napadu).



HVALA NA PAŽNJI