

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

PRIPRAVA NA TEKME  
V 1. SLOVENSKI KOŠARKARSKI LIGI  
NA PRIMERU EKIPE GEOPLIN SLOVAN

GREGOR VODENIK

Ljubljana, 2012



UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

Smer študija: Športno treniranje

Izbirni predmet: Košarka

PRIPRAVA NA TEKME

V 1. SLOVENSKI KOŠARKARSKI LIGI

NA PRIMERU EKIPE GEOPLIN SLOVAN

DIPLOMSKO DELO

MENTOR:

izr. prof. dr. Frane Erčulj

RECENZENT:

izr. prof. dr. Brane Dežman

KONZULTANT:

doc. dr. Tanja Kajtna

Avtor dela:

GREGOR VODENIK

Ljubljana, 2012

## ZAHVALA

Zahvaliti bi se želel mentorju dr. Franetu Erčulju in recenzentu dr. Branetu Dežmanu za strokovno usmerjanje in pomoč pri diplomskem delu ter za vso podporo v času študija.

Zahvaljujem se Gašperju Okornu za nasvete pri nastajanju diplomske naloge.

Posebna zahvala gre moji ženi in mojim staršem, ki so mi v času študija stali ob strani.

**Ključne besede: košarka, preučevanje nasprotnika, priprava na tekmo, analiza tekme, video analiza**

**PRIPRAVA NA TEKME V 1. SLOVENSKI KOŠARKARSKI LIGI NA PRIMERU EKIPE GEOPLIN SLOVAN**

**Gregor Vodenik**

**Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2012**

**Športno treniranje, Košarka**

**IZVLEČEK**

Namen diplomskega dela je predstaviti model priprave na tekme v 1. slovenski košarkarski ligi. Na primeru ekipe Geoplan Slovan smo razčlenili glavna trenerjeva opravila v fazi preučevanja nasprotnika, v fazi priprave na nasprotnika in v fazi analize po tekmi. Ker je tekmovalni dosežek v košarki neposredno odvisen od igre tekmeča, trener pred tekmo o nasprotniku zbira informacije ter s pomočjo video analize preučuje njihove tekme. Nato pripravi taktični načrt in ga skozi skupne sestanke, treninge ter individualne pogovore posreduje igralcem. Po tekmi tudi analizira posamično in ekipno statistiko igre ter z različnih vidikov opravi video analizo. Priprava na nasprotnika lahko odločilno vpliva na izid tekme, zato trenerji tudi na tem področju ves čas iščejo nove možnosti in načine, s katerimi lahko dvignejo kvaliteto svoje ekipe. Da bi bili pri tem učinkoviti, se je potrebno zavedati omejitvenih dejavnikov, jih preučiti in po možnosti odpraviti.

## **ABSTRACT**

The purpose of this diploma work is to present a model of preparation for matches. In the case of Geoplin Slovan Basketball Team that competes in the 1. Slovenian Basketball League we analyzed the main tasks of the coach in three different stages – study of the opponent, preparation for the opponent and analysis after the match. Positive or negative outcome of the match is directly dependent on the game of the rival. Coach needs to collect all the information about the opponent and should analyze the opposite team through video analysis. The next step is to prepare a tactical plan, which must be presented and explained to players through practice, several meetings and individual conversations. After the match coach reviews individual and team statistics and prepares video analysis from various aspects of the game. Preparation for the opponent can significantly affect the outcome of the game. Therefore the basketball coaches are always looking for new opportunities and ways in which they can raise the quality of their team. To do so effectively, it is necessary to be aware of the limiting factors, to examine them and to possibly remove them.

# Kazalo

<b>1. Uvod</b> .....	<b>7</b>
<b>2. Omejitveni dejavniki</b> .....	<b>9</b>
2.1. Tim trenerjev .....	9
2.2. Tehnologija .....	10
2.3. Dostopnost informacij .....	11
2.4. Kvaliteta ekipe .....	12
2.5. Pomembnost tekme .....	12
<b>3. Preučevanje nasprotnika</b> .....	<b>13</b>
3.1. Zbiranje informacij .....	13
3.2. Video analiza tekem .....	14
3.2.1. Faza priprave .....	15
3.2.2. Rezanje posnetkov .....	19
3.2.3. Izvleček nasprotnikovega sistema .....	21
3.2.4. Izvleček posameznikov .....	22
3.3. Dokumenti o nasprotniku .....	24
3.3.1. Postava .....	24
3.3.2. Statistika .....	25
3.3.3. Posamezniki .....	25
3.3.4. Sistem .....	29

<b>4. Priprava na nasprotnika .....</b>	<b>38</b>
4.1. Načrtovanje taktike .....	38
4.2. Skupni sestanki .....	40
4.3. Treningi.....	41
<b>5. Analiza tekme .....</b>	<b>42</b>
5.1. Analiza igre znotraj taktičnega načrta .....	42
5.2. Analiza vodenja tekme .....	44
5.3. Analiza posameznikove igre .....	45
5.4. Analiza sistema .....	45
5.5. Analiza pred povratno tekmo.....	47
<b>6. Sklep.....</b>	<b>48</b>
<b>7. Viri.....</b>	<b>49</b>



# 1. Uvod

Košarka je moštvena igra, kjer je rezultat odvisen od igre posameznikov ter kakovosti njihovega sodelovanja, tekmovalni dosežek pa ni natančno merljiv in je neposredno odvisen tudi od igre tekmeca. Zato se v vrhunski košarki preučevanju nasprotnikov in pripravi na njih posveča veliko pozornosti.

V fazi preučevanja zbiramo informacije o nasprotniku ter analiziramo njihove tekme. Na podlagi posnetkov tekem opravimo strukturno analizo igre posameznih igralcev ter funkcionalno analizo nasprotnikovega igralnega sistema. Nato s pomočjo računalnika ter ustrezne programske opreme za video montažo pripravimo izvlečke iz tekem.

V naslednji fazi združimo vse pomembne informacije, ki jih o nasprotniku imamo v danem trenutku, in pripravimo taktični načrt za tekmo, v katerem postavimo pravila kako morajo igralci reagirati v določenih igralnih situacijah. Nato skozi skupne sestanke, treninge ter individualne pogovore igralcem posredujemo informacije iz taktičnega načrta. Tako individualne in skupinske kot tudi skupne treninge na različne načine prilagodimo pripravi na nasprotnika.

Ker je dosežek na tekmi odvisen od več dejavnikov hkrati, je potrebno tudi analizo po odigrani tekmi opraviti z več vidikov. S to skupino opravil sklenemo krog priprave na tekmo, hkrati pa z analizo z vidika priprave na vse naslednje medsebojne dvoboje v sezoni odpremo nov krog preučevanja nasprotnika.

Da bi bili pri našem delu učinkoviti, se je potrebno zavedati dejavnikov, ki nas omejujejo, jih preučiti in po možnosti odpraviti. Nekaterih seveda ni mogoče. Čas je eden takih. Ta nas omejuje prav na vsakem izmed korakov in kot po pravilu ga je vedno premalo. Zato v timu trenerjev potrebujemo strokovnjake z znanjem in izkušnjami, ki znajo učinkovito izkoriščati čas, ki ga imajo na voljo za pripravo na tekmo.

Cilj tega diplomskega dela je predstaviti model priprave na tekme v 1. slovenski košarkarski ligi ter razčleniti glavne omejitvene dejavnike, s katerimi se trenerji srečujejo pri svojih opravilih v fazi preučevanja nasprotnikov, v fazi priprave na nasprotnike in v fazi analize po tekmi. Za primer smo izbrali ekipo Geoplan Slovan, ki je v sezoni 2010/2011 je pod vodstvom trenerja Gašperja Okorna nastopala v državnem prvenstvu (Liga Telemach) in pokalnem tekmovanju (Pokal Spar).

Diplomsko delo je monografskega tipa in temelji predvsem na lastnih izkušnjah pridobljenih z aktivnim delovanjem v Košarkarskem društvu Geoplan Slovan. Pri zbiranju podatkov smo si pomagali tudi z novejšimi domačimi in tujimi strokovnimi viri. Video analize smo opravili na osebni računalniku s pomočjo Adobe Premiere Pro CS4 programske opreme, za risanje skic smo uporabljali verzijo 010 računalniškega programa Basketball Playbook.

Priprava na nasprotnika lahko odločilno vpliva na izid tekme, zato trenerji tudi na tem področju ves čas iščejo nove možnosti in načine, s katerimi lahko dvignejo kvaliteto svoje ekipe. Vsak trener ima o tem, koliko pozornosti namenja pripravi na nasprotnika, svojo filozofijo. Ker smo s časom zelo omejeni, moramo med treningom svojega sistema in pripravo na nasprotnika najti pravo razmerje.

## **2. Omejitveni dejavniki**

V sezoni 2010/2011 je pod vodstvom trenerja Gašperja Okorna ekipa Geoplan Slovan nastopala v državnem prvenstvu (Liga Telemach) in pokalnem tekmovanju (Pokal Spar). V Ligi Telemach se je Slovan z desetimi zmagami in šestimi porazi uvrstil v ligo za prvaka, kjer je v štirinajstih tekmah petkrat zmagal in zasedel končno 5.mesto. V Pokalu Spar je izpadel v četrtfinalu zaključnega turnirja, kar pomeni da je v celi sezoni ekipa odigrala 35 uradnih tekem.

Na vsako tekmo smo se poskušali optimalno pripraviti, pri tem pa smo morali upoštevati določene omejitvene dejavnike.

### **2.1. Tim trenerjev**

Prvi omejitveni dejavnik se skriva v timu trenerjev, torej v nas samih. Tim trenerjev je le manjši del strokovnega tima in ga sestavljajo glavni trener ter njegovi pomočniki. Najpogosteje ima trener na voljo le enega pomočnika, v močnejših klubih, ki nastopajo v dveh tekmovanjih hkrati, pa se delo razdeli vsaj med dva pomočnika. Delitev dela je praviloma taka, da fazo preučevanja v vseh treh korakih opravi eden sam, drugi pa stori enako za naslednjega nasprotnika in tako se izmenjujeta skozi celo sezono. Pri pripravi ekipe na nasprotnika lahko sodelujejo vsi člani tima trenerjev, v kolikšni meri lahko pomočniki soodločajo, pa je odvisno od načina vodenja glavnega trenerja.

Model udeležbe pri vodenju, ki so ga razvili Vroom, Yetton in Jago, predstavlja pet nivojev sodelovanja pri odločanju: avtokratična odločitev vodje, avtokratična odločitev pri iskanju dodatnih informacij, posvetovanje s posamezniki, posvetovanje s skupino, skupinska odločitev. Na katerem nivoju je skupina sposobna sodelovati, je odvisno od njihove izobrazbe in izkušenj, od njihovih sposobnosti postavljanja visokih in hkrati dosegljivih ciljev ter od sposobnosti sprejemanja odgovornosti. (povzeto po Tušak, Misja, Vičič, 2003)

Najosnovnejši in hkrati najpomembnejši proces znotraj tima trenerjev pa je komunikacija, saj je od nje odvisno na kakšen način se bodo člani tima sporazumevali in se medsebojno usklajevali.

V omenjeni sezoni sem bil kot edini pomočnik trenerja v celoti odgovoren za preučevanje nasprotnikov ter analize naših tekem. Skozi sezono se je povečevala tudi moja vloga v procesu treninga, kjer sem postopoma sprejemal večje odgovornosti pri načrtovanju ter vodenju individualnih in skupinskih treningov, pri vodenju uvodnih delov skupnih treningov ter pri vodenju določenih delov skupnih sestankov. Sodelovanje v tem timu, kjer sem imel tudi možnost soodločati, mi je prineslo ogromno znanja in izkušenj.

## **2.2. Tehnologija**

Dostopnost ustrezne tehnologije je naslednji omejitveni dejavnik. Za nemoteno delo v fazi preučevanja potrebujemo zmogljiv računalnik z ustrezno strojno in programsko opremo ter hitro internetno povezavo, v fazi priprave na nasprotnika pa potrebujemo tehnologijo za prikazovanje posnetkov na sestankih.

Ob pravočasni in temeljiti analizi stanja, je mogoče najti ustrezne dolgoročne rešitve. Sami smo našli eno tako v selitvi skupnih sestankov v garderobo, ki smo jo opremili s tablo in projektorjem. Klub je na ta način prihranil najemnino za prostore, ki jih je ekipa uporabljala pred tem, glede na to da garderobo načeloma uporablja le naša ekipa, pa smo dobili popolnoma proste roke pri organizaciji sestankov. Poleg tega lahko na tablo napišemo ali obesimo določene informacije, ki si jih lahko igralci večkrat preberejo, hkrati pa nam tabla zelo koristi tudi med samim prikazovanjem posnetkov s projektorjem, saj lahko po njej rišemo in na ta način določene stvari prikažemo še bolj nazorno.

Vse potrebne video analize smo opravili na osebнем računalniku s pomočjo Adobe Premiere Pro CS4 programske opreme, ki je trenutno ena izmed vodilnih v svetu digitalne video montaže. Za risanje skic smo uporabljali verzijo 010 računalniškega programa Basketball Playbook.

### 2.3. Dostopnost informacij

Poleg analize vseh resursov, ki so nam na voljo, tako človeških kot materialnih, je potrebno v pripravljalnem obdobju analizirati še tekmovalni koledar in dostopnost informacij o nasprotnikih.

V primeru prevelike zgoščenosti tekem glede na naše resurse, je potrebno določiti prioritete. Upoštevati je potrebno tudi dejstvo, da je na začetku sezone na voljo manj informacij o nasprotniku in da je njihova zanesljivost precej manjša kot proti koncu sezone. Zaradi kratkega pripravljalnega obdobja večina ekip namreč svoj sistem razvija in dopolnjuje še v začetnem delu sezone.

Z nadaljevanjem sezone količina informacij strmo narašča. Ekipe z določenim sistemom razvijejo svoj stil igre, hkrati pa se dokončno razdelijo tudi vloge v ekipi. Tekom sezone se tako povečuje kvaliteta informacij, ki jih dobimo z analizo nasprotnika, v smislu, da lahko z večjo zanesljivostjo trdimo kakšna bo taktika nasprotnika na naši tekmi.

Z vidika priprave na nasprotnika predstavljajo pomemben vir informacij tudi medsebojne tekme odigrane v sezoni, v manjši meri pa tudi prijateljske tekme iz pripravljalnega obdobja. Kdor zna na podlagi analiz teh tekem predvideti, kakšna bo taktika nasprotnika na naslednji tekmi, je lahko v velikanski prednosti.

Tekmovalni sistem v Ligi Telemach je določal, da se iz prvega dela tekmovanja, v katerem se je devet ekip pomerilo v dvokrožnem sistemu, v drugi del uvrsti šest ekip, katerim se pridružita še Union Olimpija ter Krka Novo mesto, ki sta v prvem delu nastopala v Euroligi oziroma Pokalu Eurochallenge.

V prvem delu tekmovanja, ki je trajalo od 16. oktobra 2010 pa do 5. marca 2011, nam je tekmovalni ritem ene tekme na teden omogočal analiziranje lastnih tekem. Izvlečke iz zadnje odigrane tekme smo igralcem običajno predvajali ob ponedeljkih na skupnem sestanku pred večernim treningom. Poleg tega smo analize koristili tudi za oceno učinkovitosti lastnega igralnega sistema ter seveda za pripravo na nasprotnika pred povratnimi tekmami. V ligi za prvaka smo v pripravi na nasprotnike poskušali izkoristiti tudi vse informacije, ki smo jih dobili z analizami v prvem delu.

## **2.4. Kvaliteta ekipe**

V fazi priprave na nasprotnika moramo upoštevati sestavo svoje ekipe, v kateri se skriva pravzaprav glavni omejitveni dejavnik. To je kvaliteta naše ekipe, ki pa jo seveda s procesom treninga spreminjamo in jo poskušamo izboljšati. Ker pa gre v športu vedno za primerjavo z nasprotnikom, je potrebno našo kvaliteto vedno ocenjevati v okviru izbranega tekmovanja.

Trener želi s procesom treninga pri igralcih avtomatizirati tehnične ter taktične elemente pri čim višji intenzivnosti izvedbe. Hkrati glede na kvaliteto ekipe ves čas v vseh fazah igre tudi prilagaja sistem, ki od igralcev zahteva določena znanja. Rešitve v pripravi taktičnega načrta vedno iščemo znotraj tega sistema, saj od ekipe ne moremo zahtevati, da na tekmi izvaja nekaj česar nismo trenirali.

Velik omejitveni dejavnik, ki je prav tako povezan s kvaliteto ekipe, je njena sposobnost, da v kratkem času, ki ga imamo na voljo za pripravo, akumulira določeno količino informacij. V žargonu temu pravimo, da se ekipa na parketu drži dogovora iz garderobe.

## **2.5. Pomembnost tekme**

Vsak trener ima o tem, koliko pozornosti namenja pripravi na nasprotnika, svojo filozofijo. Ker smo s časom zelo omejeni, moramo med treningom svojega sistema in pripravo na nasprotnika najti pravo razmerje. V vsakem primeru pa na našo pripravo gotovo vpliva tudi pomembnost določene tekme. Vendar pa je potrebna previdnost, saj velika odstopanja od naše običajne rutine predstavljajo potencialno nevarnost za neuspešno pripravo na tekmo. Tako se lahko zgodi, da so igralci zaradi prevelike količine informacij pri izpolnjevanje nalog na tekmi neuspešni. Na drugi strani pa nas lahko ob pomanjkanju informacij nasprotnik preseneti nepripravljene.

Kvalitetna priprava na tekmo bi lahko bila naša prednost pred nasprotniki, zato smo temu segmentu posvečali veliko pozornosti pred vsako tekmo, še posebej v prvem delu sezone, ko je bilo potrebno najti optimalen način priprave.

### **3. Preučevanje nasprotnika**

Preučevanje nasprotnika v ožjem pomenu besede predstavlja zaporedje trenerjevih opravil pred začetkom priprave na nasprotnika, v širšem pomenu besede pa gre za proces zbiranja in urejanja informacij, ki traja skozi celo sezono in se nikoli zares ne prekine. Vsa ligaška tekmovanja namreč predvidevajo, da se z vsakim nasprotnikom pomeriš najmanj na eni domači ter eni tekmi v gosteh. Ko dodamo še končnico prvenstva ali zaključni turnir tekmovanja, lahko hitro ugotovimo da z neposrednimi konkurenti za končno uvrstitev igramo več tekem, zato je v veliki prednosti ekipa, ki zna bolje unovčiti informacije pridobljene iz medsebojnih dvobojev. Pogosto dobimo pomembne informacije tik pred začetkom tekme ali pa celo med tekmo. V takih primerih je potrebno hitro oceniti ali je smiselna sprememba naše taktike. Nasprotnika torej preučujemo pred tekmo, med samo tekmo in tudi po tekmi, skozi celotno sezono, včasih si pomagamo celo s podatki preteklih sezon.

#### **3.1. Zbiranje informacij**

Prva skupina opravil predstavlja zbiranje vseh informacij o nasprotniku, ki so nam v tistem trenutku na voljo. Naši nepogrešljivi viri informacij so internet, posnetki tekem in različni mediji, ki poročajo o košarki. Prav tako pomemben vir informacij so ogledi nasprotnikovih tekem v živo, ki pa žal zaradi različnih dejavnikov pogosto niso mogoči. Izkoriščamo lahko tudi veze in poznanstva med trenerji, igralci in celo novinarji, vendar pa moramo biti pri tem zelo previdni in oceniti zanesljivost teh informacij.

S pomočjo zgoraj naštetih virov tako pridemo do informacij o sestavi nasprotnikove ekipe in ob upoštevanju podatkov o zdravstvenem stanju v ekipi prav tako do njihove najverjetnejše postave na naši tekmi. V kolikor akterjev ne poznamo dovolj dobro, pobrskamo tudi po njihovi karieri.

Nato analiziramo statistične podatke iz vseh tekmovanj, v katerih nastopajo. Poiščemo statistiko iz njihovih zadnjih odigranih tekem v našem tekmovanju in jo primerjamo s skupno

statistiko, kjer so za igralce v posameznih statističnih kategorijah prikazane povprečne vrednosti na tekmo. Odstopanja od povprečja v zadnjih tekmah nakazujejo trenutno igralno formo posameznikov.

Iz statistike lahko razberemo različne podatke, od tega kako so v ekipi razdeljene vloge in kakšna so od tekme do tekme nihanja posameznih igralcev, pa do tega kako ekipa igra doma in kako v gosteh ter koliko točk dosegajo in koliko jih prejemajo. Analiziramo tudi njihovo izvajanje prostih metov, da bi vedeli nad katerim igralcem delati osebno napako v tesni končnici.

Vse kar smo sklepali iz statističnih podatkov potrdimo, v redkih primerih pa tudi ovržemo, s pomočjo video analize tekem, ki je naslednji korak.

### **3.2. Video analiza tekem**

Videoanaliza je v vrhunski košarki nepogrešljiv vir informacij. Pomembna je tako z vidika preučevanja lastne ekipe kot tudi z vidika priprave na nasprotnika. S pomočjo računalnika ter ustrezne programske opreme za montiranje videoposnetkov je potrebno analizirati več tekem, da bi ugotovili: nasprotnikov igralni sistem, ki se od tekme do tekme večinoma ne spreminja; nasprotnikov taktični načrt, ki se spreminja iz tekme v tekmo; igro nasprotnika ob zmagah, porazih in tesnih končnicah; taktični načrt drugih ekip, ki so že odigrale medsebojno tekmo z našim nasprotnikom.

Zanesljivost rezultatov naših analiz torej narašča s številom nasprotnikovih tekem, ki jih analiziramo. Ker pa zaradi različnih omejitvenih dejavnikov seveda ni mogoče analizirati vseh tekem, je pomembno na kakšen način tekme izbiramo. Glavni kriteriji, ki jih pri izboru upoštevamo so nasprotnikov tekme, rezultat tekme in statistika tekme. Gotovo pa je potrebno upoštevati tudi kriterij aktualnosti ter izbirati med zadnjimi odigranimi tekmami.

Izvečke, ki jih pripravimo, nato v fazi priprave na nasprotnika predvajamo na skupnih sestankih.



Vse video analize smo opravili na osebni računalnik s pomočjo Adobe Premiere Pro CS4 programske opreme, ki je trenutno ena izmed vodilnih v svetu digitalne video montaže. Premiere Pro je visoko zmogljiv program namenjen zahtevnejšim amaterjem in profesionalcem, njegove glavne prednosti pa so preglednost, možnost prilagajanja delovnega okolja ter enostavna uporaba različnih funkcij z bližnjicami na tipkovnici.

O tem, kako učinkovito operirati s programom, obstaja na internetu kar nekaj literature, vendar je glavna težava v tem, da je v tujem jeziku, poleg tega pa za mnoge ukaze obstajajo le izrazi v angleškem jeziku, kar začetnikom otežuje delo.

### 3.2.1. Faza priprave

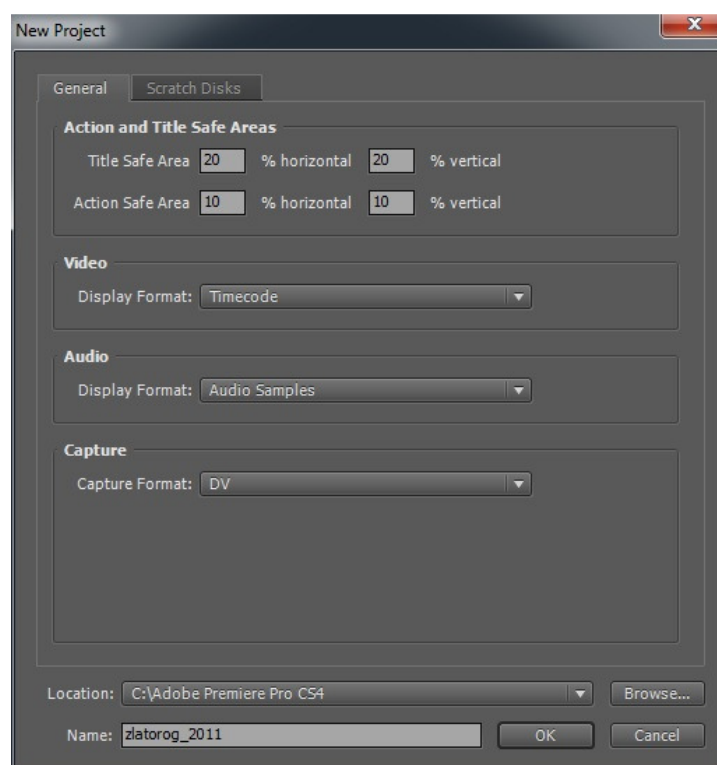
Ob zagonu programa Adobe Premiere Pro CS4 se nam prikaže pozdravno okno (»Welcome Window«), kjer odpremo nov projekt (»New projekt«).



Slika 1. Pozdravno okno.

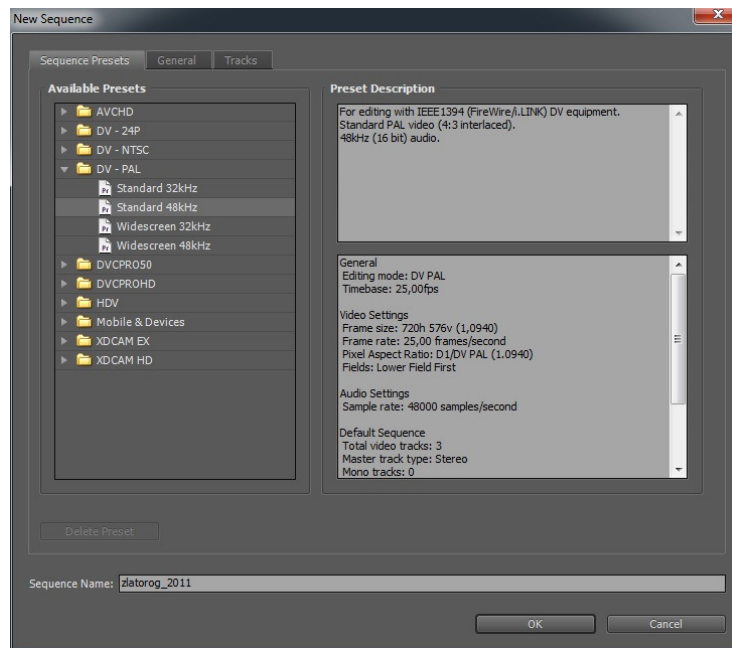
Projekt je datoteka, ki vsebuje vse informacije o posnetem materialu, ki smo ga uporabili za izdelavo določenega avdio video izdelka ter podatke o vseh spremembah v zvezi z montažo. Projekt ne vsebuje dejanske vsebine posnetega materiala ampak le njegovo referenco. Če torej odstranimo projekt iz trdega diska, nam posneti material še vedno ostane na disku, če pa posnetke prestavimo, preimenujemo ali izbrišemo, pa jih program ne more več najti. (povzeto po Ungar, 2011)

V naslednjem koraku privzetih nastavitvev projekta običajno ne spreminjamo, določimo le lokacijo, kjer bo projekt shranjen (»Location«) ter njegovo ime (»Name«).



Slika 2. Okno nastavitve projekta.

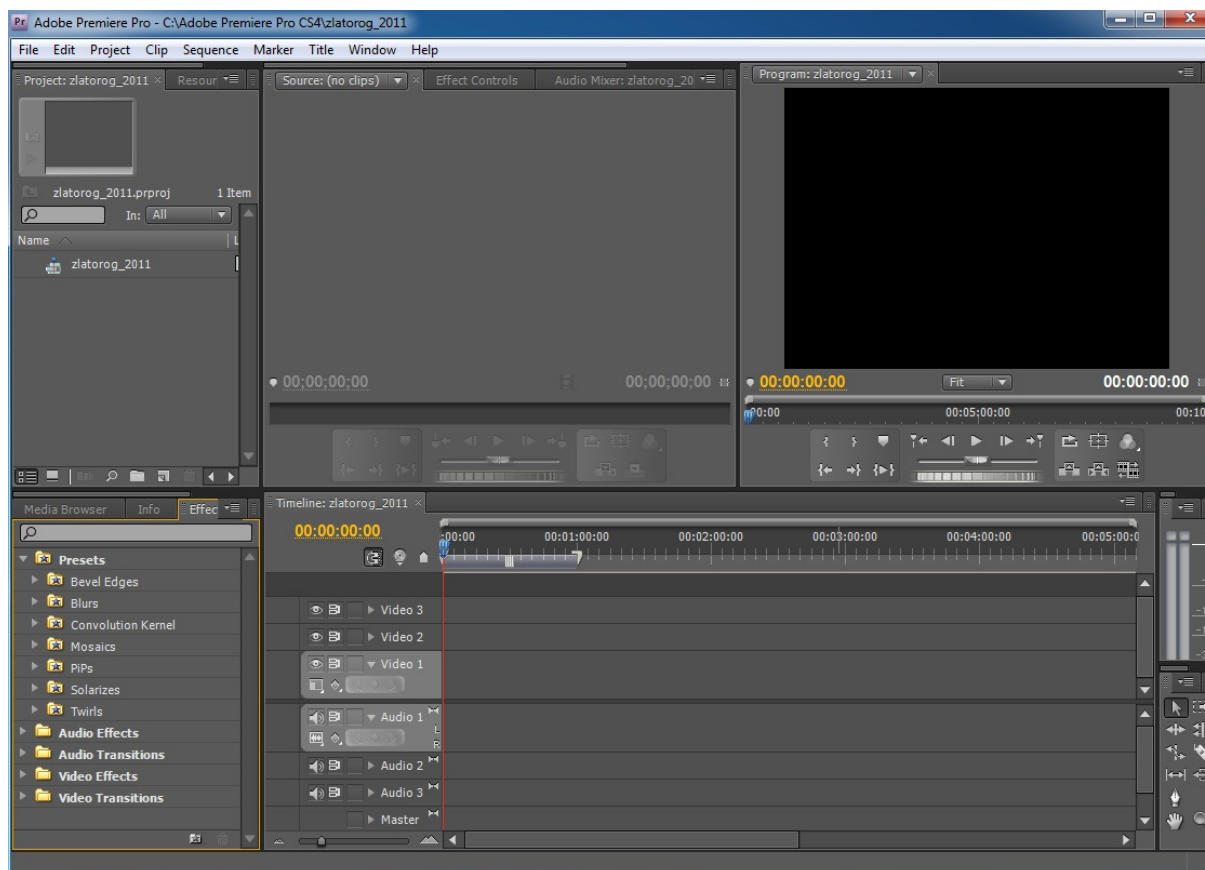
S klikom na gumb »OK« se nam odpre okno nastavitve sekvence. Na levi strani izberemo želeni format izpisa zmontiranega materiala (DV-PAL Standard 48 kHz).



Slika 3. Okno nastavitve sekvence.

S klikom na gumb »OK« potrdimo nastavitve in zaženemo program.

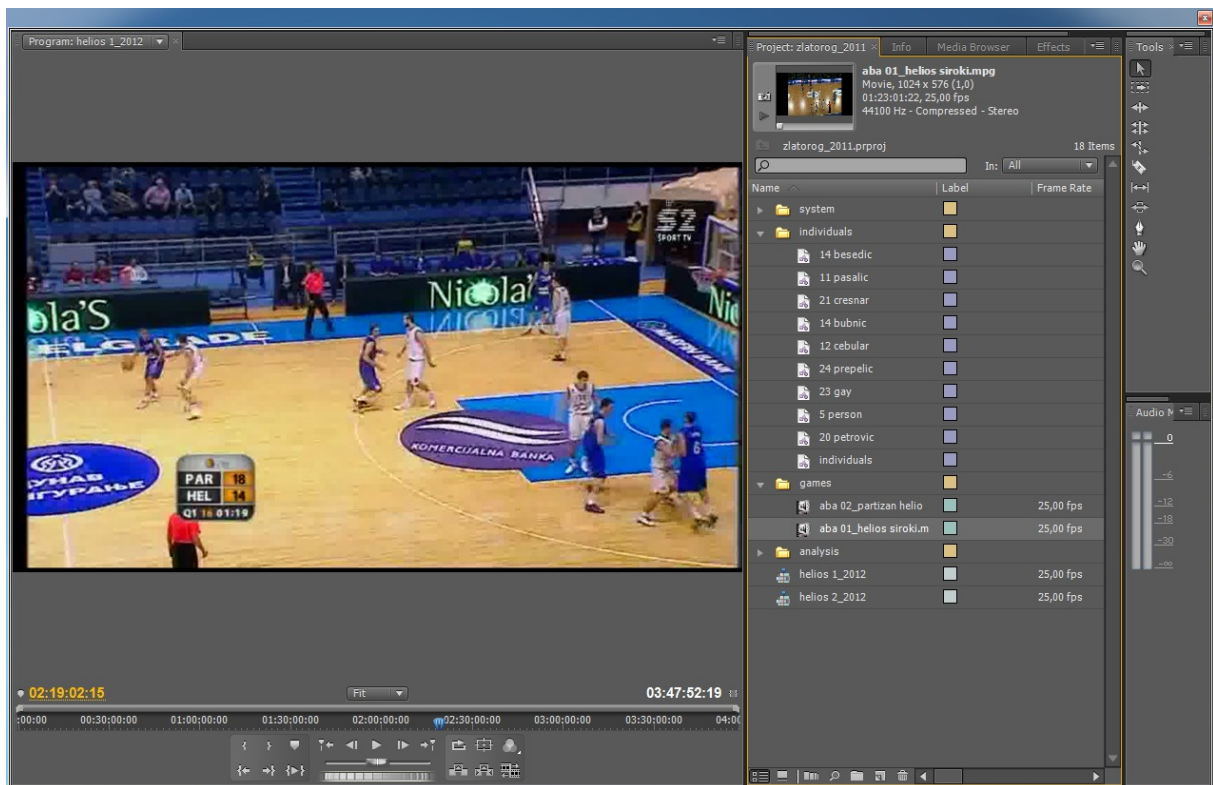
Odpre se programsko okno, ki je sestavljeno iz več podoken (»panels«). V privzetih nastavitvah imamo v zgornji vrsti na levi strani projektno podokno (»Project panel«), v sredini izvorno podokno (»Source panel«) ter na desni strani programsko podokno (»Program panel«). V spodnji vrsti pa je na levi strani podokno učinkov (»Effects panel«), v sredini časovnica (»Time panel«), na desni strani pa zgoraj merilnik avdio nivojev (»Audio Master Meter panel«) ter spodaj orodjarna (»Tools panel«). Podokna so lahko samostojna ali organizirana v skupinah. Lahko jih povečamo ali zmanjšamo ter razvrstimo, tako da dobimo najboljši pregled nad delom. Organiziranost in postavitev podoken v programskem oknu imenujemo delovno okolje (»Workplace«). (povzeto Bedrač, Čučkov, Patković, Plazovnik, Purnat, 2011)



Slika 4. Privzete nastavitve programskega okna.

V naslednjem koraku si torej prilagodimo delovno okolje, ki ga lahko z uporabo dveh zaslonov znatno povečamo. Na glavni zaslon postavimo časovnico, na pomožni zaslon pa programsko podokno, na katerem lahko vidimo rezultate dela v časovnici. Desno od programskega okna, postavimo projektno, ki služi za urejanje sekvenc, uvoženih posnetkov in naslovov. V projektne podoknu z desnim klikom uvozimo (»Import«) posnetke tekem, ki jih poiščemo na trdem disku.

Po 87. členu tekmovalnih proposicij 1. SKL za člane, je organizator na vseh tekmah dolžan snemati tekme ter video zapis tekme v roku 24 ur po odigrani tekmi namestiti na spletni strežnik Košarkarske zveze Slovenije. Dostop do strežnika imajo vsi klubi in tako s pomočjo dobre internetne povezave zelo enostavno prenesemo posnetek na svoj osebni ali prenosni računalnik.



Slika 5. Delovno okolje s programskim in projektnim podoknom.

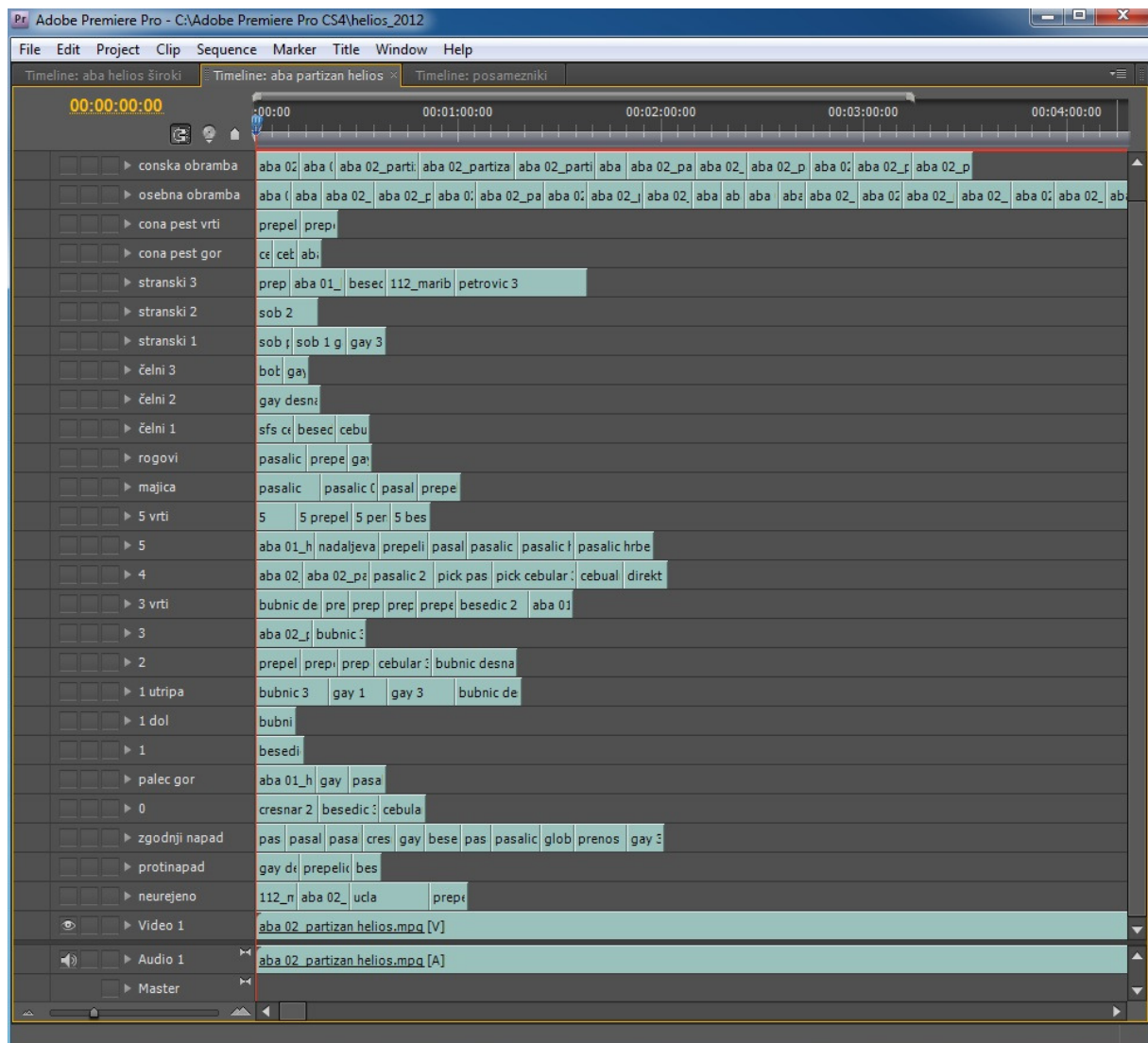
Osebne nastavitve lahko shranimo in jih pri kasnejšem zagonu programa spet uporabimo.

### 3.2.2. Rezanje posnetkov

Celotna montaža se odvija v časovnici. To je podokno, kjer je v sekvenco združen grafični prikaz posnetkov, ki jih nato s pomočjo orodij (Tools) obdelujemo. Sekvenca je sestavljena iz več vzporednih video in zvočnih montažnih linij («Tracks»), ki jih lahko z desnim klikom na začetek proge dodajamo («Add Tracks») in nato preimenujemo («Rename»). Vsako tekmo režemo v svoji sekvenci, ki jo odpremo v zavihku časovnice.

Ko razčlenimo nasprotnikov igralni sistem, sekvenca dobi svojo pravo podobo. Naš končni izdelek je navadno brez zvoka, zato nam zadostuje ena avdio proga, ki nam služi za poslušanje tekme. Nato je prva video proga rezervirana za posnetek tekme, ki jo režemo, v preostale video proge pa izrezke zlagamo. Vsakemu elementu sistema namenimo svojo progo, le te pa si druga nad drugo sledijo v naslednjem logičnem zaporedju: protinapadi, zgodnji napadi, postavljeni napadi proti osebni obrambi, postavljeni napadi izza čelne in

stranske črte, postavljeni napadi proti conskim in kombiniranim obrambam ter prehodne in postavljene obrambe.



Slika 6. Časovnica s sekvencami.

Medtem, ko tekmo gledamo v programskem oknu, jo v časovnici sproti režemo ter izrezke zlagamo v ustrezne proge. Kadar nasprotnikovega igralnega sistema ne poznamo (v celoti), ga moramo s pregledovanjem tekem ter posameznih izrezkov razvozlati sami, za kar je potrebno veliko znanja in izkušenj, predvsem pa veliko potrpežljivosti. Pogosto se pojavijo tudi težave pri prepoznavanju oznak za posamezne elemente sistema, saj se na samem posnetku pogosto ne vidi znaka, zaradi množice zvočnih šumov pa je klic pogosto tudi nemogoče slišati. Poleg tega večina ekip na začetku četrtin ter po prekinitvah odigra brez ali pa celo z uporabo nekega drugega znaka namerno zavajajo nasprotnika. Znake seveda

najlažje prepoznamo z ogledom tekme v živo v športni dvorani, ki pa si ga lahko zaradi množice različnih vzrokov le redko privoščimo. Tako je včasih potrebno pregledati izrezke tudi treh ali več tekem, da sestavimo celoten mozaik.

Za izrezke, ki jih ne moremo sproti razvrstiti v ustrezne proge, imamo pripravljeno posebno progo. Te izrezke poskušamo na koncu naknadno razvrstiti, vendar vseh ni mogoče. Nekaj jih vedno ostane, naša naloga pa je ugotoviti ali gre za specialne ali pa le za ponesrečene akcije.

Ključno opravilo med rezanjem tekme pa je preimenovanje izrezkov. Gre za neke vrste kodiranje vsebine izrezka. To storimo z desnim klikom na posamezen izrezek, pri tem pa izberemo možnost preimenuj. Nato vedno navedemo priimek igralca, ki je zaključil napad, sledi pa geslo, ki predstavlja način zaključka. Uporabljamo kratka gesla: »1« pomeni zaključek iz spremljanja igre, »2« predstavlja zaključek z metom za dve točki, »3« pa za tri točke, »desna« opisuje zaključek s prodorom v desno stran oziroma igro s hrbtom na desni strani koša, »leva« pa zaključek s prodorom v levo stran oziroma igro s hrbtom na levi strani koša.

Tak način dela nam omogoča, da lahko na koncu s pregledom sekvence zelo natančno ugotovimo kako pogosto nasprotnik na tekmi igra določen element sistema, kateri igralci v določenem napadu največkrat prihajajo do zaključkov ter na kakšen način najpogosteje zaključujejo napad. To so pomembni podatki, ki so tudi sestavni del dokumenta o nasprotnikovem sistemu.

### **3.2.3. Izvleček nasprotnikovega sistema**

Izvleček nasprotnikovega sistema pripravimo tako, da v množici vseh izrezkov iz več tekem, za vsak element sistema poiščemo od šest do deset reprezentativnih primerov. To so tisti, ki najbolj nazorno prikazujejo vsebino elementa in pa tudi samo kakovost izvedbe.

Elementi sistema v izvlečku si sledijo v logičnem zaporedju: protinapadi, zgodnji napadi, postavljeni napadi proti osebni obrambi, postavljeni napadi izza čelne in stranske črte, postavljeni napadi proti conskim in kombiniranim obrambam ter prehodne in postavljene obrambe. Struktura izvlečka je predstavljena na prvi strani dokumenta o nasprotnikovem

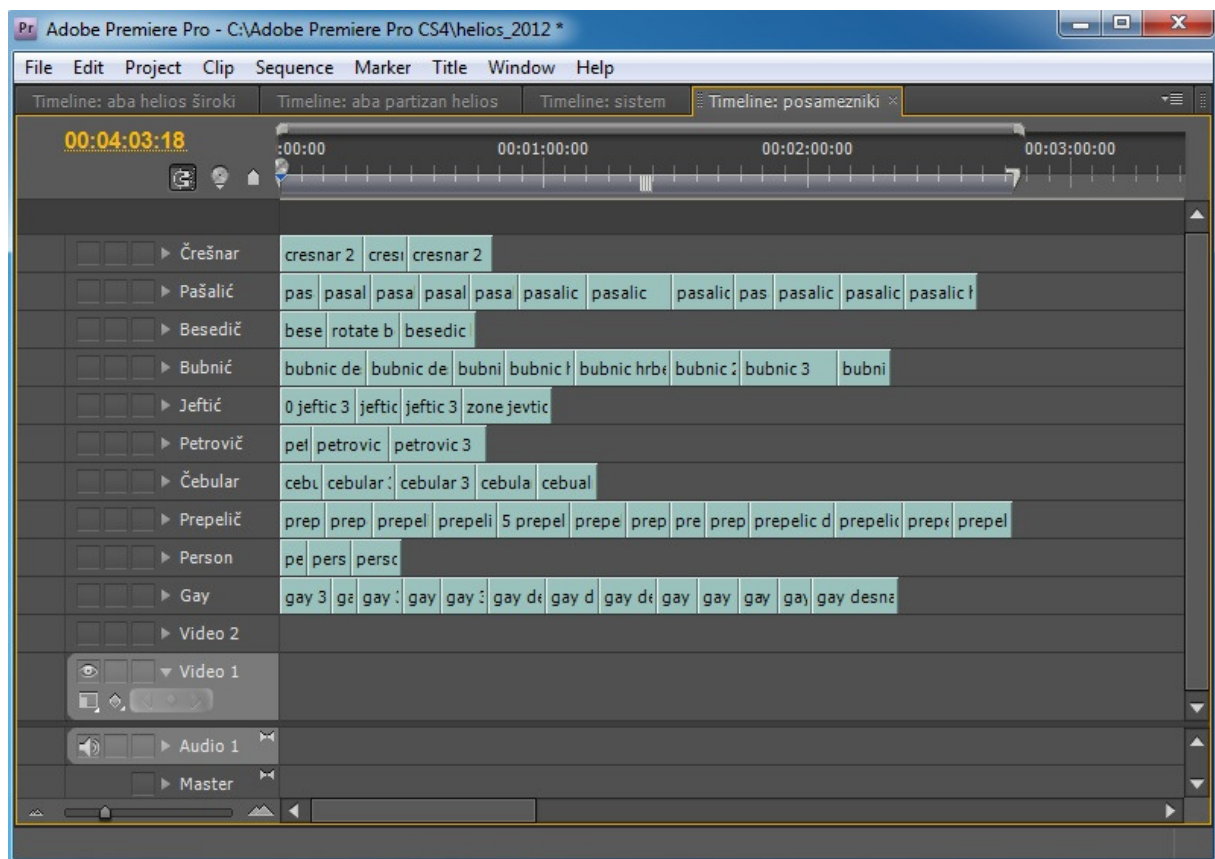


sistemu, kjer je poleg vsakega elementa v minutah in sekundah zabeleženo kje na posnetku se nahaja.

Preden izvleček izvozimo iz programa, ga opremimo z naslovi.

### 3.2.4. Izvleček posameznikov

Izrezke iz tekem kopiramo v novo sekvenco, kjer za vsakega nasprotnikovega igralca pripravimo svojo progo. Nato izrezke ponovno razporedimo, tokrat na podlagi gesel, s katerimi smo jih preimenovali v fazi rezanja tekme.



Slika 7. Sekvenca s posamezniki.

Že prvi pogled na sekvenco razkriva vlogo posameznih igralcev v napadu. Izrezke v posamezni progi enostavno preštejemo in hitro ugotovimo, kateri igralci so v napadu najbolj nevarni, z natančnejšim pregledom gesel pa ugotovimo tudi najpogostejše načine, s katerimi igralec zaključuje svoje akcije. Na podlagi teh ugotovitev, upoštevajoč tudi statistiko in vse



ostale informacije, ki jih imam o posameznem igralcu, iz množice izrezkov s ponovnim pregledovanjem izberemo od šest do dvanajst izrezkov. Število je odvisno od vloge igralca v ekipi, od njegovega repertoarja v napadu, pa tudi od tega kako dobro ga poznajo naši igralci. Pri razporejanju izrezkov za posameznega igralca sledimo načelu, da mora biti jasno razvidno, katera so njegova najmočnejša orožja v napadu.

Obstaja več načinov kako potem v izvlečku razvrstiti igralce v neko logično zaporedje. Najpogosteje jih razporedimo po igralnih pozicijah od ena do pet, pri čemer je najboljši igralec na določeni poziciji vedno prvi. V taki razporeditvi je včasih smiselno tudi izpustiti tiste igralce, ki imajo v ekipi manjšo vlogo ali pa iz kakšnih drugih razlogov dobivajo manj priložnosti za igro, ter jih uvrstiti na konec. Igralce je možno razporediti tudi od glavnih nosilcev igre do tistih, ki igrajo manj ali pa najprej prva peterka, ki ji po pozicijah sledijo še drugi igralci. Omeniti velja še razporeditev glede na postavo ekipe, torej po vrstnem redu števil, ki jih igralci nosijo na dresih.

Preden izvleček izvozimo iz programa, ga opremimo z naslovi.

Medtem ko moramo izvleček nasprotnikovega sistema vedno pripraviti tako, da prikažemo čim bolj realno kakovost izvedbe posameznih elementov sistema, imamo pri pripravi izvlečkov o posameznikih več manevrirnega prostora. Igralcem na sestankih pokažemo to, kar mi hočemo, da vidijo. Če je na primer v našem taktičnem načrtu ideja, da je potrebno določenemu igralcu preprečiti met z razdalje, potem bomo za izvleček izbrali izrezke, kjer je igralec uspešen pri metih ter izrezke, kjer je manj uspešen v prodorih. Poleg tega se v fazi priprave na posameznike pojavi psihološki moment, zaradi katerega moramo določenega nasprotnikovega posameznika prikazati v boljši oziroma slabši formi kot je v resnici, da se med naše igralce ne bi prikradlo podcenjevanje oziroma občutek nemoči.

Vzporedno z video analizo nastajajo tudi dokumenti o nasprotniku. Obe skupini opravi se pravzaprav tako prepletata, da ju ni mogoče natančno ločiti.

### **3.3. Dokumenti o nasprotniku**

Po opravljenih video analizah tekem razpolagamo z množico informacij o nasprotniku. Te informacije je potrebno združiti v dokumente v pisni obliki, ki jih nato vstavimo v mapo. Za vsako nasprotno ekipo imamo namreč pripravljeno posebno mapo, kjer imamo na enem mestu shranjene vse dokumente iz tekoče sezone.

V dokumentih združujemo podatke o sestavi ekipe, statistične kazalce ter informacije o posameznikih in igralnem sistemu. V primeru, da smo z določenim nasprotnikom v tekoči sezoni že odigrali tekmo, pripravimo tudi poročilo analize medsebojne tekme.

#### **3.3.1. Postava**

Prvi dokument, ki ga vložimo v mapo, je postava nasprotnikove ekipe. Pripravili smo ga že v prvi fazi zbiranja informacij o nasprotniku. Pri igralcih označimo posebnosti v povezavi z zdravstvenim stanjem (poškodba, vračanje po dolgotrajni poškodbi, poškodba na zadnji tekmi katere posledic ne poznamo) in v povezavi z igralnim položajem (igralec brez prave menjave na svojem položaju, polivalenten igralec, ki lahko igra na več položajih, hendikepiran igralec na določenem položaju) ter vse ostale posebnosti, ki izstopajo.

Na tem mestu navedemo tudi vse pomembne informacije o nasprotnem trenerju in njegovem načinu vodenja.

Po opravljenih video analizah tekem s pomočjo statistike izdelamo še posebno tabelo, s katero nazorno prikažemo običajne trenerjeve rotacije. V prvem stolpcu navedemo najverjetnejšo začetno postavo nasprotnika na naši tekmi. Večina trenerjev začenja vse tekme v isti postavi, v nasprotnem primeru moramo poiskati najpogostejšo. V nadaljevanju po igralnih položajih razvrstimo običajne trenerjeve menjave.

### **3.3.2. Statistika**

V naslednjem dokumentu, ki smo ga prav tako že pripravili v prvi fazi zbiranja informacij o nasprotniku, primerjamo statistiko nasprotnikovih zadnjih treh odigranih tekem s skupno statistiko, kjer so za igralce v posameznih statističnih kategorijah prikazane povprečne vrednosti na tekmo. Večja odstopanja od povprečja v zadnjih tekmah označimo, saj nakazujejo posameznikovo trenutno igralno formo.

### **3.3.3. Posamezniki**

Dokument o posameznikih je tabela, v kateri so po vrsti glede na igralno pozicijo vpisani posamezni igralci. Vrsti red je navadno enak tistemu v izvlečku.

V prvem stolpcu je zapisana številka, ki jo igralec nosi na dresu, nato njegov priimek in začetnica imena, sledi pa še njegova igralna pozicija. Pri tistih igralcih, ki igrajo na različnih pozicijah, je na prvem mestu vedno tista, na kateri igra večino časa. Potem sta spodaj vedno navedena podatka o povprečju minut in povprečju doseženih točk na tekmo, čisto na koncu pa je izpostavljena še statistična kategorija, v kateri igralec dosega najboljše rezultate (met za dve točki, met za tri točke, skok, asistence, izsiljene osebne napake).

V drugem stolpcu so na skici polovice košarkarskega igrišča slikovno ponazorjena posameznikova najmočnejša orožja v napadu. S sivimi lisami so označene tiste cone igrišča, iz katerih igralec dosega koše z metom iz razdalje.

V tretjem stolpcu so v alinejah navedeni posameznikovi najpogostejši zaključki napadov ter ostale pomembne informacije o njegovi igri pa tudi o trenutni igralni formi, o značajskih lastnostih in posebnih motivih.

**23****GAY D.**

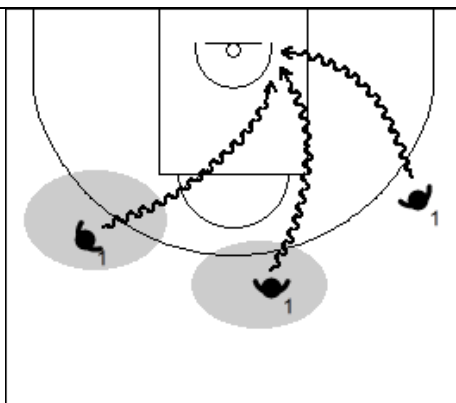
Pozicija: 1

MIN – 32:45

PTS – 13,3

AS – 2,0

3P – 7/14 (50,0%)



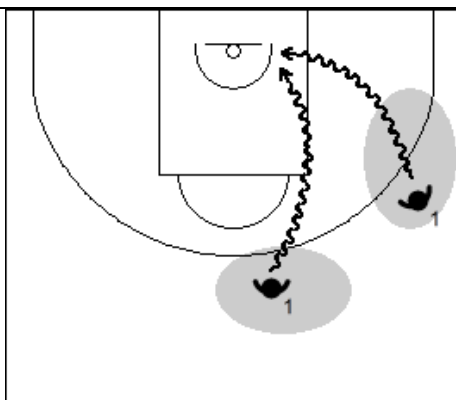
- met za 3 iz vodenja
- prodor v desno do konca
- napadalno usmerjen organizator

**5****PERSON A.**

Pozicija: 1

MIN – 7:15

PTS – 0,7



- prodor v desno do konca
- dober v tranziciji
- met za 3 v sprejemu
- v slabši formi

**24****PREPELIČ K.**

Pozicija: 2

MIN – 29:05

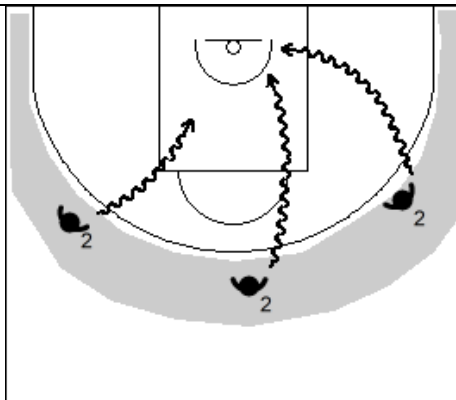
PTS – 16,3

AS – 3,0

2P – 6/11 (54,5%)

3P – 6/19 (31,6%)

FT – 19/21 (90,5%)



- met za 3
- zaporedne blokade
- 3 vrti
- v desno prodor do konca
- v dobri formi

**12****ČEBULAR S.**

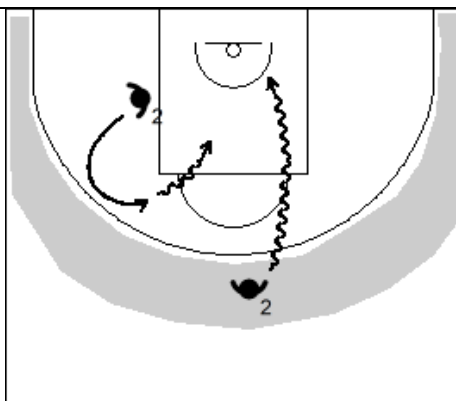
Pozicija: 2,3

MIN – 21:20

PTS – 11,3

AS – 1,7

3P – 5/11 (45,5%)



- met za 3
- ovijanje bloka
- prodor v desno
- pri metu izsili osebno napako
- bivši igralec Geoplin Slovana

**20****PETROVIČ V.**

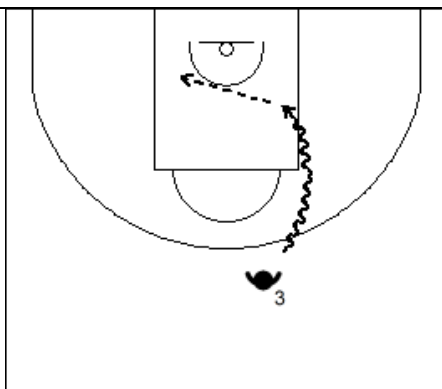
Pozicija: 3

MIN – 24:35

PTS – 3,0

AS – 3,0

REB – 2,0 (1,3 + 0,7)



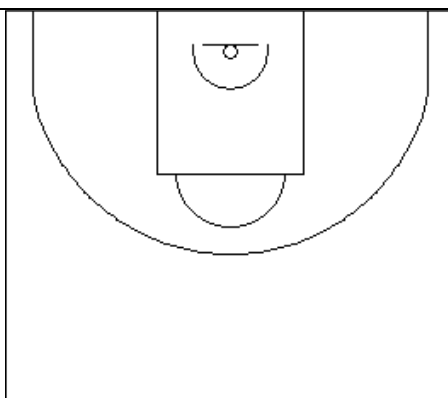
- prodor v desno, asistenca
- slabši met
- izkušen igralec
- racionalen v napadu, asistenca
- dober v obrambi

**6****JEFTIČ D.**

Pozicija: 3

MIN – 5:00

PTS – 1,0



- met za 3
- prodor v desno
- igra malo

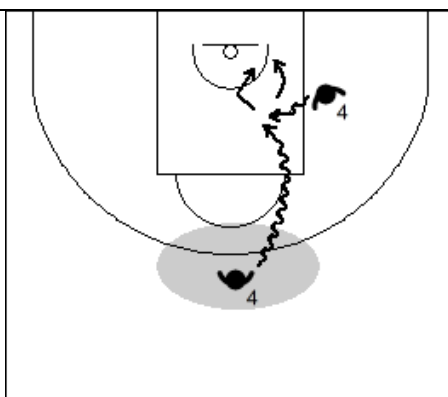
**14****BUBNIČ D.**

Pozicija: 4

MIN – 21:20

PTS – 5,3

2P – 6/15 (40,%)



- prodor v desno iz visokega post
- izrazit desničar
- met za 3
- s hrbtom na desni: v sredino obrat na avt, v sredino gor in spodaj
- v slabši formi

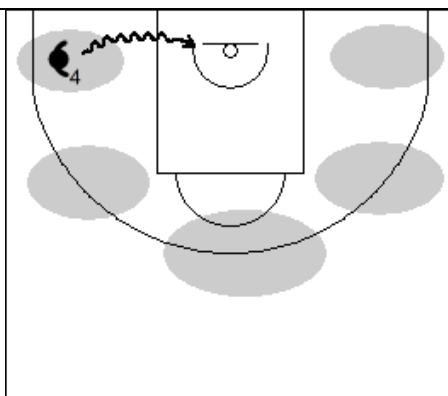
**4****BESEDIČ J.**

Pozicija: 4

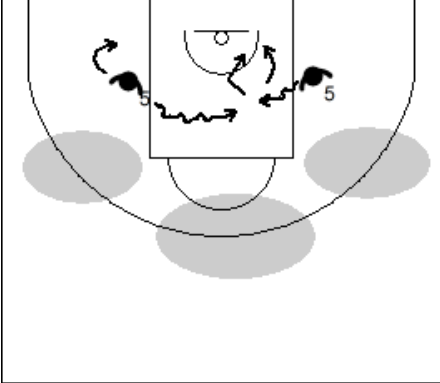
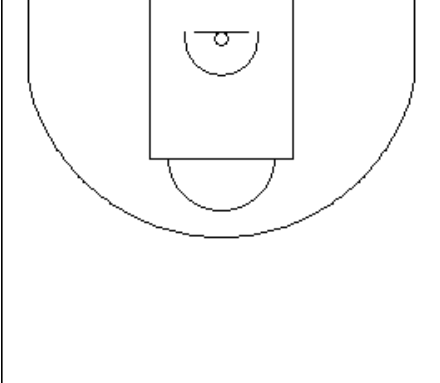
MIN – 18:40

PTS – 7,0

3P – 4/13 (30,8%)



- met za 3
- »pick and pop«
- varanje meta, met za 2 iz kota
- ne igra s hrbtom
- počasen

<p><b>11</b> <b>PAŠALIĆ D.</b> Pozicija: 5</p> <p>MIN – 24:55 PTS – 13,0</p> <p>REB – 5,0 (2,7 + 2,3) 2P – 13/28 (46,4%) 3P – 3/9 (33,3%) FT – 4/4 (100%)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• »pick and pop«</li> <li>• izrazit desničar</li> <li>• s hrbtom na desni: v sredino obrat na avt, v sredino gor in spodaj</li> <li>• s hrbtom na levi: v sredino met preko glave, spin na avt</li> <li>• skok v napadu</li> <li>• ne mara kontakta</li> </ul>
<p><b>5</b> <b>ČREŠNAR B.</b> Pozicija: 5</p> <p>MIN – 15:05 PTS – 2,0</p> <p>REB – 3,3 (2,3 + 1,0)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• desničar</li> <li>• malo igra s hrbtom</li> <li>• mehak</li> </ul>

Slika 8. Dokument o posameznikih.

Slika 8 prikazuje primer dokumenta o posameznikih. Ta združuje pomembne statistične kazalce ter bistvene informacije o lastnostih in sposobnostih posameznih igralcev.

### 3.3.4. Sistem

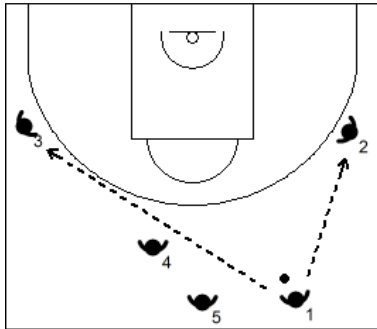
V naslednjem dokumentu predstavimo nasprotnikov sistem igre v vseh fazah.

Na prvi strani po vrsti v alinejah naštejemo elemente sistema, tako kot si sledijo v izvlečku. Poleg vsakega elementa navedemo: kje na posnetku se nahaja; število vseh odigranih napadov oziroma obramb na tekmah, ki smo jih analizirali; cilj; kateri igralci so glavni akterji in kašna je njihova kakovost izvedbe. Na podlagi teh podatkov se odločimo kam bomo usmerili svojo pozornost v procesu priprave ekipe na nasprotnika.

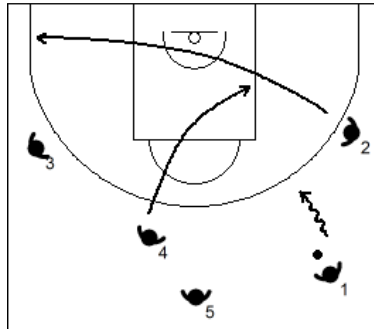
Nato vse elemente sistema podrobno predstavimo v posebni tabeli, kjer si v vrsticah od leve proti desni sledijo skice, na katerih je prikazana vsebina posameznega elementa. Večji poudarek je na fazi napada. Obrambni sistem navadno le opišemo, posebnosti kot so conski presing, kombinirane obrambe, različna podvajanja ipd. pa tudi slikovno prikažemo.

Skice ustvarimo s pomočjo računalniškega programa Basketball Playbook. Vsebino skic dopolnjujejo kratki komentarji pod njimi. Pogosto uporabljamo tudi kratice: BOB – akcija vračanja žoge v igro izza čelne črte («baseline out of bounds»), SOB – akcija vračanja žoge v igro izza stranske črte («sideline out of bounds»).

**Protinapadi**



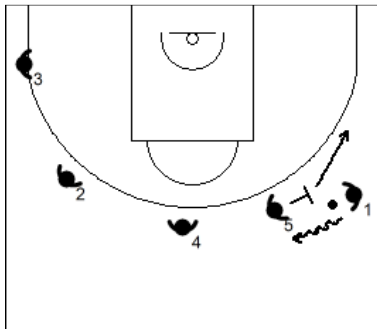
podaja na krilo  
met za 3 Prepelič, Čebular



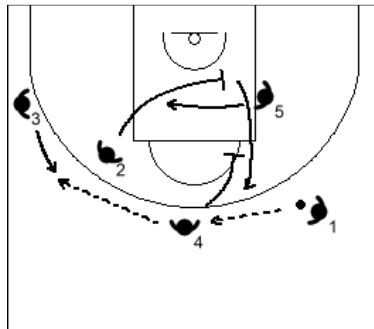
vtekanje prvega sledilca

**Zgodnji napadi**

**0**

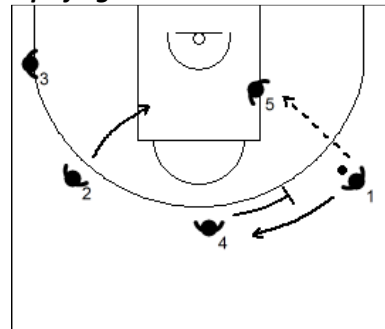


blokada na žogi 5 za 1  
Pašalić »pick and pop«



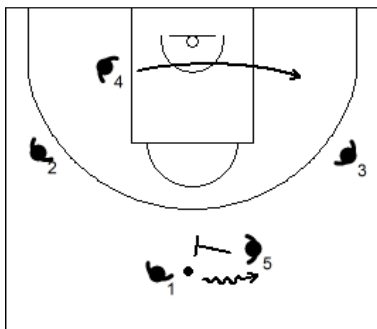
prenos  
blok za blokerja

**Opcija globina**



globina Pašalić, Bubnić

**PALEC**

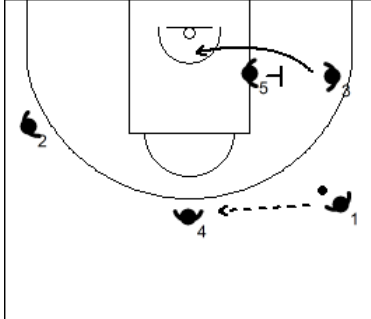


blokada na žogi 5 za 1  
tudi kot postavljen napad

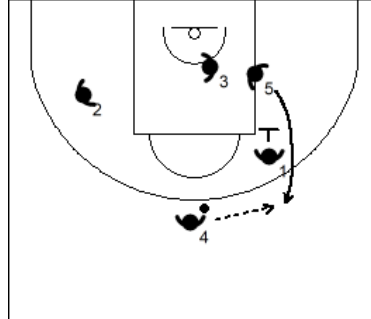


**Postavljeni napadi proti osebni obrambi**

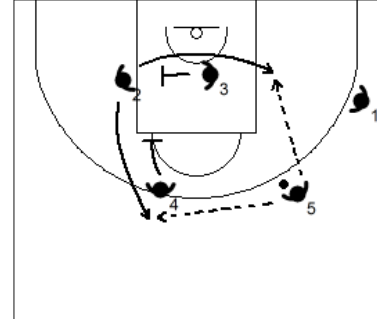
**1**



horizontalna blokada stran od žoge

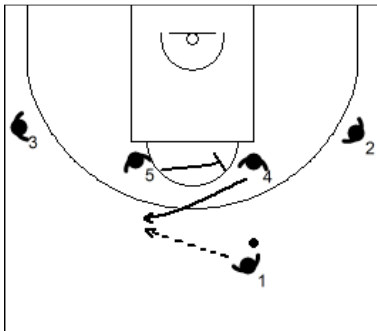


blok za blokerja  
met za 3 Pašalič, Besedič

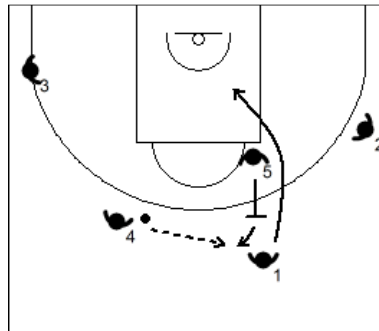


prenos  
blok za blokerja

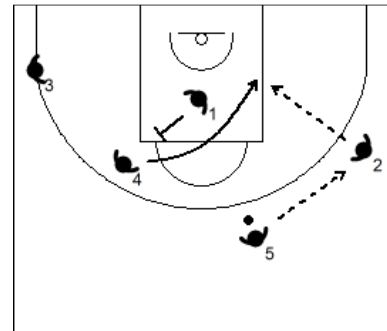
**1 DOL**



blokada centrov brez žoge

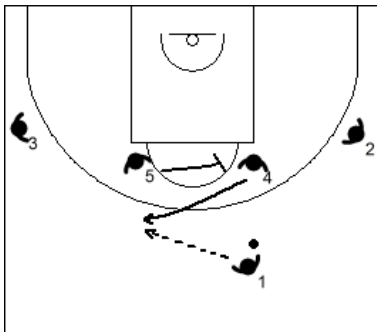


»ucla« vtekanje

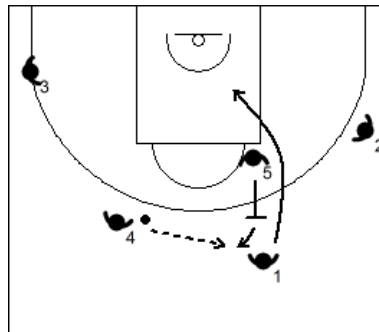


diagonalna hrbtna blokada  
globina Bubnić

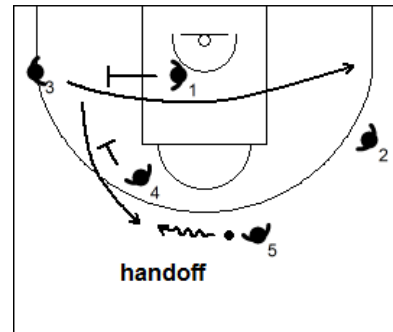
**1 UTRIPA**



blokada centrov brez žoge

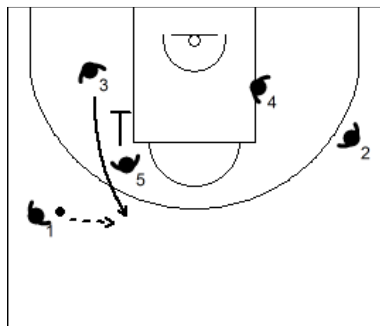


»ucla« vtekanje

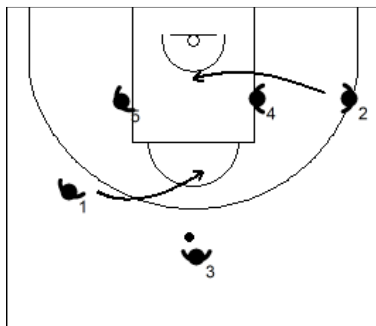


blok za blokerja

2

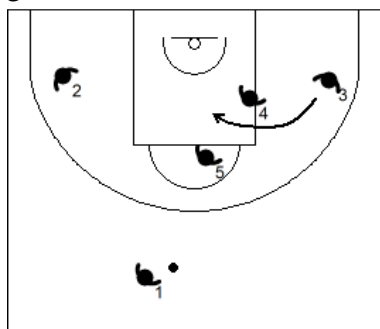


vertikalna blokada stran od žoge

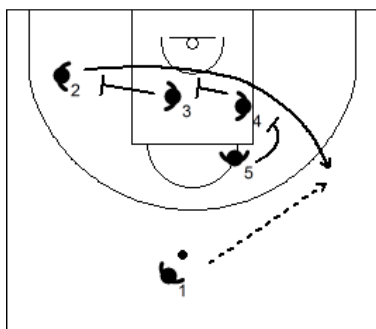


diamant ali zaporedne blokade  
Prepelič, Čebular

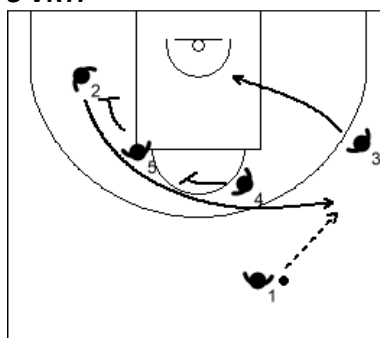
3



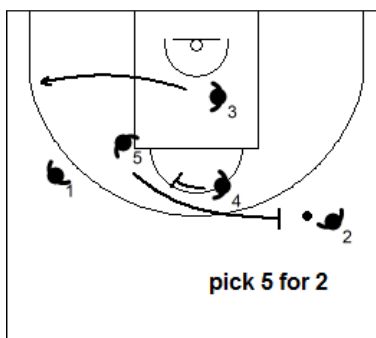
zaporedne blokade  
Prepelič, Čebular



3 VRTI

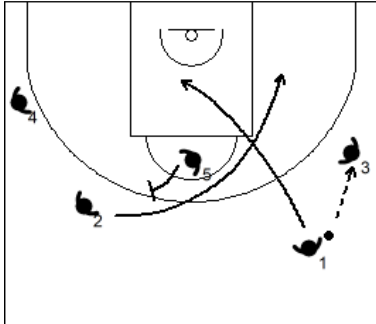


zaporedne blokade stran od žoge

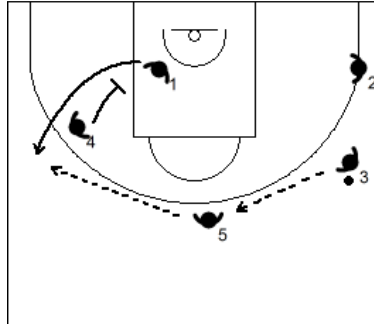


blokada centrov brez žoge  
blokada na žogi 5 za 2

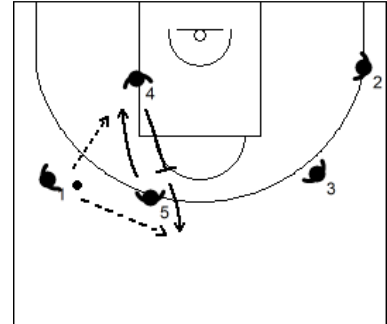
**4**



*blokada stran od žoge*

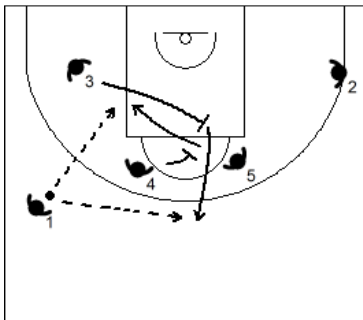


*prenos*

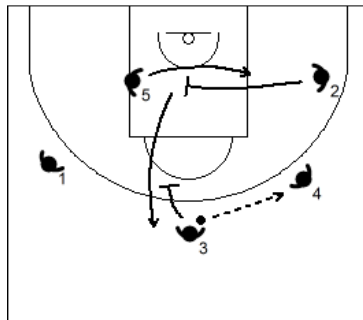


*blokada centrov brez žoge  
opcija blokada na žogi 5 za 1*

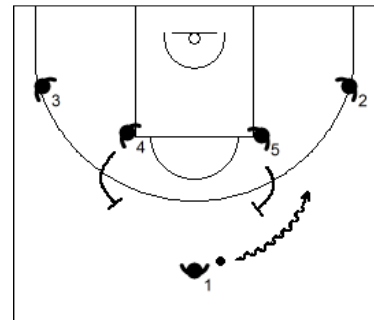
**5**



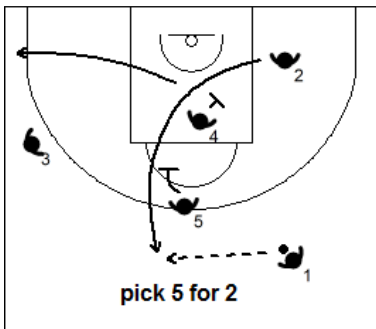
*blok za blokerja  
globina Pašalič*



*prenos  
blok za blokerja*

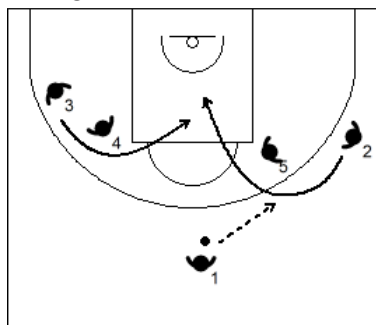


**5 VRTI**

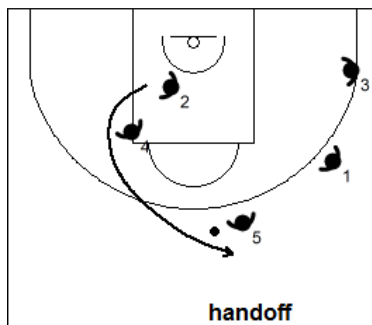


*zaporedne blokade  
blokada na žogi 5 za 2  
Prepelič*

**MAJICA**

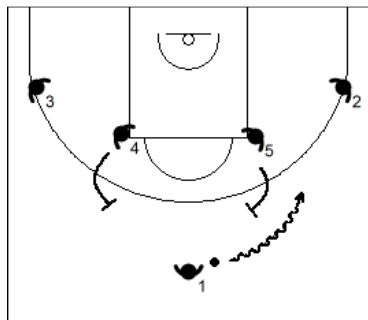


*dvojno vtekanje*

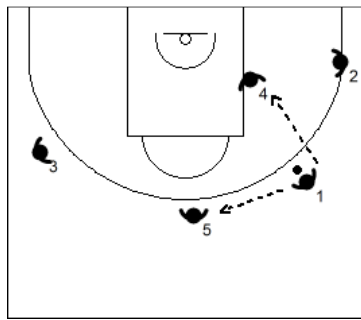


*blokada stran od žoge in vročanje  
Prepelič*

**ROGOVI**



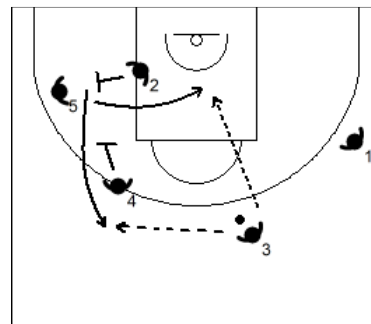
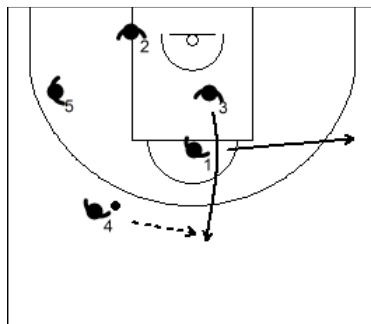
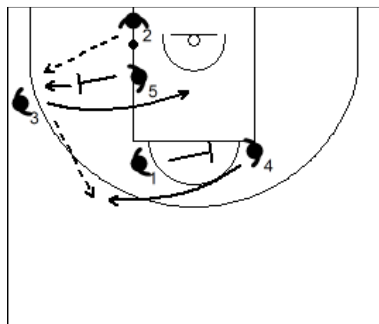
*blokada na žogi 5 za 1*



*5 odkrivanje, 4 vtekanje  
Pašalič met za 3*

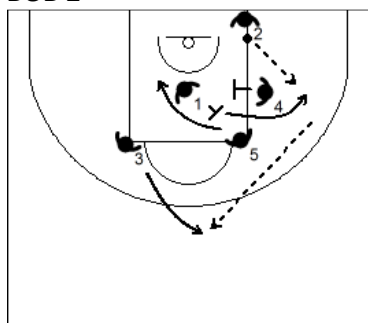
**Napadalne akcije vračanja žoge v igro izza čelne črte**

**BOB 1**

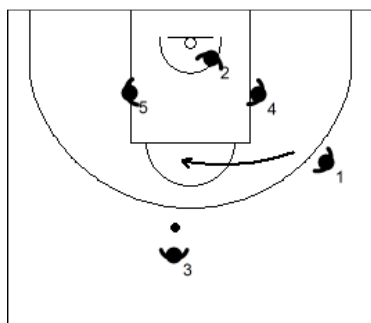


*blok za blokerja*

**BOB 2**

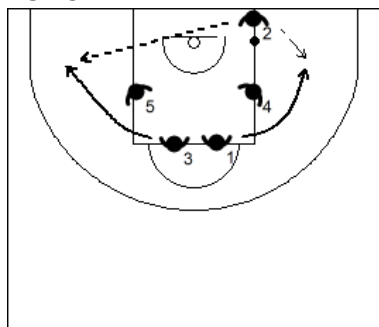


*podobno napadu 2*

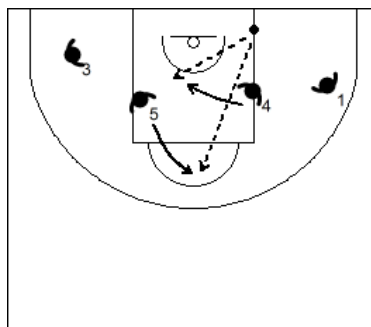


*diamant ali zaporedne blokade  
Prepelič, Čebular*

**BOB 3**

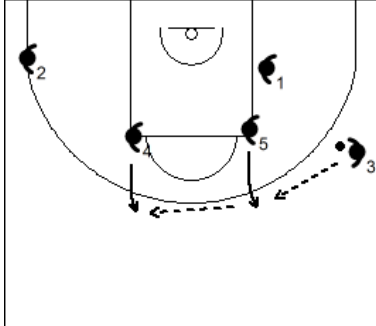


*v situacijah pritiska časa*

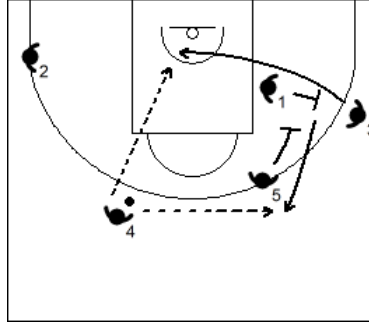


**Napadalne akcije vračanja žoge v igro izza stranske črte**

**SOB 1**

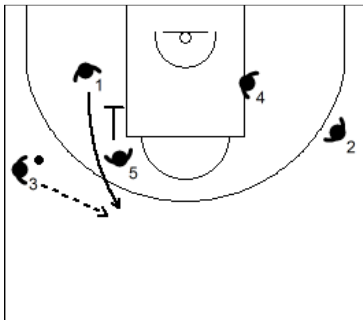


*prenos*

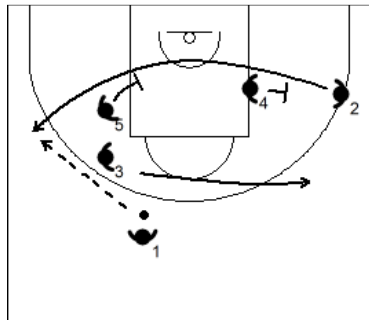


*blok za blokerja  
Petrovič vtekanje, Gay*

**SOB 2**

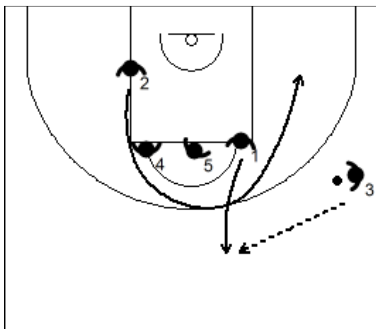


*podobno napadu 2*

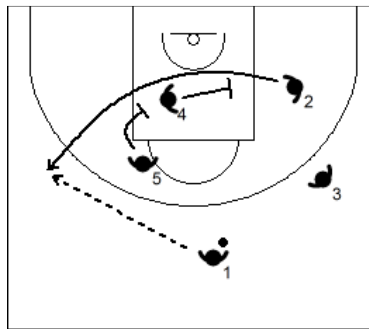


*diamant ali zaporedne blokade  
Prepelic, Čebular*

**SOB 3**



*ovijanje*



*zaporedne blokade  
(Prepelic)*

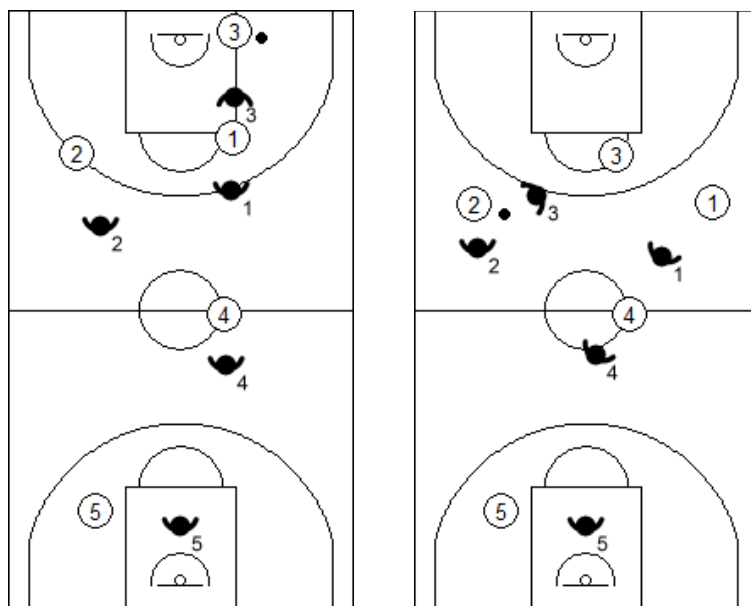
**Osebna obramba**

Pritisk na igralcu z žogo: veliko pomaganja in vračanja, tveganje meta za tri točke.

Branjenje blokad na žogi: usmerjanje igralca na žogi stran od blokade, pomoč in vračanje, vertikalno prevzemanje prodorov.

Prevzemanje: večino blokad na žogi z igralcem na poziciji 4, ozko branjenje »mismatcha« ena na ena.

Globina: ozko branjenje 1 na 1, globoka pomoč s prve podaje.

**Conski presing**

*po doseženem zadetku, po prostih metih*

Slika 9. Dokument o nasprotnikovem sistemu igre.

Slika 9 prikazuje primer dokumenta o nasprotnikovem sistemu igre.

## **4. Priprava na nasprotnika**

Priprava na nasprotnika se začne s sestankom tima trenerjev nekaj dni pred tekmo, na katerem glavni trener uskladi taktični načrt s svojimi pomočniki. Dogovorijo se tudi katere informacije in na kakšen način jih bodo posredovali igralcem skozi skupne sestanke, treninge ter individualne pogovore. Priprava na nasprotnika se zaključi z zadnjimi opravili neposredno pred tekmo.

Način priprave na nasprotnika je v vseh segmentih potrebno prilagoditi svoji ekipi, pri čemer moramo upoštevati omejitvene dejavnike.

### **4.1. Načrtovanje taktike**

Na podlagi vseh informacij o nasprotniku, ki jih imamo v danem trenutku, pripravimo taktični načrt, t.j. skupek pravil, ki govori o tem kako morajo igralci reagirati v določenih igralnih situacijah. V kolikšni meri glavni trener pri tem sodeluje s svojimi pomočniki je odvisno od njegovega načina vodenja.

Model udeležbe predstavlja pet nivojev sodelovanja pri odločanju: avtokratična odločitev vodje, avtokratična odločitev pri iskanju dodatnih informacij, posvetovanje s posamezniki, posvetovanje s skupino, skupinska odločitev. Na katerem nivoju je tim trenerjev sposoben sodelovati, je odvisno od njihove izobrazbe in izkušenj, od njihovih sposobnosti postavljanja visokih in hkrati dosegljivih ciljev ter od sposobnosti sprejemanja odgovornosti. (povzeto po Tušak, Misja, Vičič, 2003)

Znano je, da je potrebno za uspešno protitaktiko znati uporabiti svoje prednosti in uspešno prikriti svoje pomanjkljivosti ter obratno, uspešno napadati nasprotnikove slabosti in zmanjšati njegov udarni potencial. Torej je potrebno napadati nasprotnika po »šivih«, vse dokler se ta ne odloči za neko spremembo, zoper katero imamo vnaprej pripravljen taktični odgovor. (Jakše, 2008)

Rešitve v pripravi protitaktike vedno iščemo znotraj lastnega sistema igre, ki ga med procesom treninga razvijamo in ves čas prilagajamo trenutni kvaliteti ekipe in njenih



posameznikov. Od igralcev ne moremo zahtevati, da na tekmi izvajajo nekaj česar nismo trenirali. Med pripravo na nasprotnika imamo na voljo le nekaj treningov, s katerimi pa je nemogoče doseči avtomatizacijo novih tehničnih ter taktičnih elementov pri visoki intenzivnosti izvedbe v stresnih situacijah tekme. Redke izjeme lahko naredimo v ekipi, v kateri je večje število izkušenih igralcev, ki imajo ustrezna taktična znanja.

Tabela 1. Temeljna taktična znanja v napadu in obrambi. (povzeto po Filipovski, 2001)

Temeljna taktična znanja v napadu
<ul style="list-style-type: none"> <li>• princip širine, globine in ravnotežja</li> <li>• spremljanje prodorov po globini in širini</li> <li>• zaposlitev obrambe na strani pomoči</li> <li>• kaznovanje pritiska na igralcu z žogo in pritiska na linijah podaje</li> <li>• kaznovanje pomaganja drugih obrambnih igralcev</li> <li>• kaznovanje branjenja spredaj</li> <li>• kaznovanje prevzemanja v obrambi na žogi in na strani pomoči</li> <li>• kaznovanje različnih načinov branjenja blokad na žogi</li> <li>• kaznovanje rotacij v obrambi</li> <li>• kaznovanje podvajanja v obrambi</li> <li>• izkoriščanje trenutne številčne premoči v napadu</li> </ul>
Temeljna taktična znanja v obrambi
<ul style="list-style-type: none"> <li>• pritisk na igralcu z žogo</li> <li>• pravilni in pravočasni odskok proti žogi</li> <li>• pritisk na liniji podaje</li> <li>• razbijanje linij gibanj napadalcev pri odkrivanjih, vtekanjih, križanjih in blokadah</li> <li>• usmerjanje napadalcev</li> <li>• pomoč pri prodorih, odkrivanjih, vtekanjih, križanjih in blokadah</li> <li>• vračanje na svojega igralca</li> <li>• vertikalno in horizontalno prevzemanje pri prodorih, vtekanjih, križanjih in blokadah</li> <li>• različni načini branjenja križanja z vročanjem</li> <li>• različni načini branjenja blokad na žogi</li> <li>• rotacije</li> <li>• podvajanja</li> <li>• sodelovanje v situacijah trenutne številčne premoči napada</li> </ul>

V Tabeli 1 so navedena temeljna taktična znanja v napadu in obrambi. Kvaliteta ekipe in njenih posameznikov se kaže v tem, koliko elementov znajo v igri pravilno izvajati in pa seveda s kakšno intenzivnostjo.

Kvaliteta ekipe pa se kaže tudi v sposobnosti izpolnjevanja taktičnega načrta. V žargonu temu pravimo, da se igralci na parketu držijo dogovora iz garderobe. Vendar moramo biti pozorni na obseg informacij, ki jih bomo posredovali igralcem. Zavedati se moramo, da lahko igralci v kratkem času, ki ga imamo na voljo za pripravo, akumulirajo le določen obseg informacij. Prvo načelo, ki se ga držimo je, da mora tim trenerjev o nasprotniku vedeti vse, igralci pa le najpomembnejše stvari. Ker v taktičnem načrtu ne zajamemo celega nasprotnikovega sistema, se moramo ravnati po drugem načelu, ki pravi, da se v vsaki novi situaciji vedno držimo svojih pravil.

## **4.2. Skupni sestanki**

Cilj skupnih sestankov je igralcem v skladu z našim taktičnim načrtom predstaviti nasprotnike in njihov sistem igre, da bodo razumeli katere so njihove naloge in odgovornosti na tekmi.

Na prvem sestanku, igralcem predstavimo nasprotnika in našo strategijo. Nato predvajamo izvleček o posameznikih. Med ogledom posnetka podajamo igralcem navodila kako morajo proti posameznemu igralcu igrati v obrambi ter na kakšen način je pametno napadati. Cilj prvega sestanka je torej postaviti jasna pravila igre v obrambi, katerih se morajo igralci držati v vseh nepredvidljivih situacijah oziroma tistih, ki jih med pripravo zaradi različnih dejavnikov ne obdelamo. Pravila zapišemo na tablo, na katero po končanem sestanku obesimo tudi dokument o posameznikih.

Izvleček z nasprotnikovim sistemom igre si pogledamo na drugem in tretjem sestanku. Vsebina drugega sestanka so tranzicijski napadi ter postavljeni napadi proti osebni obrambi, vsebina tretjega sestanka pa so specialni napadi, napadi pri vračanju žoge v igro izza čelne in stranske črte ter napadi proti conskim in kombiniranim obrambam. Pri določenih napadalnih akcijah lahko uvedemo nova pravila, katerih namen je preprečiti uresničitev ideje, s katero želijo nasprotniki priti do neke prednosti oziroma točno določene situacije v igri.

Na tretjem sestanku igralcem razložimo tudi katere nasprotnikove principe v postavljeni in tranzicijski obrambi lahko pričakujemo na tekmi ter na kakšen način je pametno napadati.

### **4.3. Treningi**

Pripravi na nasprotnika do neke mere prilagodimo tako dopoldanske kot večerne treninge.

V praksi poznamo tri oblike treningov, ki se med seboj ločijo po ciljih, vsebini in organizaciji. Posamični in skupinski trening sta obliki treninga s katerima posameznik oziroma manjša skupina s podobnimi cilji ali pomanjkljivostmi osvaja in izpopolnjuje tehnično in posamično oziroma skupinsko taktično znanje, odpravlja napake ter razvija gibalne in funkcionalne sposobnosti. Ti obliki omogočata prilagajanje obremenitve posamezniku ter veliko frekvenco ponavljanja. S skupnim treningom, kjer je poudarek na razvijanju sodelovanja med igralci, osvajamo ter izpopolnjujemo skupinsko in skupno (moštveno) taktiko ter razvijamo taktične sposobnosti in psihosocialne lastnosti igralcev. Dobre lastnosti obeh oblik lahko združimo v mešani trening, ki ga lahko organiziramo zaporedno ali vzporedno. (povzeto po Dežman, 2005)

Med pripravo na nasprotnika, ne glede na obliko treninga, vsebino vedno vsaj delno prilagodimo taktičnemu načrtu. Z izbiro vaj želimo simulirati situacije v katerih se bodo igralci znašli na tekmi. V zaključnem delu treningov pa v počasni hitrosti (v hoji) demonstriramo izbrane igralne situacije (»walk through«).

## **5. Analiza tekme**

Po odigrani tekmi je čas za analizo. Prve vtise zberemo neposredno po končani tekmi. Nato sledita analiza statističnih podatkov ter video analiza posnetka tekme. Ker je dosežek na tekmi odvisen od več dejavnikov hkrati, je potrebno analizo opraviti z več vidikov.

Najprej moramo ugotoviti v kolikšni meri smo izpolnili taktični načrt. Pri tem smo pozorni tako na morebitna odstopanja od načrta kot tudi na intenzivnost izvajanja posameznih nalog, na časovno usklajenost gibanj in na komunikacijo med igralci. Hkrati opravimo analizo igre posameznih igralcev ter ugotovimo njihovo individualno odgovornost. Potem ocenimo taktični načrt in analiziramo vodenje tekme. Z analizami tekem lahko ugotavljamo tudi učinkovitost našega igralnega sistema. Zadnje opravilo je analiza z vidika priprave na vse naslednje medsebojne dvoboje v sezoni, ki hkrati predstavlja tudi prvo opravilo v novem krogu zbiranja informacij.

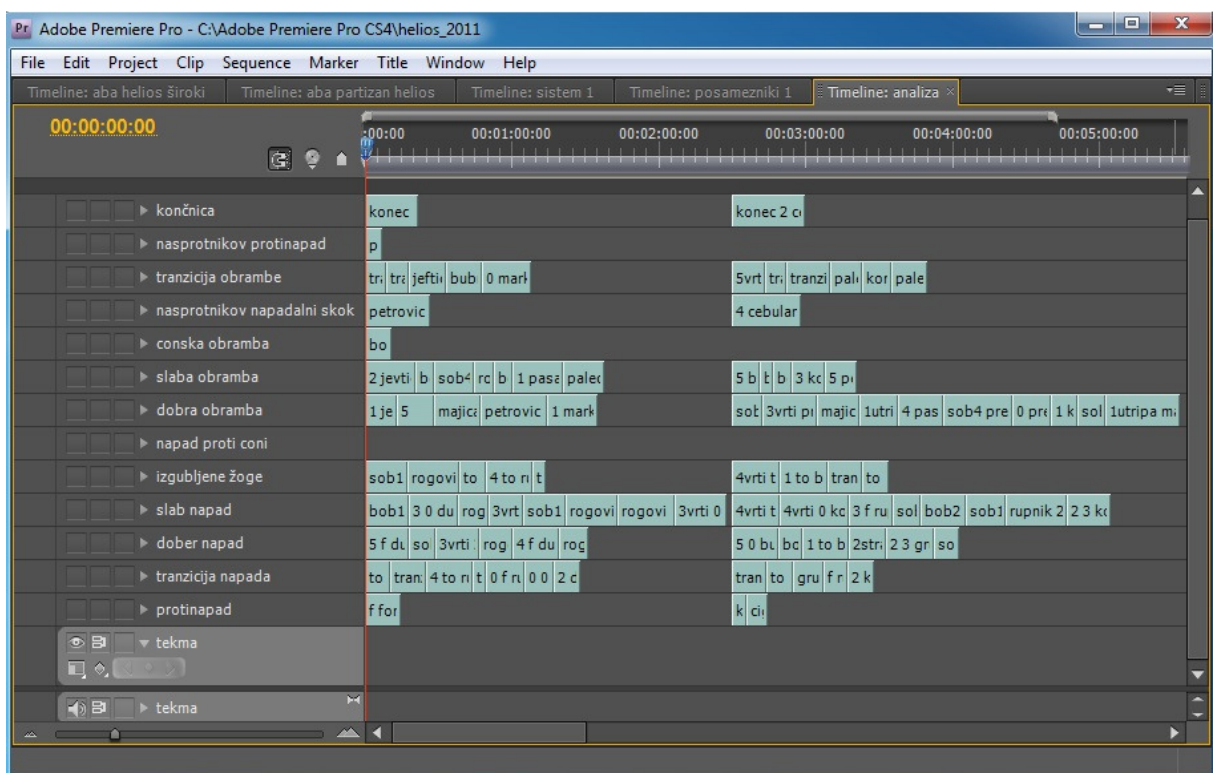
### **5.1. Analiza igre znotraj taktičnega načrta**

Preden lahko ocenimo taktični načrt, ki smo ga pripravili za določeno tekmo, je potrebno ugotoviti v kolikšni meri so ga igralci sploh izpolnili. V tej analizi se popolnoma posvetimo svoji igri in jo preučimo v vseh fazah. Razmišljanje, da je napad dober če smo dosegli koš in da ni če ga nismo, je napačno. Prav tako ni nujno, da je obramba slaba, če je nasprotnik dosegel koš in obratno ni nujno dobra tista obramba, pri kateri nasprotnik ni dosegel koša.

Ko analiziramo našo igro v obrambi, smo pozorni na to ali posamezniki igrajo obrambo v skladu s pravili našega taktičnega načrta, kakšna je intenzivnost izvajanja obrambnih nalog ter kako igralci med seboj komunicirajo. Pomemben segment obrambe sta tudi zapiranje napadalcev ob metu ter obrambni skok. Poleg tega nas zanimajo tudi obrambe reakcije v situacijah časovnega pritiska, V tranziciji obrambe pa razčlenimo kakšna je konverzija iz napada v obrambo, kako se igralci vračajo v obrambno polovico ter kakšen je prehod v postavljeno obrambo.

V fazi napada analiziramo postavitev igralcev, linije gibanj in časovna usklajenost gibanj. Zanima nas tudi kako učinkovito napadalci kaznujejo nasprotnikovo obrambo ter ali znajo pravilno oceniti kdaj je igralna situacija primerna za met, kdaj za prodor in kdaj za podajo. Pomembne so tudi reakcije igralcev v zaključku napadov, da skočijo za odbito žogo, oziroma da se pravilno postavijo v obrambo protinapada. V tranziciji napada razčlenimo protinapade, zgodnje napade, ter napade proti presing obrambam. Pozorni smo na to kakšna je konverzija iz obrambe v napad, kakšna je prva podaja, kakšno je odpiranje in polnjenje linij ter kakšni so zaključki oziroma prehodi v postavljen napad. Po prejetem košu je pomembno tudi kdo izvaja.

Ugotoviti želimo tudi na kakšen način smo v napadu izgubili žoge, kakšni so vzroki za to ter kakšne so posledice. Potrebno je namreč ločiti izgubljene žoge zaradi lastnih napak od tistih, ki so posledica učinkovite nasprotnikove obrambe. Prav tako ni vseeno ali se po izgubljeni žogi uspešno vrnemo v obrambo ali pa nasprotnik s protinapadom doseže koš. Igralci morajo tudi razviti občutek kdaj je situacija primerna za protinapad ter kdaj za zgodnji napad in kdaj je potrebno igro umiriti in kater postavljen napad pri tem izbrati.



Slika 9. Sekvenca z analizo odigrane tekme.

Na Sliki 9 v sekvenci vidimo rezultat analize tekme v prvih dveh četrtinah. Med rezanjem tekme izrezke preimenujemo po istem ključu kot v fazi preučevanja nasprotnika.

Izvleček posnetka za skupni sestanek pripravimo tako, da v vseh fazah igre prikažemo tako slabe kot tudi dobre izvedbe. Pri tem upoštevamo analizo posamične in ekipne statistike igre, hkrati pa se ravnamo tudi po svojem občutku za vodenje ekipe, saj imamo podobno kot pri pripravi izvlečka o posameznikih široke možnosti interpretacije.

## **5.2. Analiza vodenja tekme**

Vodenje na košarkarski tekmi sestavljajo naslednji elementi: priprava neposredno pred tekmo, delovanje v času prvega in drugega polčasa, standardna in posebna statistika igre, kontrola končnice tekme, minute odmora, menjave košarkarjev, taktika pritiska prve linije napada in obrambe, nadzor rezultata, situacije zadnjega meta, strategija na podlagi predhodno odigranih tekem, kontrola intenzivnosti igre in posredovanje v polčasu. (povzeto po Trninić, 1996)

Trener mora poleg vodenja tekme analizirati tudi taktični načrt, ki ga je pripravil ter sprejeti sklep o njegovi ustreznosti.

### **5.3. Analiza posameznikove igre**

Posameznikovo igro analiziramo predvsem z vidika nadzora košarkarjevih sposobnosti in lastnosti.

Izveček, ki ga posameznemu igralcu prikažemo na individualnem sestanku, pripravimo iz izrezkov nekaj zadnjih tekem. Pri tem smo vedno osredotočeni na ozko skupino ciljev, ki jim sledimo v nekem obdobju: odpraviti pomanjkljivosti in napake, ki jih posameznik v sistemu igre ponavlja; razviti občutek napadalca za oceno kdaj je igralna situacija primerna za met, kdaj za prodor in kdaj za podajo; razviti občutek napadalca kdaj je situacija primerna za protinapad ter kdaj za zgodnji napad in kdaj je potrebno igro umiriti, razviti občutek organizatorja za ritem igre; motivirati igralce.

### **5.4. Analiza sistema**

Cilj sistema, ki ga trener postavi v vseh fazah igre, je optimalno izkoriščanje potenciala tako posameznih igralcev kot celotne ekipe. Pri ugotavljanju učinkovitosti sistema, se ne moremo zanašati zgolj na lastne občutke ter na intuicijo. Potrebno je opraviti natančne analize in na podlagi več odigranih tekem ugotoviti, pri katerih elementih nismo dovolj učinkoviti.

	1. četrtina (21:17)					2. četrtina (11:17)					3. četrtina (21:18)					4. četrtina (14:14)					skupaj (73:66)									
	PTS	NUM	M	F	A	TO	PTS	NUM	M	F	A	TO	PTS	NUM	M	F	A	TO	PTS	NUM	M	F	A	TO	PTS	NUM	M	F	A	TO
protinapad		1		1																										
tranz napada	2	4	1			3	2	4	1	1	1	1	3	5	1	1	3		5	3	2		1		12	16	5	2	5	4
tranzicija	3	1	1					1				1													3	2	1	0	0	1
0													5	2	2					1			1		5	3	2	0	1	0
1								1				1													0	1	0	0	0	1
2							5	2	2				2	1	1					1			1		7	4	3	0	0	1
2 vstran								1				1													0	1	0	0	1	0
2 utripa													1				1								0	1	0	0	0	1
3		1			1			1		1															0	2	0	1	1	0
3 dol													2	1	1										2	1	1	0	0	0
3 vrsti	4	3	1	1	1														2			2		4	5	1	1	3	0	
4	2	2		1		1							2	1	1				2	1	1			6	4	2	1	0	1	
4 vrsti								2			1	1							2			1	1	0	4	0	0	2	2	
5		1		1				1			1								2	2	1	1		2	4	1	2	1	0	
rogovi		2			1	1							2	2		2								2	4	0	2	1	1	
rogovi dol		1			1																			0	1	0	0	1	0	
rogovi vstran	2	1	1																1			1		2	2	1	0	1	0	
rogovi vrsti		1			1																			0	1	0	0	1	0	
sam akcije	2	1	1				4	2	2				2	1	1				1			1		8	5	4	0	1	0	
bob 1		1		1				1			1								5	2	2			5	4	2	1	1	0	
bob 2								1		1														0	1	0	1	0	0	
sob 1	2	2	1		1		2	3	1		2													4	5	2	0	3	0	
sob 2																			1			1		0	1	0	1	0	0	
pest gor																								0	0	0	0	0	0	
pest dol																								0	0	0	0	0	0	
	17	22	6	5	6	5	17	22	8	3	3	4	18	14	7	3	3	1	14	17	6	2	7	2	66	75	27	13	23	12

Slika 10. Tabela produktivnosti sistema.

Na sliki 10 je prikazana Excelova tabela v katero med ogledom tekme beležimo podatke o kvantiteti in kvaliteti izvajanja posameznih elementov sistema. V prvem stolpcu so navedeni posamezni elementi našega sistema, nato pa sledijo štirje stolpci kamor v šest kategorij beležimo podatke po četrtinah: PTS – neposredno ali posredno s prostimi meti dosežene točke, NUM – število napadov, M – število uspešno zaključenih napadov, F – število napadov, ki so se končali z nasprotnikovo osebno napako, A – število neuspešno zaključenih napadov, TO – število napadov, ki so se končali z izgubljenjo žogo. Tabelo opremimo s formulami, tako da nam v zadnjem stolpcu računalniški program avtomatsko sešteva podatke za celo tekmo.

Ko imamo jasne podatke o tem kaj na tekmah igramo, kako pogosto to igramo ter kako uspešni smo pri tem, poskušamo s pomočjo video analize odgovoriti na vprašanje zakaj je temu tako. Na podlagi ugotovitev pretehtamo ali je smiselno sistem korigirati.



## 5.5. Analiza pred povratno tekmo

Tekmo analiziramo seveda tudi zato, da pridemo do informacij, ki bodo pomembne v pripravi na vse naslednje medsebojne dvoboje v sezoni. Na podlagi video analize v fazi preučevanja smo spoznali nasprotnikov sistem igre, v tej fazi pa je naš cilj čim bolj natančno definirati njihov taktični načrt, ki so ga pripravili za našo tekmo.

Pri analizi njihove igre v obrambi smo pozorni kakšen je pritisk na igralcu z žogo, kakšno je usmerjanje napadalcev, kako pomagajo in se vračajo, kako branijo blokade na žogi in križanja z vročanjem, kakšne so njihove rotacije, kdaj in katere situacije prevzemajo ter na kašen način iščejo izhode iz teh situacij («mismatch»), kako branijo globino ter v katerih situacijah podvajajo napadalce.

Nato razčlenimo še našo igro v obrambi, kjer nas zanima kje smo imeli največ težav oziroma na kašen način nas je nasprotnik kaznoval.

Ugotovitve kaj so bile na tekmi naše prednosti in kaj slabosti ter s čim smo imeli največ težav, zapišemo v poseben dokument.

## 6. Sklep

Priprava na nasprotnika lahko odločilno vpliva na izid tekme, zato trenerji tudi na tem področju ves čas iščejo nove možnosti in načine, s katerimi lahko dvignejo kvaliteto svoje ekipe.

Z razvojem tehnologije in z večjo dostopnostjo informacij, so se možnosti za preučevanje nasprotnikov močno povečale. Posledično trener razpolaga z množico informacij, ki jih mora urediti in združiti v dokumente v pisni obliki. V dokumentih združi podatke o sestavi ekipe, statistične kazalce, informacije o posameznikih in igralnem sistemu ter poročilo analize že odigranih medsebojnih tekem. Na podlagi vseh informacij o nasprotniku, ki jih ima v danem trenutku, pripravi taktični načrt, t.j. skupek pravil, ki govori o tem kako morajo igralci reagirati v določenih igralnih situacijah. Nato skozi skupne sestanke, treninge ter individualne pogovore posreduje te informacije igralcem z namenom, da bodo razumeli katere so njihove naloge in odgovornosti na tekmi. Po tekmi tudi analizira posamično in ekipno statistiko igre ter z različnih vidikov opravi video analizo.

Da bi bil trener pri teh opravilih učinkovit, se mora zavedati omejitvenih dejavnikov: sodelovanje tima trenerjev, je odvisno od njihove izobrazbe in izkušenj, od njihovih sposobnosti postavljanja visokih in hkrati dosegljivih ciljev ter od sposobnosti sprejemanja odgovornosti; dostopnost ustrezne tehnologije se lahko izboljša ob pravočasni in temeljiti analizi stanja; kvaliteta ekipe se spreminja s procesom treninga.

Vsak trener ima o tem, koliko pozornosti namenja pripravi na nasprotnika, svojo filozofijo. Ker smo s časom zelo omejeni, moramo med treningom svojega sistema in pripravo na nasprotnika najti pravo razmerje. V vsakem primeru pa na našo pripravo gotovo vpliva tudi pomembnost določene tekme. Vendar pa je potrebna previdnost, saj velika odstopanja od naše običajne rutine predstavljajo potencialno nevarnost za neuspešno pripravo na tekmo. Tako se lahko zgodi, da so igralci zaradi prevelike količine informacij pri izpolnjevanje nalog na tekmi neuspešni. Na drugi strani pa nas lahko ob pomanjkanju informacij nasprotnik preseneti nepripravljene.

## 7. Viri

- Bedrač, I., Čučkov, Z., Patković, N., Plazovnik, D., Purnat, I. (2011). *Avdio-video produkcija*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport Republike Slovenije.
- Dežman, B. (2005). *Osnove teorije treniranja v izbranih moštvenih športnih igrah*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Filipovski, S. (2001). Preučevanje nasprotnih moštev in priprava na njih. *Šport*, 49 (4), 20-25, pril.
- Jakše, B. (2008). Videoanaliza v vrhunski košarki z vidika priprave na nasprotnika. Modelna ponazoritev tehnologije, strukture in postopkov preučevanja nasprotnika na primeru KK Kijev v sezonah 2006/7 in 2007/8. *Šport*, 56 (2-4), 25-31.
- Tabak, Ž. (2010). Analiza nasprotnika. *Spomladanski mednarodni licenčni seminar košarkarskih trenerjev Kranjska Gora 2010* [DVD]. Ljubljana: Združenje košarkarskih trenerjev Slovenije.
- Tabak, Ž. (2010). Analiza svoje ekipe. *Spomladanski mednarodni licenčni seminar košarkarskih trenerjev Kranjska Gora 2010* [DVD]. Ljubljana: Združenje košarkarskih trenerjev Slovenije.
- Trninić, S. (1996). *Analiza i učenje košarkaške igre*. Pula: Vitka.
- Tušak, M., Misja, R. in Vičič, A. (2003). *Psihologija ekipnih športov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Ungar, T. (2011). *Izbira primerne programa za montažo video prispevka*. Diplomsko delo, Maribor: Višja strokovna šola Academia.