

Skauting i priprema za utakmicu

Priprema za pojedinu utakmicu se prvenstveno sprovodi u prethodnom takmičarskom mikrociklusu.

Dva su osnovna faktora koja utiču na način i sadržaj pripreme:

- ❑ karakteristike narednog protivnika i
- ❑ trenutna forma (karakteristike) sopstvenog tima.

Prikupljanje informacija o protivniku, njihova sistematizacija i analiza danas se označavaju terminom **skauting**.

Traženje, posmatranje i evaluacija igrača radi daljeg angažovanja.

Značaj skautinga je nesumnjiv u savremenoj košarci, pre svega u seniorskoj, a posebno u profesionalnoj

Džon Vuden

Prikupljanje informacija je prvi korak u izradi skautinga.

Informacije se mogu prikupiti na pet osnovnih načina:

- ❑ posmatranje utakmice protivnika uživo (pozicija, način beleženja....),
- ❑ posmatranje video snimaka (snimanje, uređaji, broj utakmica, domaćin ili gost,..)
- ❑ mišljenja drugih trenera,
- ❑ statistika sa utakmica protivnika (situaciona efikasnost, dobre i loše strane.....)
- ❑ putem interneta i drugih medija (TV, radio, štampa).

Nakon prikupljanja informacija, pristupa se njihovoj obradi, analizi igre protivnika.

Ovaj deo skautinga zahteva, pre svega, stručnu osobu sa velikim košarkaškim znanjem i iskustvom - skaut.

Dva značenja u praksi:

- Osoba koja je angažovana da posmatra i izveštava o igračima i strategiji protivničkog tima, i
- Osoba koja pronalazi i angažuje talentovane igrače.

Potrebno je da ima odgovore na pitanja:

- koje su informacije najvažnije?
- šta posmatrati i koje podatke beležiti?

Sakupljanja validnih, pouzdanih, tačnih i preciznih informacija o individualnim i timskim karakteristikama protivnika, njihovom trenutnom psihofizičkom i zdravstvenom statusu, kao i o protivničkom treneru i njegovoj filozofiji

Dati informacije o dobrim i lošim osobinama, otkriti taktičke i individualne sposobnosti protivnika.

Jake strane i slabosti i to sa aspekta tima i pojedinaca.

Osnovne ideje protivnika u napadu i u odbrani, odnosno tzv. filozofiju trenera protivničkog tima.

Analiza podataka

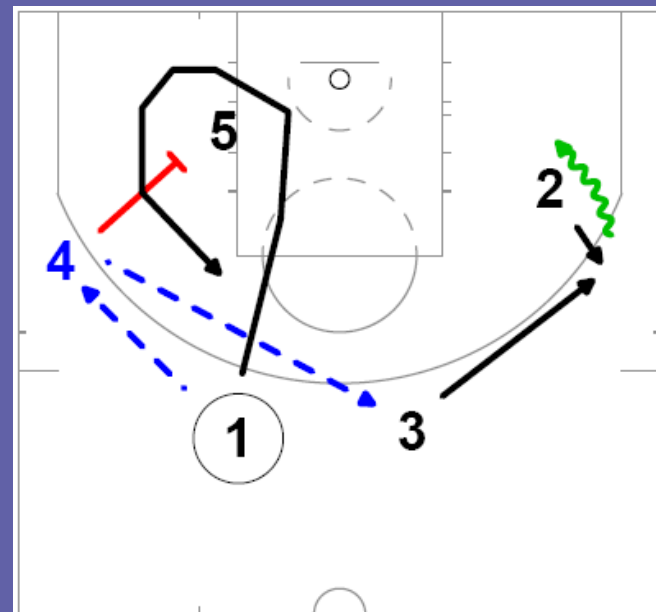
Najzahtevniji deo skautinga - neophodno znanje i iskustvo

“Gledaj, uoči, zabeleži”

Pregled utakmica

Prepoznavanje sistema (akcija) protivničkog tima

Beleženje svih relevantnih podataka (taktičko-tehničkih i drugih karakteristika vezanih za tim i igrače)



Prezentacija materijala – izveštaj

On može da ima različitu strukturu i formu, ali bi trebalo da sadrži:

- osnovne podatke o utakmicama koje su posmatrane (protivnik skautiranog tima, rezultat, napomene...),

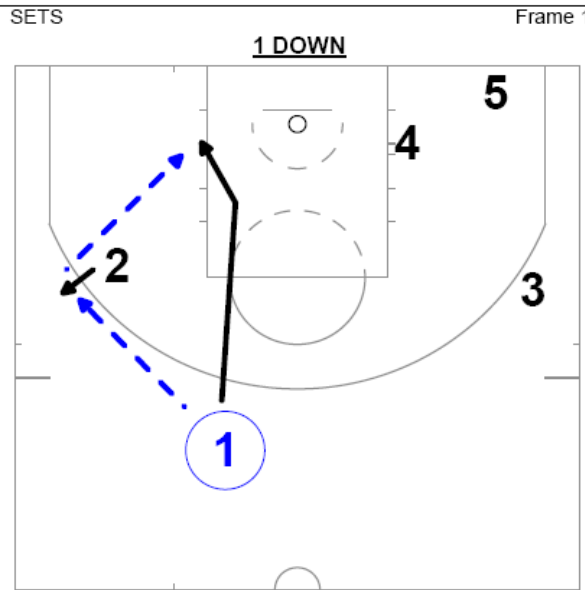
- podatke o prvoj petorci i korišćenju (minutaži) svih igrača,

- osnovne timske statističke podatke (procenat šuta iz igre, procenat slobodnih bacanja, skokove, izgubljene lopte i drugo),

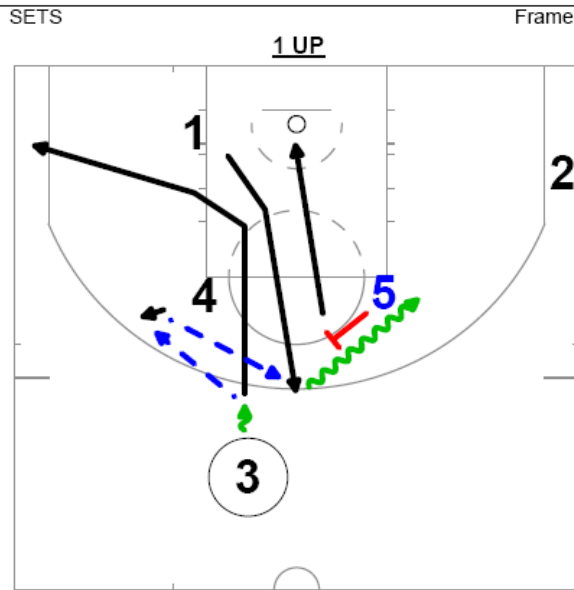
- najčešći pozicioni napadi i napomene o igri u napadu sa nacrtanim dijagramima napada,

Prezentacija materijala – izveštaj

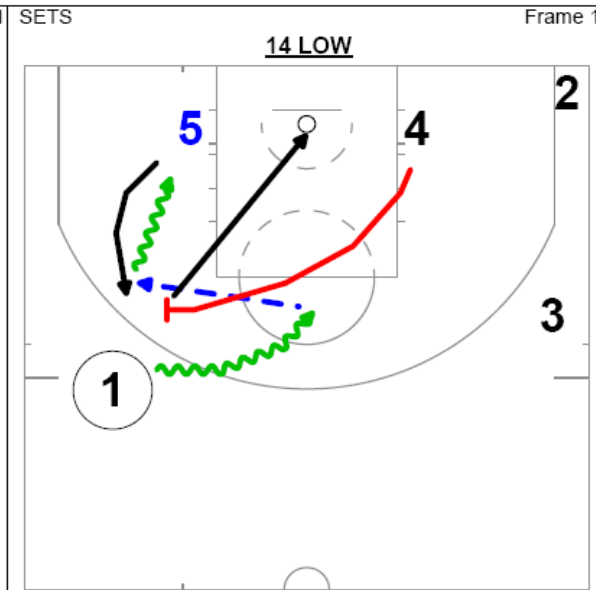
- sistemi u odbrani i napomene o igri u odbrani (koji sistem se najviše koristi, način igranja odbrane „čovek na čoveka“, način odbrane od blokade na igraču sa loptom, odbrana na niskom postu, i drugo),
- opis igre pojedinih, odnosno, najopasnijih igrača protivničkog tima (pozicija, broj na dresu, napadačke i odbrambene karakteristike, i sl.),
- napomene o „karakteru“ tima, predanosti, kohezivnosti (kako se ponašaju kada gube, kako kada imaju vođstvo, kako se ponašaju u neizvesnim završnicama i sl.),
- predlozi načina obrane i napada u odnosu na uočene jakosti i slabosti u igri protivnika, sa akcentom na najopasnije igrače protivničkog tima; oni treba da budu realistični u odnosu na karakteristike i sposobnosti sopstvenog tima.



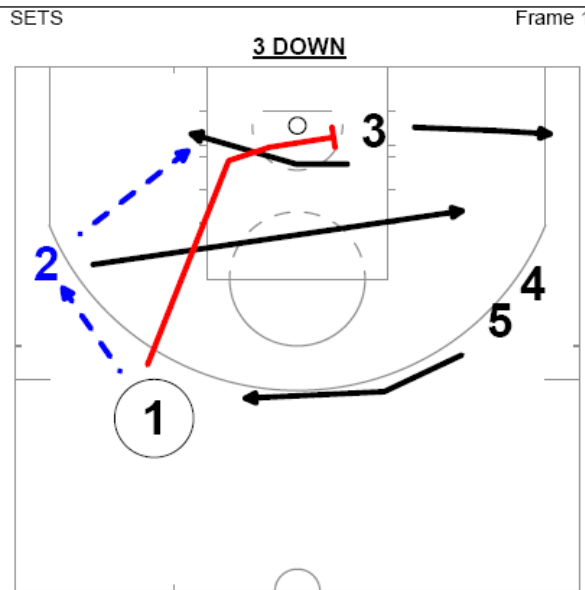
Post 1 man
Ran for SALMONS



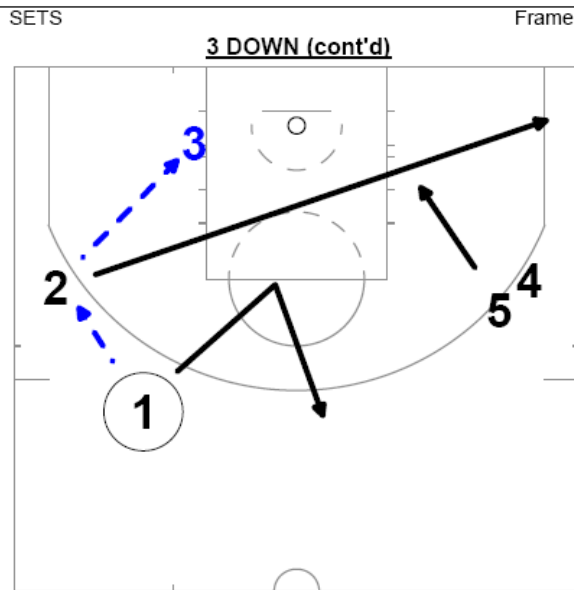
Hit Elbow, 1 cuts top, Mid P/R



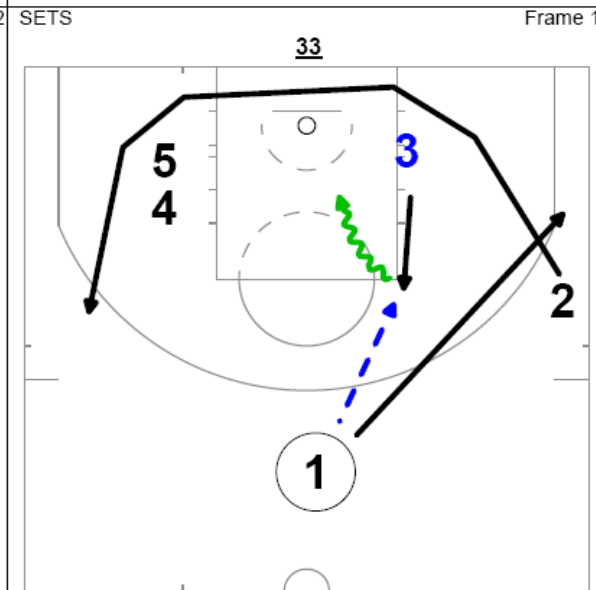
Side P/R action (roll n rise)



Cross pick to post 3 man



Turn out/ straight post option



1hit 3, 2 backdoor cut, 3 ISO elbow

Video zapis

Vizuelizacija pojedinosti pisanog izveštaja.

Olakšava upoznavanje protivničkog tima i prikazuje detalje protivničke igre.

Koliko dugo treba da traje?

Kako treba da bude montiran?

Kakav je izbor pojedinih aktivnosti u odnosu na kvalitet izvođenja?

Trener daje komentare, uputstva na koji način će se suprotstaviti igri protivničkog tima.

Pripremiti ona rešenja za koja tim ima kapacitete da ih sprovede.

To znači da ne sme biti mnogo novih stvari, jer one mogu da izazovu konfuziju kod igrača.

Koraci u dobrom skautingu

1. Obratiti pažnju na tempo igre protivničkog tima. Opis stila igre je jedna od najlakših zadataka skautinga.
2. Napad- pokušati uočiti šta žele da postignu u napadu
3. Odbrana- svaki odbrambeni sistem ima svoje slabosti- uočiti ih!
4. Skautirati igrače protivničkog tima - iako se ne mogu u potpunosti otkriti njihove prednosti, slabosti i sposobnosti, uvek bi trebalo da znate od kojih igrača “preti najveća opasnost”
5. Steći utisak o karakteru protivničkog tima
6. Ne zaboraviti da je primarni cilj skautinga priprema vaše ekipe - zaključiti na koji način bi mogli iskoristiti slabosti protivnika i suprotstaviti njihovim kvalitetima.

Dan	Pre podne	Po podne
Ponedjeljak		Analiza prethodne utakmice
Utorak	Grupna taktika odbrane u odnosu na planirani odbranbeni sistem.	Grupna i kolektivna taktika
Sreda		Prikaz napada protivnika i načina odbrane
Četvrtak	Grupna taktika odbrane u odnosu na planirani odbranbeni sistem i prikaz napadačkih akcija koji će se koristiti na utakmici,	Teorijska priprema (gledanje video snimaka) i priprema igre u napadu i odbrani na terenu - kolektivna taktika, prikaz odbrane protivnika
Petak	Kolektivna taktika; Šut	Priprema igre u napadu i odbrani na terenu - kolektivna taktika
Subota	Teorijska priprema i tonizirajući trening	UTAKMICA
Nedelja		

Dan	Pre podne	Po podne
Ponedjeljak	Analiza prethodne utakmice	Grupna taktika odbrane u odnosu na planirani odbrambeni sistem
Utorak	Prikaz napada protivnika i načina odbrane	Teorijska priprema (gledanje video snimaka) i priprema igre u napadu i odbrani na terenu - kolektivna taktika, prikaz odbrane protivnika
Sreda	Teorijska priprema i tonizirajući trening	UTAKMICA
Četvrtak		Grupna taktika odbrane u odnosu na planirani odbrambeni sistem
Petak	Prikaz napada protivnika i načina odbrane	Teorijska priprema (gledanje video snimaka) i priprema igre u napadu i odbrani na terenu - kolektivna taktika, prikaz odbrane protivnika
Subota	Teorijska priprema i tonizirajući trening	UTAKMICA
Nedelja		

Utakmica

Dolazak na utakmicu

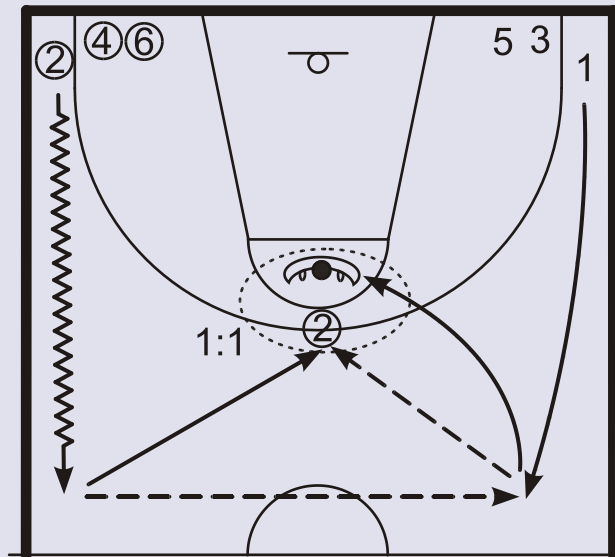
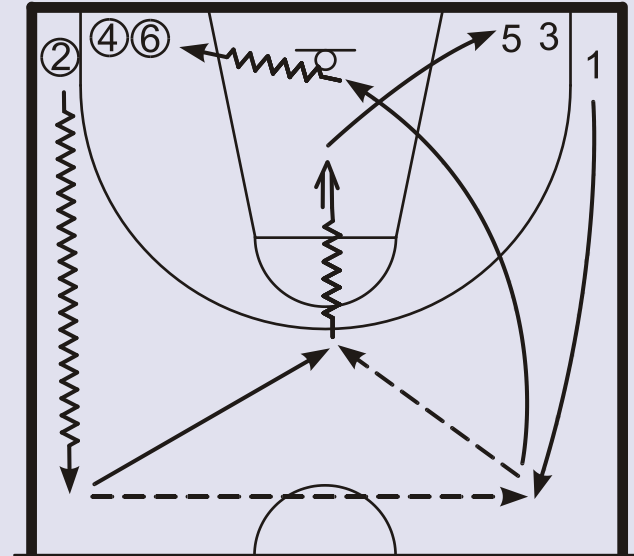
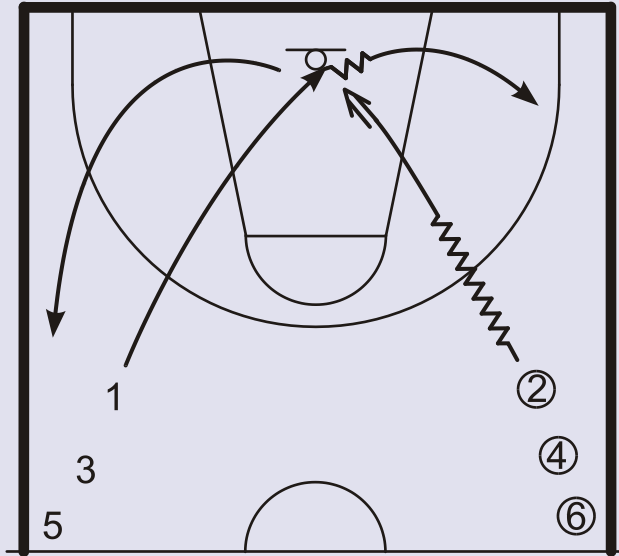
- domaćin
- gost

Vreme od dolaska u dvoranu do timskog izlaska na teren

- specifične procedure i rituali (trema, konverzije...)
- individualan izlazak na teren – gostujući teren
- sastanak u svlačionici
- izlazak tima na teren

Priprema na terenu.

- trajanje
- struktura - zagrevanje organizma, priprema zglobovno-tetivnog i mišićnog sistema (uspostavljanje maksimalne/optimalne elastičnosti i pokretljivosti), i motorička regulacija (uvođenje specijalnih, specifičnih kretnih aktivnosti).



Vreme	Aktivnost	Akcent
<i>Zagrevanje (3-6 min.):</i>		
3 min.	Trčanje – različite varijante i linije kretanja.	Umereni intenzitet.
<i>Priprema zglobovno-tetivnog i mišićnog sistema (10-15 min.):</i>		
12 min.	Vežbe statičnog, pa dinamičnog istezanja.	Pravilno izvođenje vežbi.
<i>Motorička regulacija I deo (12-16 min.):</i>		
2 min.	Vežbe tehnike trčanja sa ubrzanjima i odbrambenim kretanjem.	Raspored u vrsti.
6 min.	Prodor i šutiranje iz rasporeda u dve kolone (Sl. 9.1), sa desne pa leve strane.	Intenzivna kretanja.
5 min.	Igra 1:1 nakon razmene dodavanja iz rasporeda u dve kolone na osnovnoj liniji (Sl. 9.3).	
2 min.	Slobodna bacanja.	
<i>Predstavljanje igrača (2-3 min.):</i>		
<i>Motorička regulacija II deo (3-4 min.):</i>		
1.5 min.	Prodor i šutiranje iz rasporeda u dve kolone (Sl. 9.1), sa desne pa leve strane.	Intenzivna kretanja.
1.5 min.	Slobodna bacanja i šutiranje sa distance u parovima.	

Početak utakmice.

- startna petorka
- starteri (šut i dodavanja) i rezerve - timski status igrača, pozicija igrača, uzrast, trenutno raspoloženje igrača.

Trener na utakmici

- sprovođenje taktike
- komunikacija
- neizvesna završnica
- ponašanje prema sudijama
- izmene
- tajm aut

Izmene

- radi odmora igrača koji su se vidno zamorili,
- radi većeg broja ličnih grešaka važnih igrača,
- u slučaju kada je neki igrač povređen,
- kada igrač ne ispunjava zadatke u odbrani, bilo da neće ili realno ne može da ih ispuni,
- kada igrač u fazi napada remeti dogovorenu taktiku igre,
- kada igrač ima lošu selekciju šuta i uopšte loše igra,
- radi pojačavanja ukupnog intenziteta igre (obično kada se igraju agresivne odbrane),
- izmena kao disciplinska mera za igrača koji je nedisciplinovan u igri,
- kada je pojedini igrač vidno nervozan i kada njegovo stanje negativno utiče na igru tima,
- kada se ukaže potreba za igračem određenih specifičnih kvaliteta,
- kada se menja način igre koji zahteva igrače drugačijih karakteristika i sposobnosti,
- davanje prilike mladim igračima ili igračima koji manje igraju,
- izmena kao reakcija na izmene koje vrši trener protivničkog tima,
- izmena kao reakcija na promenu taktike igre koju je odredio trener protivničkog tima.

Tajm aut

- čisto takmičarski razlog, kada tim jednostavno ne igra dobro, ni u fazi napada ni u fazi odbrane,
- kada protivnički tim napravi ili trener predvidi da će protivnički tim da napravi osetniju prednost, pa tajm autom nastoji da prekine ili predupredi efikasnu igru protivničkog tima,
- kada su primetna taktička nastojanja protivnika,
- kada su igrači nedisciplinovani, ne izvršavaju postavljene zadatke ili nisu dovoljno posvećeni igri,
- kada su igrači izazito nervozni, odnosno preterano razdraženi ili apatični,
- radi promene taktike igre,
- radi davanja važnih uputstava dvojici ili trojici igrača kada to nije moguće u toku igre,

Tajm aut

- radi odmora igrača,
- da se pruži pomoć igraču koji je povređen, a treba da nastavi igru,
- radi izmene igrača,
- oštra igra protivnika i nepovoljan kriterijum suđenja pri takvoj igri,
- u neizvesnim završnicama utakmice kada treba da se pripreme specijalne akcije, pre svega, u napadu,
- pedagoški razlog, kada nije važan rezultat utakmice nego vaspitanje i učenje, i to posebno mladih igrača,
- kada trener želi da duže komunicira sa sudijama ili kada trener protivničkog tima intenzivno prigovara sudijama, pa mu se „pomaže“ da bude još agresivniji.

Tajm-aut ne treba da se uzima, kada:

- tim igra veoma dobro i efikasno,
- protivnički tim igra veoma loše, odnosno kada uzimanje tajm-auta odgovara treneru protivničkog tima,
- hoćemo da damo uputstva samo jednom igraču,
- trener ne zna šta će da kaže igračima.

Trener treba da:

- upozori igrače na njihove greške u igri,
- objasni igračima vrednosti i jake strane protivnika koje je uočio u igri,
- skrene pažnju igračima na kriterijum suđenja,
- ohrabri igrače i dodatno motiviše,
- usaglasi eventualne različitosti u igri,
- upozori igrače na eventualne nedostatke u njihovoj igri koji se tiču prostorno vremenskih parametara.

Pauze među četvrtinama

Poluvreme

Analiza utakmice

- odmah nakon utakmice trener treba da podrži igrače i njihove napore tokom utakmice, bez analize događanja tokom utakmice.
- analiza i razgovor o utakmici treba da se odloži za kasnije, najčešće na prvom sledećem treningu

On tada najčešće treba da istakne :

- ocenu o ispunjenosti zadataka igre u napadu i odbrani,
- ocenu o učinku svakog pojedinca,
- ocenu takmičarske discipline pojedinca i tima u celini,
- značajne statističke parametre,
- opšti zaključak sa preporukama za dalji rad i naredne utakmice.