

UNIVERZITET U BEOGRADU
FAKULTET SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA



ZAVRŠNI RAD
“ČUVANJE CENTRA NA NISKOJ POZICIJI U KOŠARCI”

Student:

Simić Lazar

Mentor:

Prof. dr Saša Jakovljević

Beograd, 2019

UNIVERZITET U BEOGRADU
FAKULTET SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA



ZAVRŠNI RAD
“ČUVANJE CENTRA NA NISKOJ POZICIJI U KOŠARCI”

Student:

Simić Lazar

Mentor:

Prof. dr Saša Jakovljević

Članovi komisije:

Van. prof. dr Nenad Janković

Doc. dr Radivoj Mandić

Beograd, 2019

SADRŽAJ

1. UVOD.....	3
2. TEORIJSKI OKVIR RADA	5
2.1. Karakteristike košarkaške igre.....	5
2.2. Pojam centra (pozicije 4 i 5) u košarci	6
2.3. Čuvanje centra na niskoj poziciji u košarci	7
2.3.1. Odbrana na igraču bez lopte	8
2.3.2. Odbrana na igraču sa loptom	10
3. PREDMET, CILJ I ZADACI RADA.....	11
4. METOD ISTRAŽIVANJA	12
4.1. Uzorak istraživanja	12
4.2. Uzorak varijabli.....	13
4.2.1. Varijable koje se odnose na čuvanje centra bez lopte:	13
4.2.2. Varijable koje se odnose na poziciju lopte pre prijema:.....	13
4.2.3. Varijable koje se odnose na čuvanje centra sa loptom:	13
4.2.4. Varijable koje se odnose na ishod različitih načina čuvanja centra sa loptom na niskoj poziciji:.....	14
4.3. Način prikupljanja, obrada i prikaz podataka.....	14
5. REZULTATI I DISKUSIJA	15
5.1. Fenerbahçe Beko – Anadolu Efes, prva polufinalna utakmica.....	15
5.2. CSKA – Real Madrid, druga polufinalna utakmica	18
5.3. Anadolu Efes – CSKA, finale.....	21
5.4. Fenerbahçe Beko – Real Madrid, utakmica za 3. mesto	24
5.5. Ceo Turnir	27
5.5.1. Odbrana bez lopte	27
5.5.2. Odbrana sa loptom	28
5.5.3. Pozicija lopte pre prijema na nisku poziciju	30
6. Zaključak.....	31
7. Literatura.....	32

1.UVOD

Košarku je kreirao Dr. Džejms Nejsmit (1861 – 1939) krajem 1891. godine. Mesto rođenja košarke je grad Springfield, država Masačusets u kojoj je Dr. Nejsmit u to vreme bio profesor fizičkog vaspitanja na međunarodnoj Y.M.C.A. školi. U vreme njegovog dolaska u Springfield, u školi je postojao veliki problem u nastavi fizičkog vaspitanja, u zimskim mesecima, kada se nastava morala održavati u zatvorenim prostorijama. Shodno tadašnjim i uvezenim evropskim sistemima fizičkog vaspitanja, to je podrazumevalo strogo određeno vežbanje na gimnastičkim spravama, razne marševske vežbe i slično. Takav program nije bio prihvatljiv za studente koji su obožavali „letnje“ sportove: atletiku, bejzbol, ragbi, koji su im dopuštali mnogo slobodnije i dinamičnije ponašanje. Tako su studenti jednostavno počeli da izbegavaju časove fizičkog vaspitanja.

Dr. Galik (Luther H. Galik), tadašnji direktor za sport i fizičko vaspitanje na YMCA je kao nadređeni dodelio Nejsmitu grupu studenata i vremenski period od 14 dana da smisli način da ih zainteresuje i zadrži u sali. Analizirajući ragbi, bejzbol, lakros, Dr. Nejsmitu je bilo jasno da taj novi sadržaj mora da nosi elementne igre, dinamiku emocije, kreativnost i druge lemente koje nose letnje igre. On ubrzo kreira igru koja ispunjava sve postavljene zahteve, koja stavlja veštinu ispred snage, spretnost ispred brzine, preciznost ispred grubosti, i daje joj naziv ***Basketball*** – košarka. Nejsmitova „igra“ ne samo da je bila uspešna zamena za letnje sportove, već se toliko munjevito razvijala da je postala jedna od najpopularnijih sportskih igara današnjice.

Slika 1.



Dr. Džejms Nejsmit

Košarka se izuzetno brzo širila van SAD. Kanada je bila prva država izvan SAD u kojoj se pojavila košarka, a takođe petorica od prvih osamnaest košarkaša su bili Kanađani kao i sam Nejsmit. Veoma brzo igra je predstavljena i na drugim kontinentima. Košarka se naročito razvija u Evropi. Posebno mesto u razvoju evropske košarke imala je Francuska, usled činjenice da je igra već bila predstavljena u Parizu 1893. godine. Trideset godina kasnije Beograd je imao priliku da upozna čari igre pod obručima, kada je američki profesor Vilijam Vajland održao “Kurs dečijih igara” među kojima je bila i košarka. Međunarodna košarkaška federacija – FIBA, osnovana je 1932. godine, a nedugo, zatim, počela su da se održavaju evropska i svetska prvenstva. U Berlinu, 1936. godine, košarka postaje i zvanično olimpijski sport.

Danas se košarka igra na svim kontinentima i prisutna je u tri osnovna oblika:

1. Takmičarska košarka (amaterska i profesionalna)
2. Kao sredstvo nastave fizičkog vaspitanja i
3. Kao oblik rekreacije ljudi

2. TEORIJSKI OKVIR RADA

2.1. Karakteristike košarkaške igre

Košarka spada u najpopularnije timske sportove. Karakterišu je vešte kretne aktivnosti kao odgovor na složene zahteve igre koje se iskazuju kombinacijom individualnih veština, timske igre i motivacionih aspekata. Važi za izuzetno zanimljivu i privlačnu sportsku granu zbog promenljivosti i nepredvidljivosti situacija u igri u kojoj se nadmeću dva tima. Ona privlači veliki broj mladih da se što više uključuju u njene trenažne procese i razne vidove takmičenja. Među sportskim igrama košarka predstavlja vrlo složenu igru sa specifičnim strukturnim i funkcionalnim osobinama.

Košarkaši izvode različite aktivnosti i kretanja koja se mogu označiti kao specifična motorika. U odnosu na bazičnu motoriku, košarkaška igra obiluje složenim prostornim kretanjima, te igrač mora da primeni naučene strukture kretanja u različitim situacijama i to najčešće na malom prostoru i u kratkom vremenskom intervalu. Košarka kao timski sport zahteva aktivnost svih pet igrača na terenu koja se ogleda u ispunjavanju određenih zadataka koje određuje trener. Ti zadaci, odnose se na situacije na terenu, kao i ulogu koja se odnosi na svaku poziciju na terenu.

U skladu sa osnovnom podelom, razlikuju se igrači na spoljašnjim (1,2,3) i na unutrašnjim pozicijama (4,5). Savremena košarka, koja je izuzetno brza i dinamična, sa visokim tempom, zahteva od svih igrača izuzetne fizičke predispozicije, uz neophodne antropometrijske karakteristike. Uz osnovne motoričke sposobnosti, za košarku je od posebnog značaja specifična košarkaška motorika ili tehnika košarke. Ona je osnovno sredstvo delovanja igrača u igri. Omogućava igračima da reše određene situacije, odnosno da taktičke zamisli sprovedu u delo. Košarkaška tehnika, pod kojom se podrazumeva racionalno i efikasno izvođenje određenih kretanja, sa i bez lopte, čini veliki deo ukupnog kvaliteta košarkaša. Ove sposobnosti se uvek posmatraju u interakciji sa fizičkim i taktičkim karakteristikama košarkaša ukoliko se želi postići vrhunski rezultat.

2.2. Pojam centra (pozicije 4 i 5) u košarci

Iako košarkaška pravila ni na jedan način ne određuju pozicije u košarci, one su se razvile kao osnovni i preko potrebni deo košarke.

Smatra se da su pozicije i uloge u timu odedene taktikom igre. Svaki igrač mora obavljati više uloga. Pojmovi “pozicija” i ”uloga” se često pogrešno poistovećuju. Pozicija zavisi od morfoloških karakteristika igrača, dok bi za određivanje uloga trebalo da se uvaže pre svega tehničko – taktičke, kognitivne, motoričke i druge sposobnosti. Uloga podrazumeva šta se od igrača očekuje da ostvari na utakmici.

Centar (pozicija 5) je naziv za jednu od poziciju igrača u košarci. Često se u košarkaškoj terminologiji za centra kaže “petica”. Igrač koji pokriva ovu poziciju ima svoje specifične karakteristike kao i svaki pojedinac koji se nalazi u košarkaškoj ekipi, koje su mu potrebne da reši neke od zadataka kako u napadu tako i u odbrani. Neki od tih zadataka jesu šut, ofanzivni skok i realizacija posle njega, dodavanje, sprečavanje prodora, zagrađivanje, defanzivni skok, odnosno elementi tehnike u napadu i odbrani. Centar je obično najsnažniji i najviši igrač jedne ekipe. Karakteristike centra se takođe (pored tehničko – taktičkih sposobnosti) ogledaju i u morfološkim, psihološkim karakteristikama i motoričkim sposobnostima.

Dosadašnje iskustvo, pokazuje da svaka pozicija u igri zahteva određeni nivo razvijenosti pojedinih dimenzija antropološkog statusa igrača, koji utiču na uspeh igranja u košarci. Na osnovu velikog broja različitih definicija, ono što se može nazvati bazičnim antropološkim karakteristikama su zdravstveni status, morfološke karakteristike, funkcionalne, motoričke i kognitivne sposobnosti i konativne osobine.

Košarkaški stručnjaci i analitičari, istraživali su važnost motoričkih i finkcionalih sposobnosti, te morfološke karakteristike igrača po pojedinim pozicijama.

Pozicija centra je uvrštena u unutrašnje igrače a po osnovu te podele definisani su sledeći zahtevi za uspešnost po navedenom parametru: visok nivo longitudinalne dimenzionalnosti skeleta, volumena i mase tela, te apsolutne snage za igrače na ovim pozicijama. Srednji nivo repetativne snage, statičke snage i transverzalne dimenzionalnosti skeleta, te nizak nivo ravnoteže i fleksibilnosti.

Utvrđeno je da su najviše slični i srodni prema navedenim antropološkim karakteristikama igrači na pozicijama četiri i pet. Ovde se radi o unutrašnjim igračima, koji predstavljaju prednju liniju napada i zadnju liniju odbrane.

Krilni centar (pozicija 4) ima ulogu koja je veoma slična ulozi klasičnog centra koji igra na niskoj poziciji. Uočava se različit broj osobina koji poseduju krilni centri. Mogu se boriti sa klasičnim centrima ispod koša. Imaju takvu konstituciju da se mogu suprotstaviti igračima na poziciji broj 5. Sa druge strane, imaju bolju tehniku upravljanja loptom, pa mogu da učestvuju u prenosu lopte i realizaciji „pick end roll-a“.

2.3. Čuvanje centra na niskoj poziciji u košarci

Odbrana na niskom postu je vrlo važna i zato mora biti jasno definisana, i jedan je od delova uspešno postavljenog defanzivnog sistema. Igra u odbrani u košarci je važna koliko i igra u napadu, te je neophodno da se usavršavaju u istoj meri, obimu i intenzitetu. Da bi bio uspešan prilikom igranja odbrane, košarkaš mora najpre da savlada elemente tehnike igre u odbrani, a zatim stekne potrebna taktička znanja.

Elemente tehnike odbrane u košarci čine :

1. osnovni stav i kretanje,
2. odbrana od napadača koji je bez lopte,
3. odbrana od driblera (prodora),
4. odbrana od šuta (blokiranje),
5. odbrana od centra,
6. oduzimanje i presecanje lopte,
7. skok u obrani,
8. tehnika i individualna taktika odbrane od blokada.

Čuvanje i odbrana od napadača koji igraju na poziciji blizu koša (najčešće igrači na pozicijama 4 i 5) predstavlja problem i opasnost za svaku odbranu. Sa niske pozicije¹, napadači često imaju laku realizaciju i to sa visokim procentom uspešnosti. Jedan od najvažnijih zadataka odbrane uopšte je da ne dozvoli ubacivanje lopte blizu koša.

¹ pozicija na ivici reketa oko prvog i drugog skakačkog mesta, do 3 metra od koša (engl. low post)

2.3.1. Odbrana na igraču bez lopte – Način odbrane prvobitno zavisi od pozicije lopte, odnosno od toga da li se napadač nalazi na **strani akcije**² ili **strani pomoći**³.

Odbrana od napadača koji je na strani pomoći

Napadači koji su na strani pomoći, udaljeni su od lopte i ne mogu brzo da je prime i tako postanu opasni po koš. To dozvoljava odbrambenim igračima koji ih čuvaju da se pomere ka lopti, odnosno ka sredini terena. U toj situaciji igrači ne mogu da se “odmaraju”, već da svojim postavljanjem i kretanjem dođu u poziciju iz koje mogu da pomognu saigračima.

Odbrambeni igrač koji čuva napadača bez lopte u odnosu na poziciju napadača i poziciju lopte može zauzeti tri osnovna stava: zatvoreni, otvoreni i kombinovani – delimično zatvoreni stav.

Zatvoreni stav se ne koristi često, najčešće kod čuvanja centra na strani akcije. Igrač se nalazi u paralelnom stavu i potpuno je zatvoren prema napadaču ili prema lopti.

Otvoreni stav podrazumeva takođe paralelan stav, otvoren i prema napadaču koji je bez lopte i prema lopti, zbog čega odbrambeni igrač ima podjednaku vizuelnu kontrolu i napadača i lopte. Stav je paralelan sa linijom dodavanja⁴, jedna ruka usmerena ka lopti a druga ka napadaču kojeg čuva. Najčešće se koristi na strani pomoći.

Delimično – zatvoreni stav je u osnovi dijagonalni i koristi se kod čuvanja napadača bez lopte koji je blizu lopte. Treba da spreči napadača da lako i brzo primi loptu. Više je okrenut napadaču, a manje lopti. Odbrambeni igrač, ruku koja je bliža lopti postavlja na liniju dodavanja.

² Strana akcije je strana terena na kojoj se nalazi lopta, još se naziva i jaka strana.

³ Strana pomoći je suprotna strana od one na kojoj je lopta, još se naziva i slaba strana.

⁴ Zamišljena linija koja spaja poziciju lopte i napadača kojeg odbrambeni igrač čuva.

Odbrana od napadača koji je na strani akcije

Napadači koji se nalaze na strani akcije predstavljaju “drugu” opasnost u odnosu na napadača sa loptom. Oni su blizu lopte i imaju mogućnost brzog prijema i realizacije. Zbog toga odbrambeni igrači koji ih čuvaju imaju zadatak da spreče ili da im otežaju prijem lopte. Glavni cilj nije osvajanje lopte, nego namera da napadač primi loptu u što nepovoljnijoj poziciji, što dalje od koša. Uspeh u tome podrazumeva određenu tehniku i taktiku igre odbrambenog igrača na unutrašnjim pozicijama.

Tehnika i individualna taktika. Kada je napadač na strani akcije, ili u slučaju kada lopta dođe na stranu napadača, odbrambeni igrač treba odmah da zauzme poziciju koja će mu omogućiti da spreči napadača da primi loptu.

U slučaju kada je lopta iznad nivoa linije slobodnog bacanja odbrambeni igrač treba da iskorači ka lopti nogom koja je dalja od koša i postavi ruku na liniju dodavanja. Druga ruka je podlakticom u kontaktu sa napadačem. Igrač treba da pokuša da ostane u toj poziciji sve dok je lopta u nivou linije slobodnog bacanja. Ovaj način odbrane se naziva **bočno čuvanje** ili **odbrana na $\frac{3}{4}$** . Bočno čuvanje se može primeniti u dve varijante, bočno sa gornje strane i bočno sa donje strane, u zavisnosti od položaja lopte.

Ako lopta dođe, driblingom ili dodavanjem, ispod nivoa linije slobodnog bacanja, odbrambeni igrač treba da se postavi ispred napadača, računajući na pomoć saigrača u odbrani od lob dodavanja. On treba da to izvede pravovremeno, tako što će da iskorači napred nogom koja je bliža napadaču (dalja od lopte), i stopalo te noge postavi ispred stopala napadača. Ruke treba da digne u vis kako bi sprečio brzo dodavanje. Tokom kretanja treba da ima kontakt telom sa napadačem. Ako izgubi kontakt mora brzo da okrene glavu unazad i vidi poziciju napadača.

Ako lopta ide u ugao terena, odbrambeni igrač leđnim pivotom, oko noge koja je bliža osnovnoj liniji, dolazi ponovo u bočnu poziciju (leđima okrenut ka osnovnoj liniji) i sprečava prijem lopte napadača, sa ispruženom rukom na liniji dodavanja.

2.3.2. Odbrana na igraču sa loptom

Kada napadač ima loptu u blizini koša (niska pozicija posta), odbrambeni igrač nema mnogo mogućnosti za uspešnu odbranu. On teško može sam da odbrani koš. Zbog toga, u timskoj odbrani, kada je takva situacija, saigrači treba da pomognu, preuzimanjem ili udvajanjem. U zavisnosti od mogućnosti igrača, postoje i oni koji mogu veoma uspešno samostalno da odbrane koš. Zato svaki pojedinac mora da zna osnovne kretnje koje će mu omogućiti da prinudi napadača da izvede neprecizan šut, napravi neki prekršaj pravila ili grešku.

Tehnika i individualna taktika. Prvi zadatak odbrambenog igrača je da se što pre postavi između napadača i koša i da nastoji da zadrži tu poziciju i u trenutku šuta. Pošto je napadač okrenut leđima košu, odbrambeni igrač treba da se malo odmakne od njega. On mora da spreči napadača da priđe još bliže košu (da ga ugura). Kada napadač krene ka unutra, odbrambeni igrač mu se suprotstavi gurajući ga podlakticom. Kontakt podlakticom ne treba da traje dugo jer ga napadač može iskoristiti kao oslonac i leđnim okretom zaobići odbrambenog igrača. Ako se napadač okrene licem prema košu sa namerom da šutira, odbrambeni igrač ne sme da gubi ravnotežu u želji da blokira šut. On treba da omete šut podizanjem ruku visoko. Moguće je odbraniti se i postavljanjem za ličnu grešku u napadu, pogotovo kod napadača koji leđima idu snažno prema košu. U nekim slučajevima se može napraviti i lična greška, kao poslednje sredstvo odbrane, ali samo pre nego što je napadač započeo akciju šutiranja. Veoma je važno da odbrambeni igrač ne napravi ličnu grešku u toku samog šuta, jer će napadač, uz eventualni pogodak, dobiti i dodatno slobodno bacanje. Ukoliko je igrač sa loptom u velikoj prednosti u odnosu na igrača u odbrani, u situacijama mismecha⁵ najčešće, primenjuje se pomoć ili udvajanje na niskoj poziciji od strane spoljnog ili unutrašnjeg igrača, što zavisi od taktike trenera.

⁵ Mismatch (engl. Mismatch) – situacija u kojoj igrač koji napada ima prednost u odnosu na odbrambenog, najčešće fizičku (visina, brzina)

3. PREDMET, CILJ I ZADACI RADA

Predmet rada je čuvanje centra na niskoj poziciji u košarci.

Cilj rada je analiza i prikaz podataka o zastupljenosti i efikasnosti različitih vrsta odbrane centara na niskoj poziciji u košarci na završnom turniru Evrolige 2019 godine, (sezona 2018/19).

Zadaci rada:

- prikupljanje i pregled relevantne literature,
- izrada posmatračkog lista,
- pregled utakmica na pomenutom završnom turniru,
- prikupljanje, analiza i prikaz statističkih podataka o čuvanju centra na niskoj poziciji u košarci.

4. METOD ISTRAŽIVANJA

Pri izradi rada korišćene su istraživačko – analitička metoda i tehnika posmatranja. Korišćenjem ove metode i tehnike došlo se do adekvatnih rezultata potrebnih za izradu ovog rada.

4.1. Uzorak istraživanja

Uzorak istraživanja čine utakmice završnog turnira Evrolige u sezoni 2018/19. Na pomenutom turniru posmatrane su dve polufinalne utakmice, kao i utakmice za treće mesto i titulu. Ukupan uzorak čine 4 utakmice.

U protekloj sezoni 2018/19, završni turnir na kojem su učestvovala 4 najbolje ekipe održan je u španskom gradu Vitoriji, u areni „Fernando Buesa“, od 17. do 19. maja 2019. godine. Na ovom turniru učestvovali su:

- Fenerbahçe (Turska, Istanbul)
- Anadolu Efes (Turska, Istanbul)
- Real Madrid (Madrid, Španija)
- CSKA (Rusija, Moskva)

Posmatrane su Sledeće utakmice:

Polufinale: Fenerbahçe Beko – Anadolu Efes (73 - 92)

Polufinale: CSKA – Real Madrid (95 - 90)

Utakmica za 3. mesto: Fenerbahçe Beko – Real Madrid (75 - 94)

Finale: Anadolu Efes – CSKA (83 - 91)

4.2. Uzorak varijabli

4.2.1. Varijable koje se odnose na čuvanje centra bez lopte:

- Na strani akcije:
 - Bočno, sa gornje strane
 - Bočno, sa donje strane
 - Ispred
 - Iza
- Na strani pomoći:
 - Otvoren stav
 - Delimično – zatvoren stav

4.2.2. Varijable koje se odnose na poziciju lopte pre prijema:

- Iznad nivoa linije slobodnog bacanja (Iznad NLSB)
- Ispod nivoa linije slobodnog bacanja (Ispod NLSB)

4.2.3. Varijable koje se odnose na čuvanje centra sa loptom:

- Na strani akcije
 - Individualno
 - Pomoć centra (udvajanje ili neka druga pomoć)
 - Pomoć spoljnog (udvajanje ili neka druga pomoć)

4.2.4. Varijable koje se odnose na ishod različitih načina čuvanja centra sa loptom na niskoj poziciji:

- Koš
- Koš – foul
- Foul
- Odbrana
- Dodavanje

4.3. Način prikupljanja, obrada i prikaz podataka

Za potrebe ovog istraživanja u cilju prikupljanja podataka izrađena su po 3 posmatračka lista za svaku utakmicu. Pregledanjem video zapisa, podaci su prikupljeni i obrađeni deskriptivnom statistikom.

5. REZULTATI I DISKUSIJA

Finalni turnir 2019. godine

5.1. Fenerbahçe Beko – Anadolu Efes, prva polufinalna utakmica

Prva polufinalna utakmica na turniru odigrana je između dva turska tima, a kao pobjednik izašao je tim Anadolu Efes – a rezultatom 73 – 92.

Tabela 1 – Čuvanje centra bez lopte na utakmici Fenerbahçe Beko – Anadolu Efes

Bez lopte											
Fenerbahçe Beko						Anadolu Efes					
Strana akcije				Strana pomoći		Strana akcije				Strana pomoći	
Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren	Del.-zatvoren	Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren	Del.-zatvoren
1	2	8	5	7	2	2	/	2	11	6	/

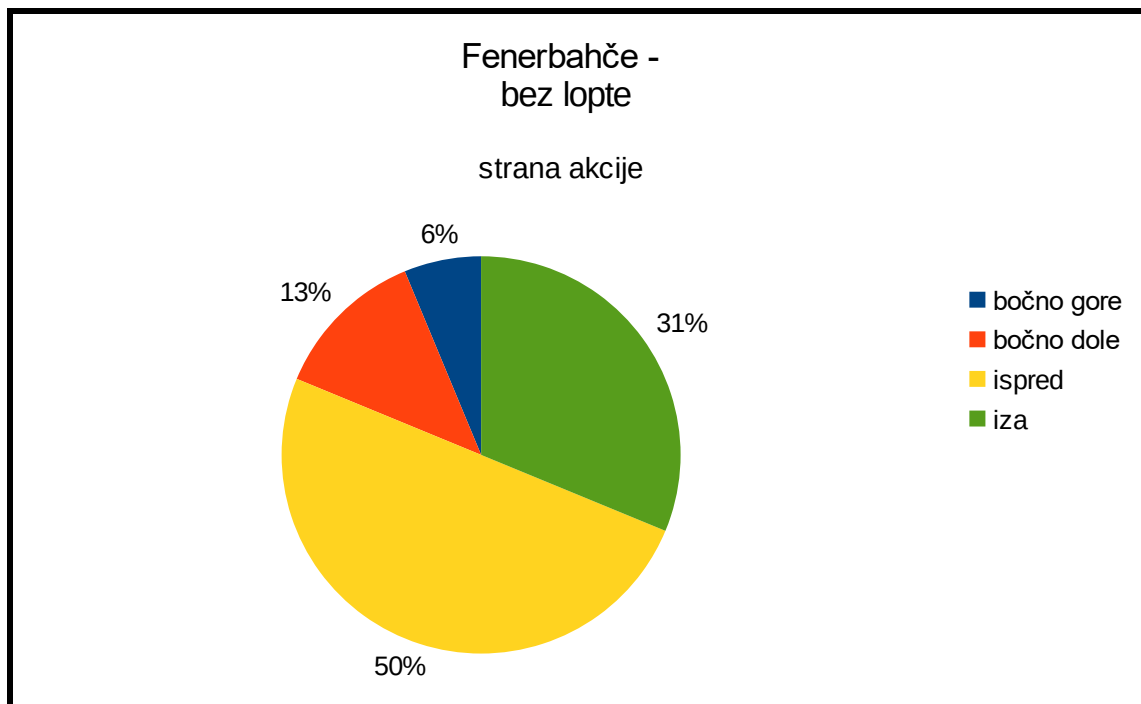
Tabela 2 - Čuvanje centra sa loptom na niskoj poziciji sa realizacijom

Sa loptom						
	Fenerbahçe Beko			Anadolu Efes		
	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog
Koš	1	/	/	1	1	/
Koš – foul	/	/	/	/	/	/
Foul	1	/	2	3	/	/
Obrana	1	/	/	3	1	1
Dodavanje	2	/	3	5	1	1

Prva utakmica je obilovala šutevima van linije 6,75, tako da igra na niskoj poziciji i blizu koša nije bila toliko zastupljena. Trener Fenerbahçe, Željko Obradović, koji inače preferira igru pod košem, je zbog problema sa igračkim kadrom na toj poziciji, morao da promeni strategiju. Sjajna igra bekovske linije Efes-a, vodila je tim do pobjede. Tabela 1 pokazuje da su igrači Efesa imali veće samopouzdanje, te su najčešće dopuštali visokim igračima

Fenerbahčea da prime lako loptu blizu koša i oslanjali se uglavnom na individualnu odbranu (u 8 slučajeva su uspešno branili svoj koš). Igrači Fenerbačea su pokušavali čuvanjem ispred, pomaganjem, udvajanjem da otežaju pre svega prijem na niskoj poziciji, znači samim tim su imali veći broj igrača uključenih u čuvanje tog dela terena, što je rezultiralo više prostora za akcije spoljnih igrača Efesa.

Slika 2.



Slika 3.

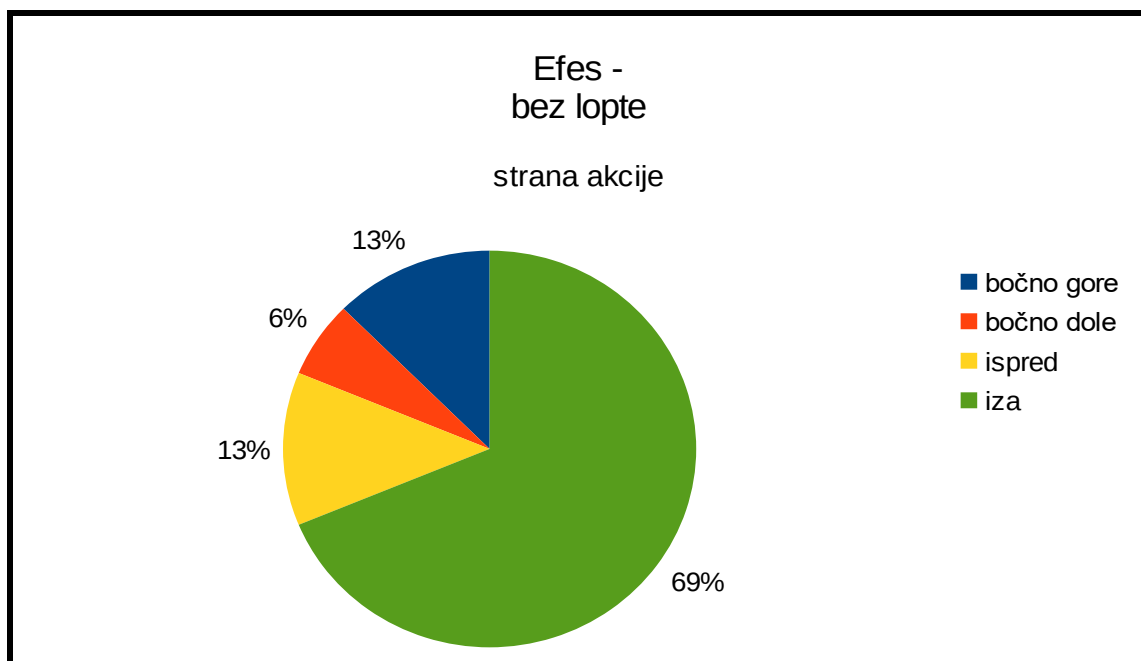
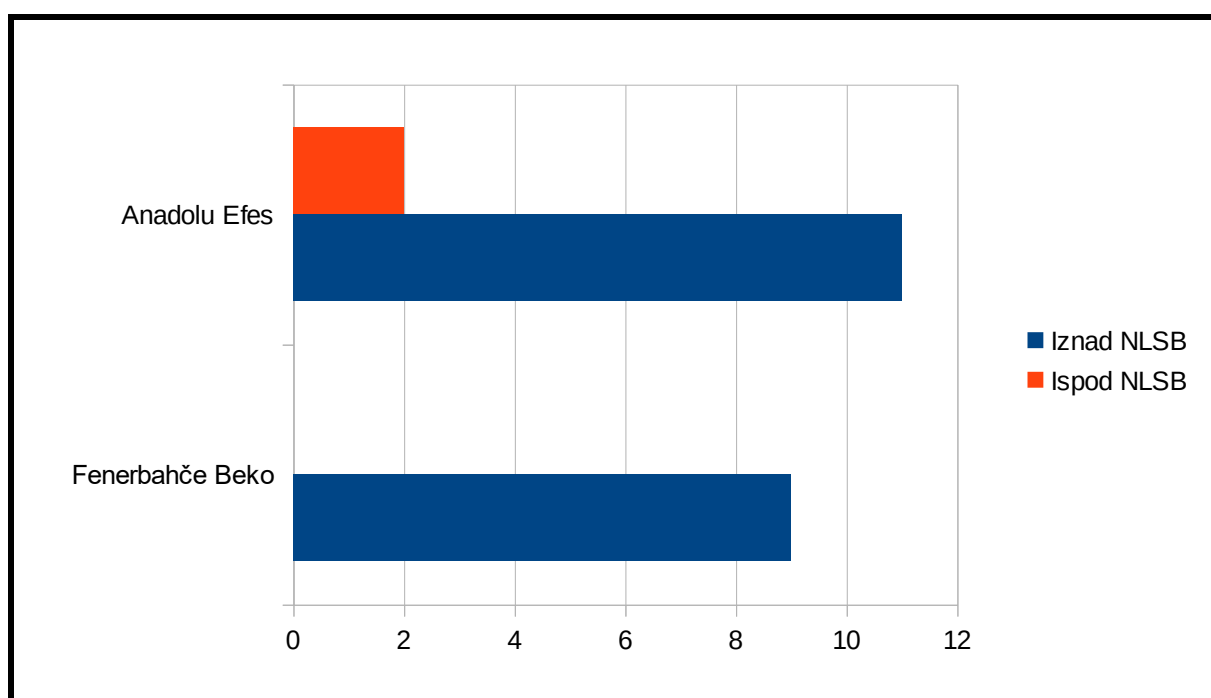


Tabela 3 – Pozicija lopte pre prijema na nisku poziciju

Pozicija lopte pre prijema		
	Iznad NLSB	Ispod NLSB
Fenerbahçe Beko	9	/
Anadolu Efes	11	2

Slika 4.



Igrači Anadolu Efesa su imali odlične procenete šuta sa spoljnih pozicija, otuda i podatak da su samo 9 spuštali loptu sa spoljnih na unutrašnje. Igra Fenerbahčea na niskoj poziciji bila je zamišljena tako da snažniji i viši spoljni igrači napadnu inferiornijeg plejmejкера Anadolu Efesa i da pokušaju tu da ostvare prednost. Efes je u tim situacijama igrao dobru odbranu koristeći pomaganje centara i spoljnih igrača (u 5 slučajeva su se služili ovakvom vrstom odbrane).

5.2. CSKA – Real Madrid, druga polufinalna utakmica

Druga polufinalna utakmica odigrana je između CSKA i Real Madrid – a, a rezultat je bio 95 – 90 u korist tima iz Moskve.

Tabela 4 - Čuvanje centra bez lopte na utakmici CSKA – Real Madrid

Bez lopte											
CSKA						Real Madrid					
Strana akcije				Strana pomoći		Strana akcije				Strana pomoći	
Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren	Del.-zatvoren	Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren	Del.-zatvoren
7	/	8	5	6	2	/	/	2	8	5	/

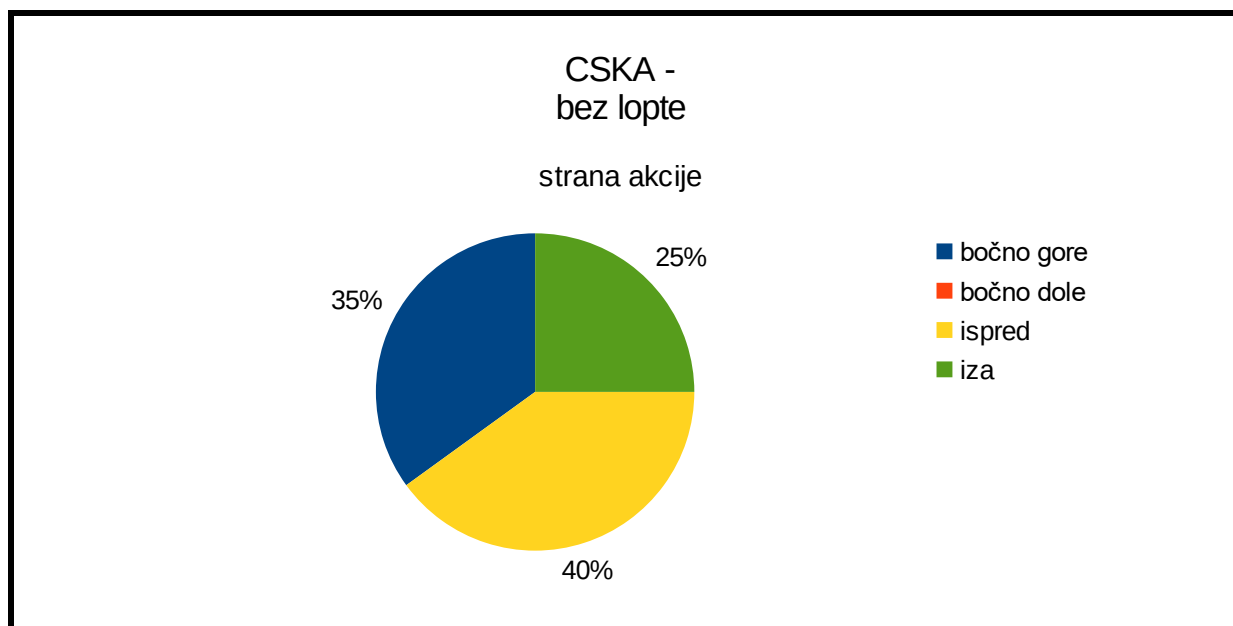
Tabela 5 – Čuvanje centra sa loptom i realizacija odbrane na utakmici CSKA – Real Madrid

Sa loptom						
	CSKA			Real Madrid		
	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog
Koš	/	2	/	/	/	/
Koš – foul	/	/	/	/	/	/
Foul	1	/	/	2	1	/
Odbrana	5	2	/	4	1	/
Dodavanje	2	1	/	1	/	/

Druga utakmica polufinala je bila izuzetno neizvesna do samog kraja. Ekipa su se smenjivale u vođstvu. Timsku igru Real Madrida rezultovala je u nekim trenucima i dvocifrenim vođstvom, ali su igrači CSKA, pre svega sjajnim individualnim potezima i dobrim rešenjima u odlučujućim trenucima uspreli da prelome utakmicu u svoju korist.

Igrači CSKA su se trudili da dobrim pozicioniranjem u odbrani otežaju igru snažnoj centarskoj liniji Real Madrida, braneći prijem lopte na nisku poziciju uglavnom bočno i ispred igrača protivničkog tima i dobrim kretanjima na strani pomoći.

Slika 5.



Slika 6.

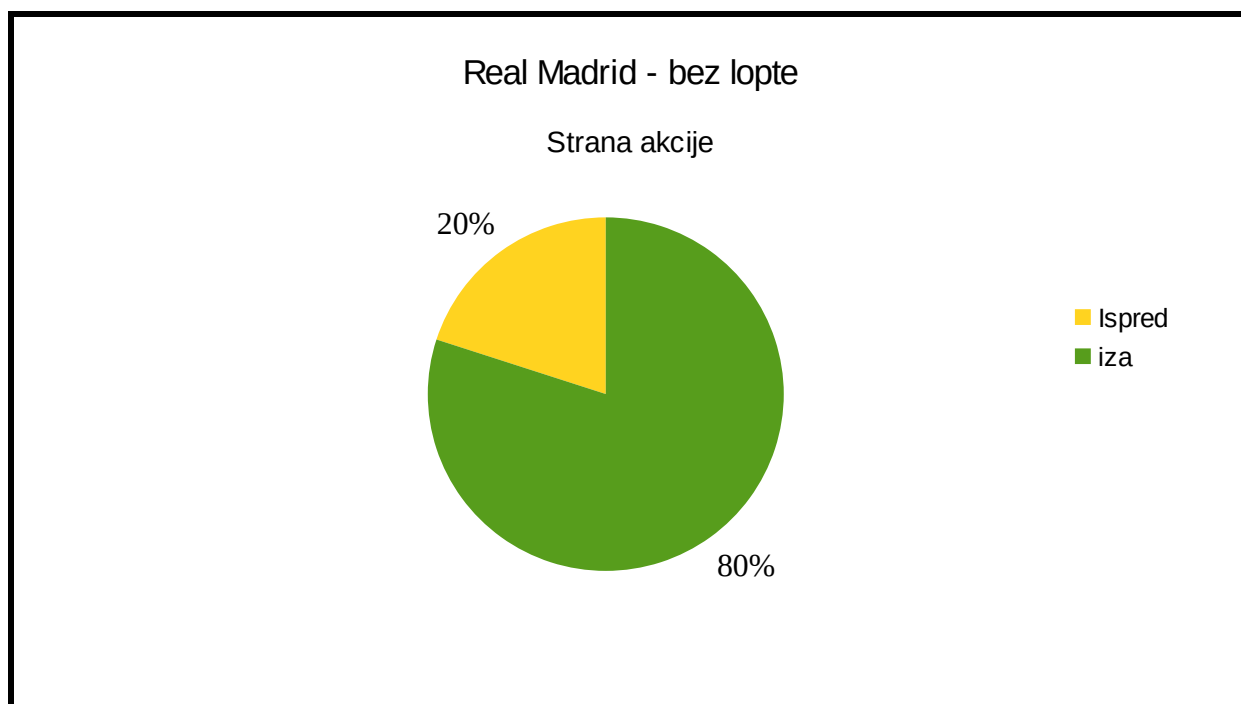
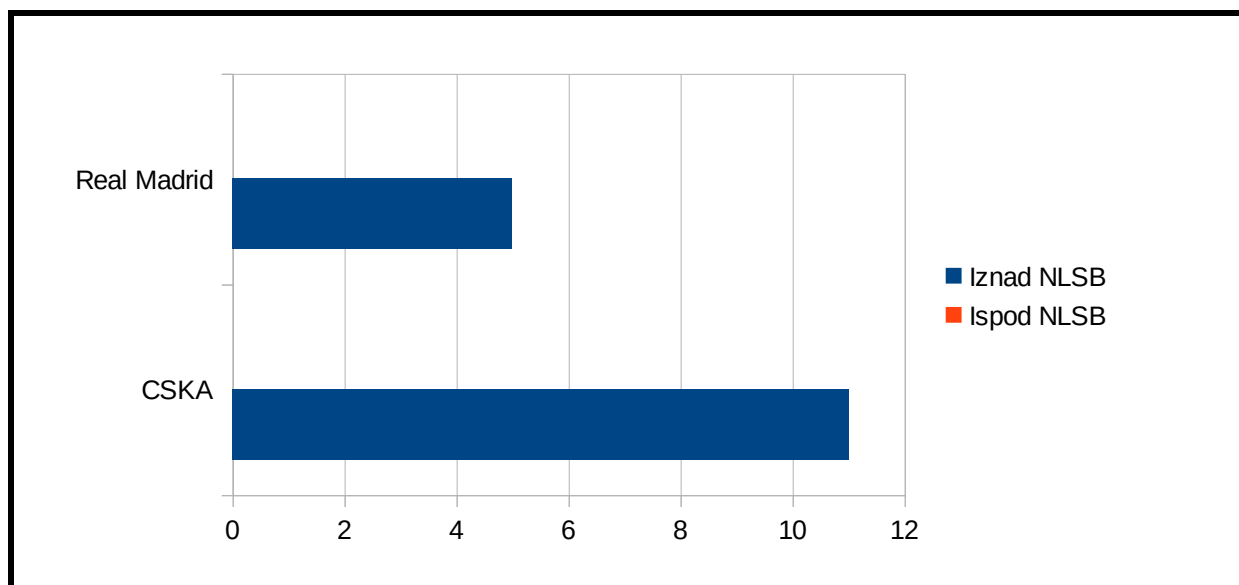


Tabela 6 – Pozicija lopte pre prijema na utakmici CSKA – Real Madrid

Pozicija lopte pre prijema		
	Iznad NLSB	Ispod NLSB
CSKA	11	/
Real Madrid	5	/

Slika 7.



CSKA je pre svega dobrom odbranom na unutrašnjim pozicijama, uspeo da ostane u igri tokom celog meča, vrati se iz rezultatskog deficita i na kraju slavi u ovom neizvesnom meču. Igrači Real Madrida su često svoje napade usmeravali baš ka tom delu terena. Što pokazuje i tablea 6. Njihovi igrači su u 11 napada, usmeravali loptu sa spoljih pozicija ka niskom postu, dok su se igrači tima iz Moskve ovakvim napadima služili gotovo duplo manje – 5. Smatram da je upravo bitka na niskoj poziciji veoma uticala na krajnji ishod ove utakmice.

5.3. Anadolu Efes – CSKA, finale

Finalna utakmica, Anadolu Efes – CSKA 83 – 91

Tabela 7 - Čuvanje centra bez lopte na utakmici Anadolu Efes – CSKA

Bez lopte											
Anadolu Efes						CSKA					
Strana akcije				Strana pomoći		Strana akcije				Strana pomoći	
Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren	Del.- zatvoren	Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren	Del.- zatvoren
/	/	/	4	7	/	1	2	5	5	12	/

Tabela 8 – Čuvanje centra sa loptom i realizacija odbrane na utakmici Anadolu Efes - CSKA

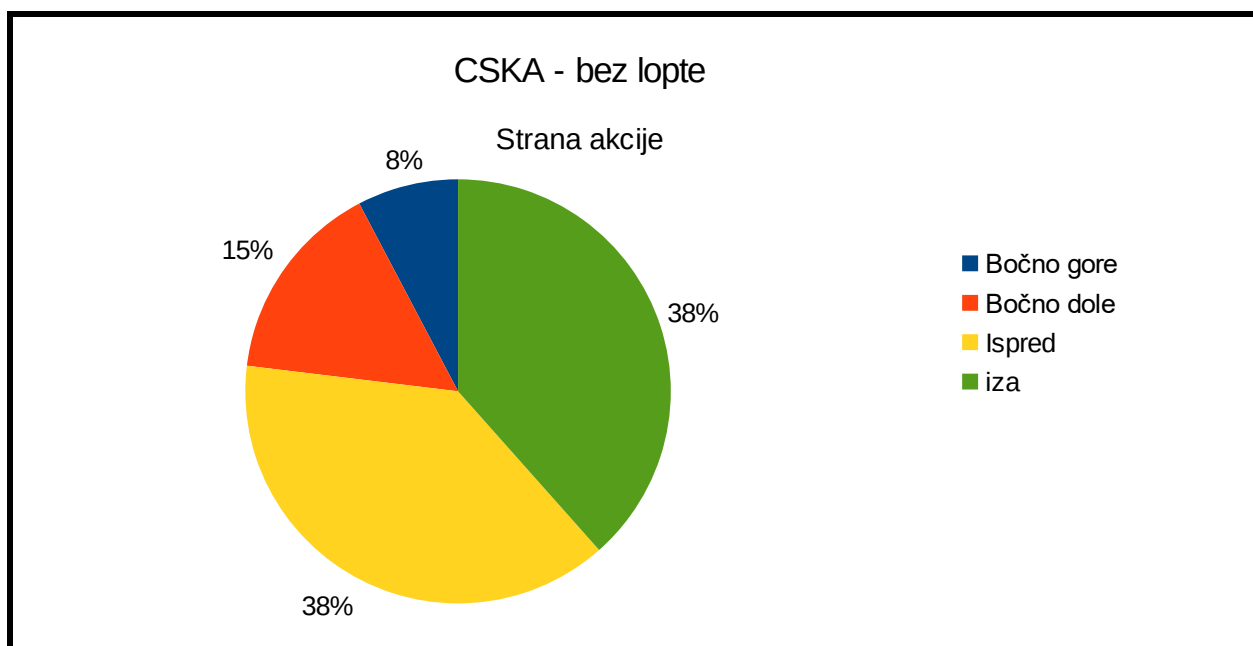
Sa loptom						
	Anadolu Efes			CSKA		
	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog
Koš	1	1	/	1	/	/
Koš – foul	1	/	/	/	1	/
Foul	2	1	/	5	/	1
Odbrana	2	1	1	3	1	/
Dodavanje	2	1	/	1	2	1

U finalu, ekipa Anadolu Efesa pokušala je da iskoristi prednost pod košem, usmeravajući loptu na nisku poziciju čak duplo puta više od igrača CSKA (12 - 6). Igrači CSKA su bili pripremljeni, odlično su rotirali⁶, pomagali, i uspeli da anuliraju predost protivnika pod košem i na kraju slave. Individualna odbrana igrača CSKA uglavnom se završavala faulom, što je još jedan pokazatelj prednosti ekipe Efesa pod košem. Efes je probleme na niskom postu imao najčešće nakon preuzimanja⁷, mismeča.

⁶ Rotacija je kretanje više od dva igrača u odbrani radi prilagođavanja poziciji napada.

⁷ Preuzimanje je saradnja između dva igrača u odbrani gde oni zamenjuju igrače koje čuvaju.

Slika 8.



Slika 9.

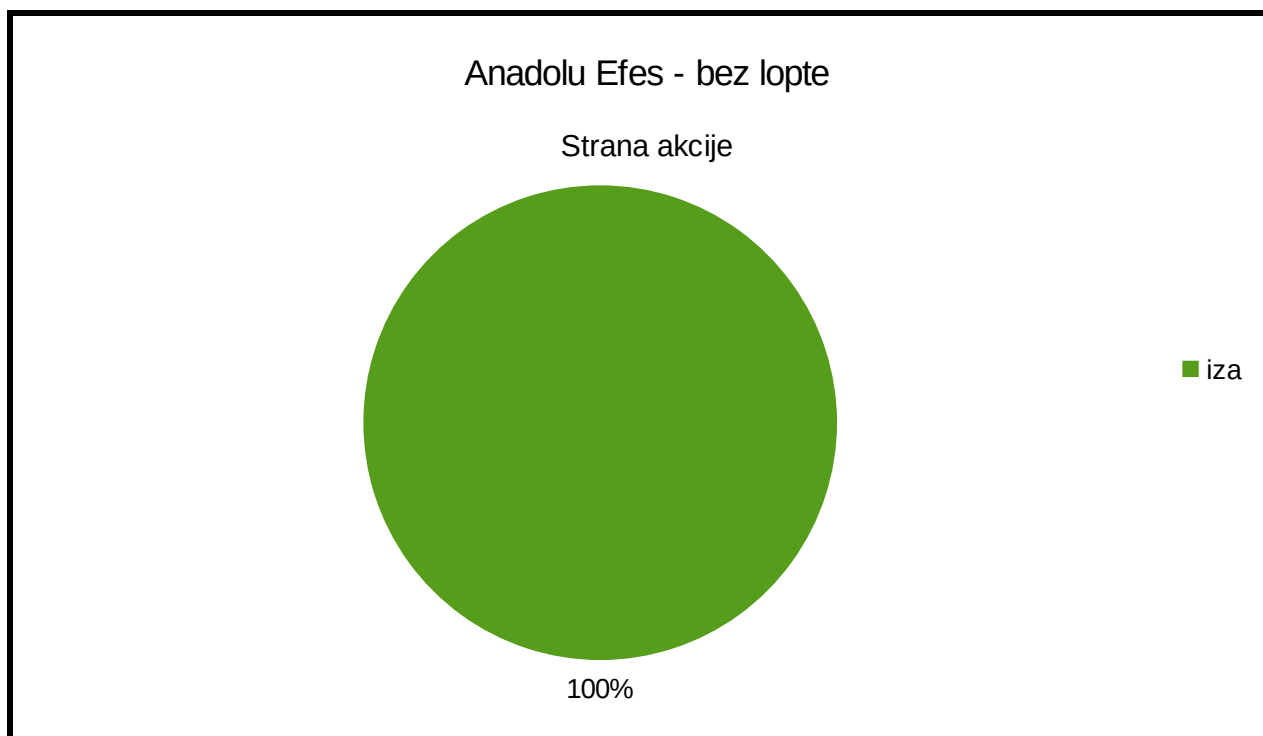
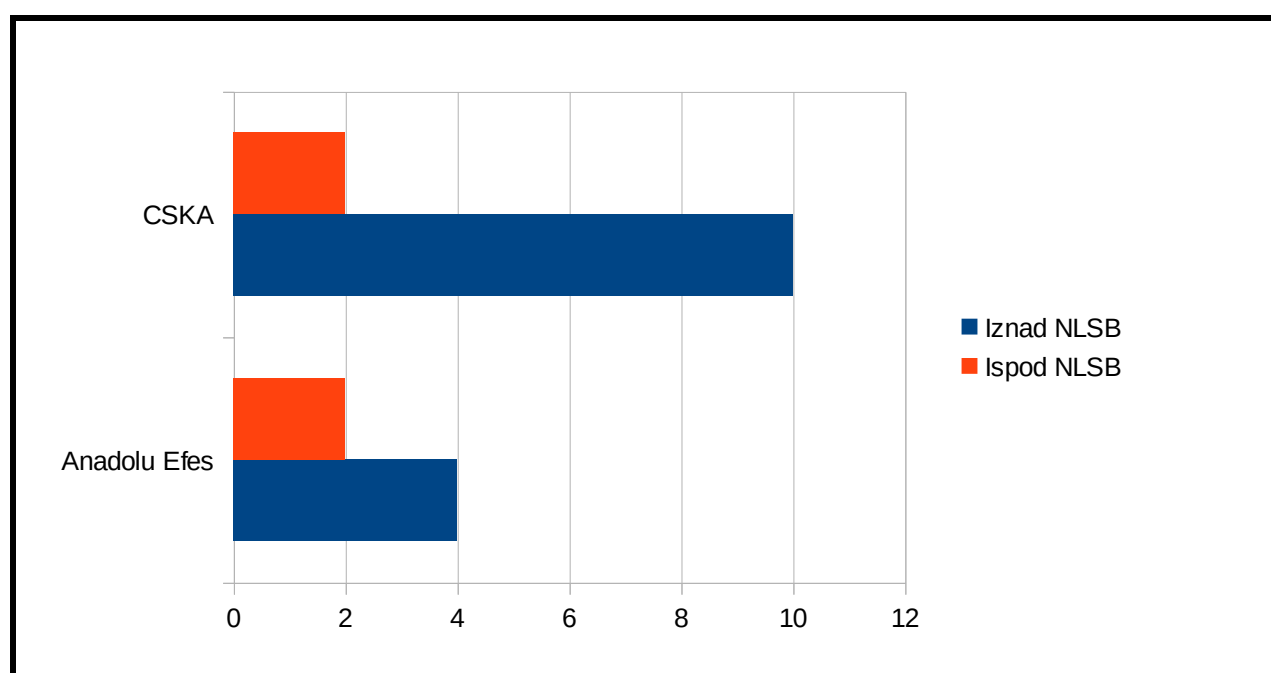


Tabela 9 – Pozicija lopte pre prijema na utakmici Anadolu Efes - CSKA

Pozicija lopte pre prijema		
	Iznad NLSB	Ispod NLSB
Anadolu Efes	4	2
CSKA	10	2

Slika 10.



Slično igri Real Madrida u polufinalu, Anadolu Efes je takođe pokušao da težište igre prebaci bliže košu. Otuda i podatak da su čak duplo više puta spuštali loptu na nisku poziciju od igrača CSKA (2 - 10). Ponovo, uigrana odbrana šampiona Evrope bila je na najvišem nivou. Uspeli su da dobrim kretanjem, pomaganjem, kako sa unutrašnjih, tako i spoljnih pozicija, odbiju napade Anadolu Efesa i na kraju zaluženo slave.

5.4. Fenerbahçe Beko – Real Madrid, utakmica za 3. mesto

Fenerbahçe Beko – Real Madrid (75 - 94)

Tabela 10 – Čuvanje centra bez lopte na utakmici Fenerbahçe Beko – Real Madrid

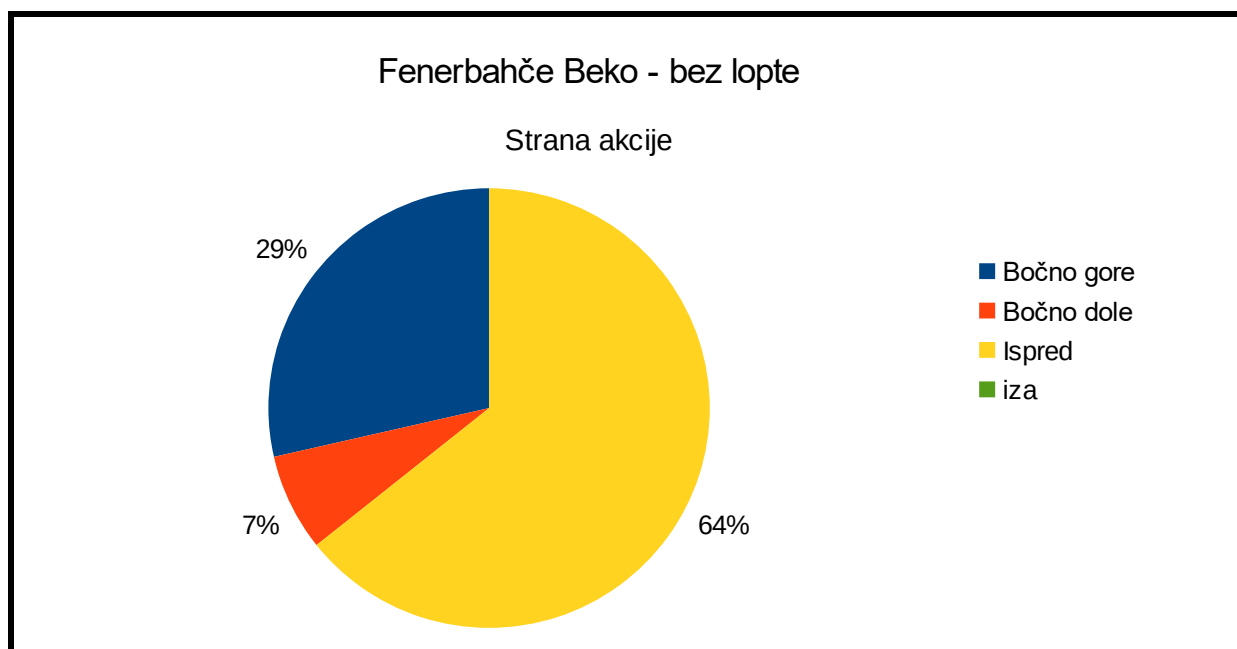
Bez lopte											
Fenerbahçe Beko						Real Madrid					
Strana akcije				Strana pomoći		Strana akcije				Strana pomoći	
Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren	Del.- zatvoren	Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren	Del.- zatvoren
4	1	9	/	11	1	/	/	3	1	4	/

Tabela 11 - Čuvanje centra sa loptom i realizacija odbrane na utakmici Fenerbahçe Beko – Real Madrid

Sa loptom						
	Fenerbahçe Beko			Real Madrid		
	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog
Koš	2	/	3	/	/	/
Koš – foul	/	/	/	/	/	/
Foul	1	1	/	2	/	/
Odbrana	2	/	3	3	/	1
Dodavanje	4	1	5	5	/	/

Real Madrid je od samog starta utakmice nametnuo svoju igru, koristeći svaku priliku da napadnu ekipu Fenerbahčea pod košem, koja je bila u skraćenoj rotaciji usled povreda koje su ih zadesile neposredno pred finalni turnir. O tome dosta govori i podatak da su čak duplo više puta spuštali loptu sa spoljnih pozicija blizu koša (tabela 12). Igrači turskog tima su pokušavali da spreče dolazak lopte na niski post, uglavnom postavljanjem ispred igrača na toj poziciji, dok je strana pomoći branila lob dodavanja. Kod situacija kada su igrači Real-a primali loptu blizu koša, ekipa Fenerbahčea se čak u 13 slučajeva branila udvajanjem na niskoj poziciji. Takva vrsta odbrane im je donosila rezultat, uzimajući u obzir da su čak 6 puta naterali napadače na dodavanje, dok su 3 puta direktno udvajanjem oduzimali loptu protivniku.

Slika 11.



Slika 12.

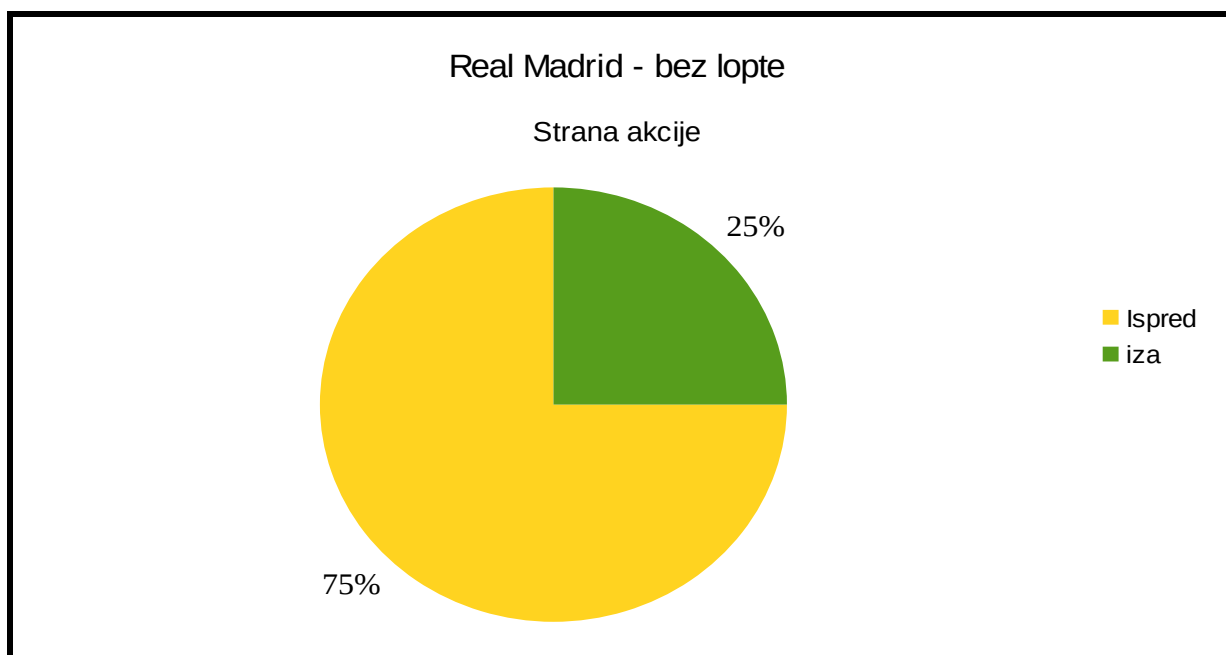
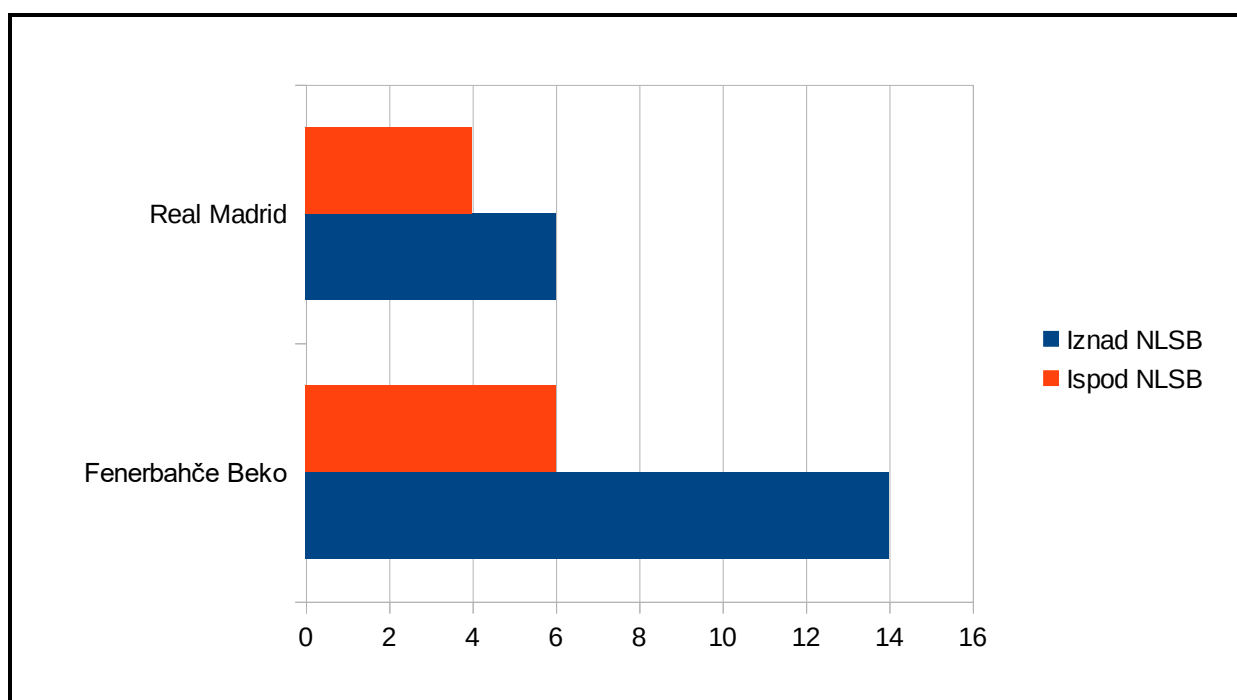


Tabela 12 – Pozicija lopte pre prijema na utakmici Fenerbahçe Beko – Real Madrid

Pozicija lopte pre prijema		
	Iznad NLSB	Ispod NLSB
Fenerbahçe Beko	14	6
Real Madrid	6	4

Slika 13.

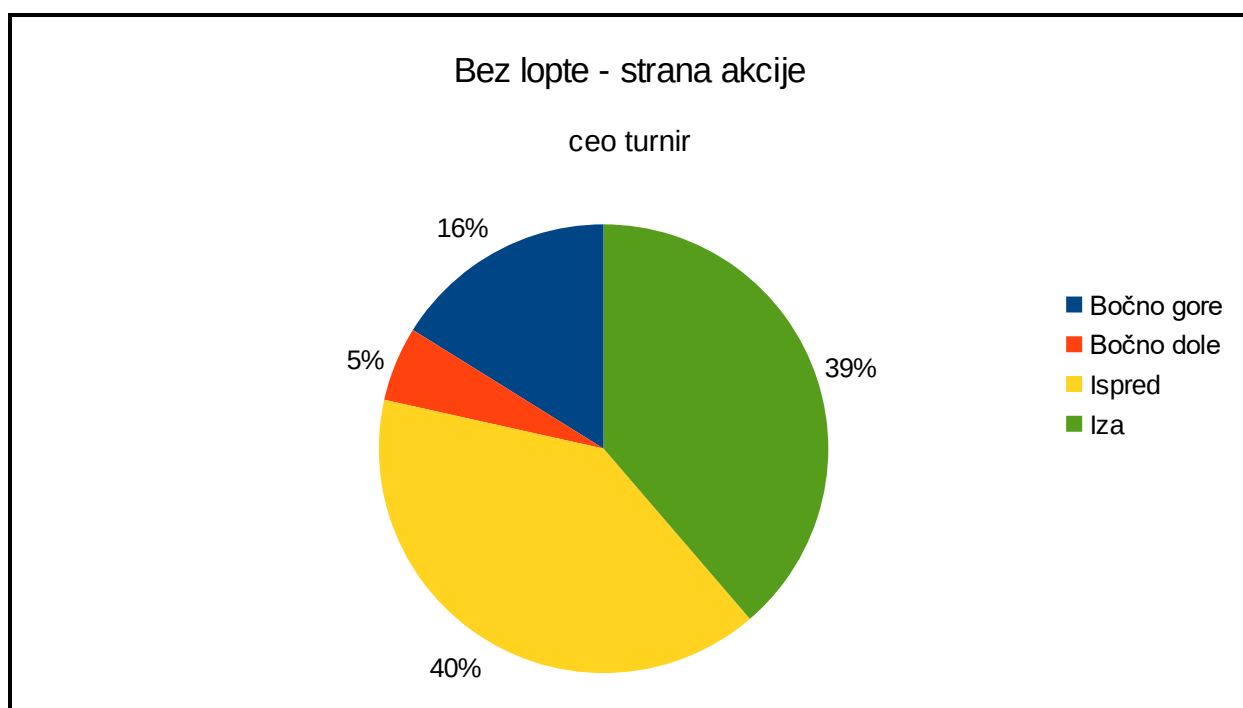


Real Madrid je očekivano, koristio svaku šansu da napadne nisku poziciju protivnika. U 20 napada, lopta je išla na niski post, 14 puta sa spoljnih pozicija, a u 6 slučajeva iz kornera ili ispod linije nivoa slobodnog bacanja. Trener Fenerbahçe, pokušao je u čak 13 slučajeva da se brani udvajanjem igrača na niskom postu. Na kraju, skraćena klupa turskog tima zbog povreda, nije uspjela da izdrži do kraja i Real Madrid je osvojio 3. mesto.

5.5. Ceo Turnir

5.5.1. Odbrana bez lopte

	Bez lopte					
	Strana akcije				Strana pomoći	
	Bočno gore	Bočno dole	Ispred	Iza	Otvoren stav	Delimično zatvoren stav
Fenerbahçe Beko	5	3	17	2	18	3
Anadolu Efes	2	/	2	15	13	/
CSKA	8	2	13	10	18	2
Real Madrid	/	/	5	9	9	/
Ukupno	15	5	37	36	58	5



Posmatrajući celokupan završni turnir, odbranu i čuvanje igrača bez lopte na niskoj poziciji, najviše se koristila tehnika čuvanja napadača ispred (40%), čime su treneri hteli da spreče da lopta uopšte dođe na nisku poziciju. Ovu vrstu odbrane, najviše su praktikovali CSKA (najviši igrač koji je učestvovao u rotaciji 2,03 m) i Fenerbahçe (oslabljeni povredama na unutrašnjim pozicijama). Što se tiče strane pomoći, igrači su uglavnom bili u otvorenom stavu (95%), uvek spremi za pružanje pomoći igraču koji je na lopti. Pokazalo se da je ekipa CSKA, koja je koristila najrazličitije vrste čuvanja igrača na niskoj poziciji, na kraju bila i najuspešnija. Obzirom da različite pozicije napadača zahtevaju različit pristup odbrani.

5.5.2. Odbrana sa loptom

Ceo turnir – sa loptom					
	Individualno				
	Fenerbahçe Beko	Anadolu Efes	CSKA	Real Madrid	Ukupno
Koš	2	2	1	/	5
koš faul	/	1	/	/	1
Faul	4	5	6	4	19
Odbrana	4	5	8	7	24
Dodavanje	7	7	3	6	23
Ukupno	17	20	18	17	72

U situacijama čuvanja igrača sa loptom, igrači su najviše primenjivali individualnu odbranu (63 %), dok su pomoć saigrača koristili u 37 % situacija (18 % pomoć centra, a 19 % nekog od spoljnih igrača). Ovaj turnir je pokazao da je individualno čuvanje igrača na niskoj poziciji najzastupljenija vrsta odbrane, iz tog razloga i igrači moraju biti obučeni za tu vrstu zadatka.

Ceo turnir – sa loptom					
	Pomoć centra				
	Fenerbahçe Beko	Anadolu Efes	CSKA	Real Madrid	Ukupno
Koš	/	2	2	/	4
koš faul	/	/	1	/	1
Faul	1	1	/	1	3
Odbrana	/	2	3	1	6
Dodavanje	1	2	3	/	6
Ukupno	2	7	9	2	20

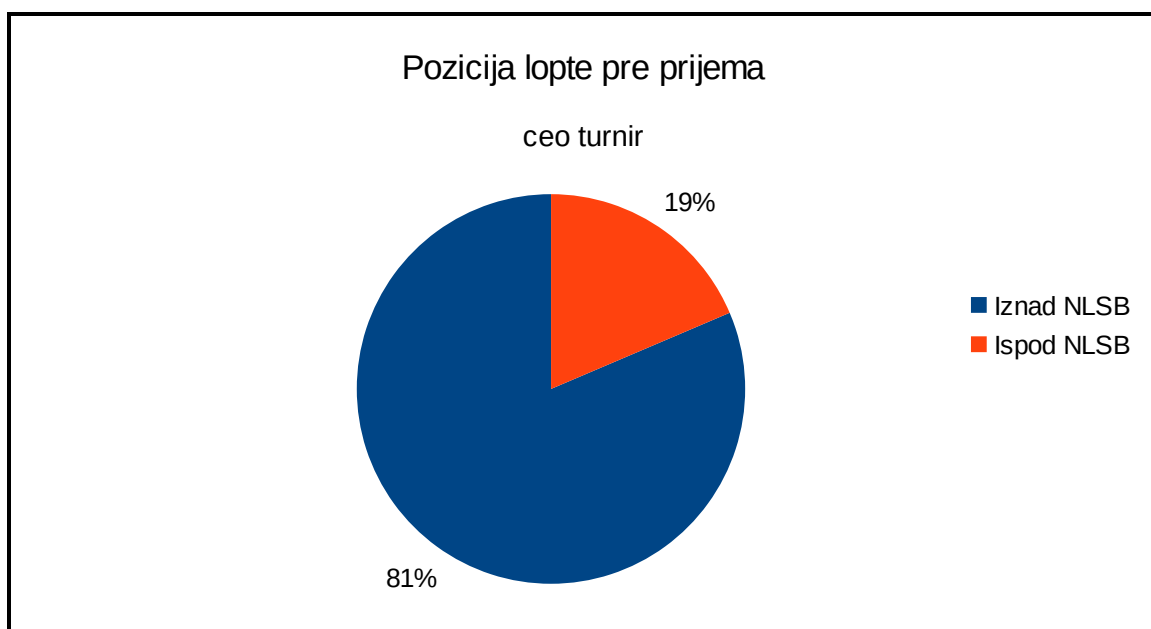
Pokazalo se da ekipe koje u svom sastavu nemaju dominantnog igrača na unutrašnjim pozicijama (na ovom turniru ekipa CSKA i Fenerbahçe), moraju u odbranu svog koša da uključe veći broj igrača.

Ceo turnir – sa loptom					
	Pomoć spoljnog				
	Fenerbahçe Beko	Anadolu Efes	CSKA	Real Madrid	Ukupno
Koš	3	/	/	/	3
koš faul	/	/	/	/	0
Faul	2	/	1	/	3
Odbrana	3	2	/	1	6
Dodavanje	8	1	1	/	10
Ukupno	16	3	2	1	22

Fenerbahçe Beko (18) i CSKA (11) su takođe najviše u odbrani koristili igrače na strani pomoći u vidu udvajanja, pomaganja igraču koji je na lopti, od čega su igrači Fenerbahčea 12 puta odbranili svoj koš na taj način (odbrana ili dodavanja na spoljne pozicije), a igrači CSKA 7 puta bili uspešni u tome.

5.5.3. Pozicija lopte pre prijema na nisku poziciju

Pozicija lopte pre prijema			
	Iznad NLSB	Ispod NLSB	Ukupno
Fenerbahçe Beko	23	6	29
Anadolu Efes	15	4	19
CSKA	21	2	23
Real Madrid	11	4	15
Ukupno	70	16	86



Lopta je na nisku poziciju dodavanjem dolazila u 86 napada na turniru, od čega su 70 (81%) bila dodavanja iznad nivoa linije slobodnog bacanja (iznad NLSB), a u 16 (19%) situacija lopta je dolazila u ruke igrača na niskom postu dodavanjem ispod nivoa linije slobodnog bacanja (ispod NLSB), najčešće iz kornera. Razlog ovakvog odnosa je dobra igra u odbrani na igraču bez lopte, te su napadači koristili „mismečeve“ i bolji ugao dodavanja da loptu spuste na nisku poziciju sa spoljašnjih.

6. Zaključak

U ovom radu posmatrane su utakmice finalnog turnira Evrolige u kojima su učestvovalе najbolje ekipe u Evropi u sezoni 2018/19. Predmet posmatranja bila je odbrana i čuvanje igrača na niskoj poziciji. Uočeno je da ekipa koja je izašla kao pobednik na kraju turnira se služila najraznovrsnijom odbranom, prilagođavala se napadima niskog posta iz različitih situacija, što je na kraju donelo rezultat. Takođe, treba uzeti u obzir da ekipa CSKA iz Moskve, nema klasičnog igrača na poziciji centra. Uglavnom su to igrači koji uspešno pokrivaju obe unutrašnje pozicije. Posmatranjem utakmica, došao sam do zaključka da su odbrambeni igrači na ovoj poziciji u podređenom položaju u odnosu na napadača, jer se koš nalazi veoma blizu, i mogućnost za poentiranje je velika. Iz tog razloga, ekipe na vrhunskom nivou moraju biti savršeno uigrane, i moraju uključiti više igrača u odbranu niske pozicije (primer je ekipa CSKA). Smatram da je odbrana na niskom postu veoma važan segment odbrambenog sistema jedne ekipe, što je ovaj turnir i pokazao (124 napada završena su igrom na niskoj poziciji).

Uočio sam, da su na ovom završnom turniru, retke bile situacije gde igrači poentiraju sa niske pozicije nekom individualnom akcijom (samo 6 koševa postignuto na taj način). Uglavnom je to bio rezultat dodavanja nekog od spoljnih igrača nakon „pick and roll“ – a, individualnog prodora, kada je odbrambeni centar izvučen daleko.

Sa složenijim napadom, i odbrana se usložnjava. Niska pozicija će uvek predstavljati jedan od najopasnijih delova terena u košarci po odbranu. Igrači sa te pozicije uglavnom poentiraju lako sa visokim procentima. Zbog toga, odbrana na niskoj poziciji treba da predstavlja važan detalj odbrane pri obuci mladih igrača, i treba mu posvetiti pažnju kao i svakom drugom elementu.

7. Literatura

1. Bošnjak, I. (2015). „Igra krilnog centra na prvenstvu Evrope u košarci za žene – Rumunija/Mađarska 2015. godine“. Završni rad, Univerzitet u Beogradu, FSFV
2. Hajnal, L. (1990). *Košarka, savremeni model igre*. Novi Sad: OKO.
3. Jakovljević, S. (2010). *Tehnologija Košarkaškog treninga*. Beograd: FSFV
4. Karalejić, M. i Jakovljević S. (2001). *Osnove košarke*. Beograd: FSFV
5. Karalejić, M. i Jakovljević S. (2008). *Teorija i metodika košarke*. Beograd: FSFV
6. Popov, D. (2008). „Igrač na poziciji centra u savremenoj košarci“. Diplomski rad, Univerzitet u Novom Sadu, FSFV
7. Trninić, S. (1996). *Analiza i učenje košarkaške igre*. Pula: VIKTA.
8. www.youtube.com

Prilog

Prilog 1. – Primer tabele u kojoj se prate varijable koje se odnose na čuvanje centra bez lopte (posmatrački list 1)

Strana akcije				Strana pomoći	
Bočno gore	Bočno dole	Ispred	iza	Otvoren stav	Delimično – zatvoren stav

Prilog 2. – Primer tabele u kojoj se prate varijable koje se odnose na čuvanje centra sa loptom, kao i ishod različitih načina odbrane (posmatrački list 2)

	Individualno	Pomoć centra	Pomoć spoljnog igrača
Koš			
Koš – foul			
Foul			
Odbrana			
Dodavanje			

Prilog 3. – Primer tabele u kojoj se prati pozicija lopte, neposredno pre prijema na nisku poziciju (posmatrački list 3)

Pozicija lopte pre prijema	
Iznad nivoa linije slobodnog bacanja	Ispod nivoa linije slobodnog bacanja