



Medzinárodný seminár Basketball Clinic Belgrade 2005

20. - 22 september 2005

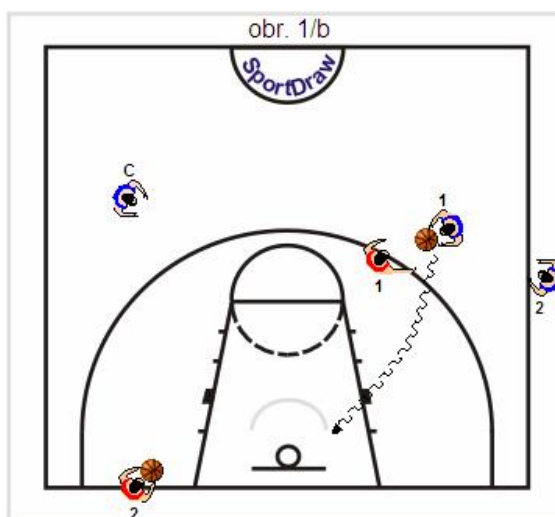
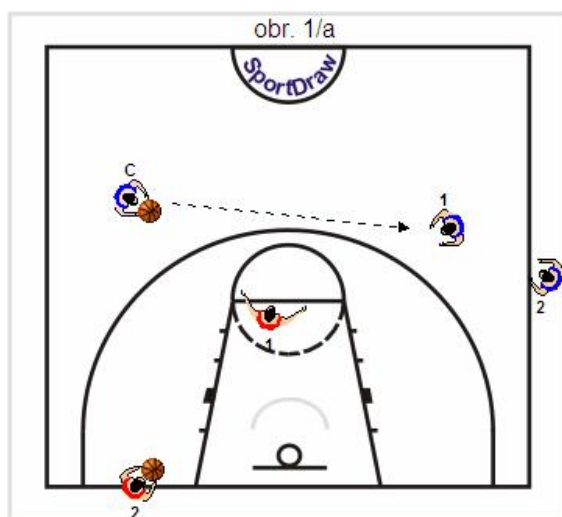
Spracoval: Bc. Ivan Kurilla

Ruben Magnano – Zone Defense 2-3

- na olympiáde využíval práve túto obranu ako taktický variant
- zónu pokladá za veľké riziko
- základ obrany – napadanie lopty, tlak na loptu
- vytlačanie hráča k čiare

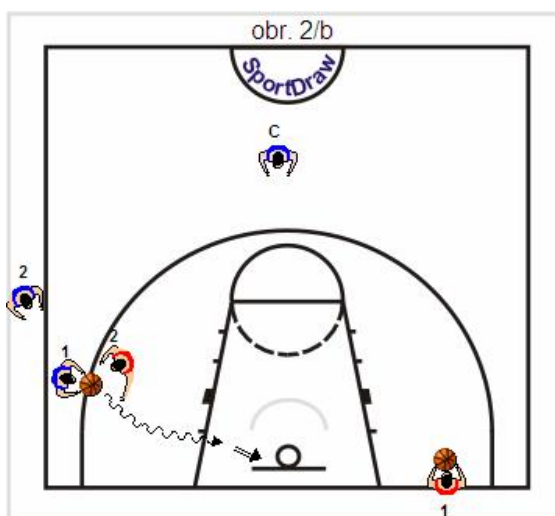
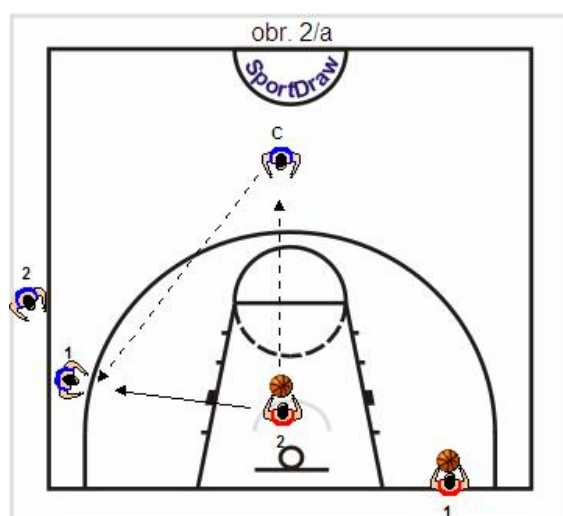
Nácvik zóny 2-3:

1. Hra 1:1 – začiatok nácviku hra 1:1. Základné rozostavenie podľa obr. 1/a. Tréner ma loptu a prihráva útočníkovi 1 obranca 1 ide brániť útočníka 1. Obranca vytlača loptu k čiare. Nie do stredy ihriska! Po zakončení sa pozície /offense and defense/ menia.



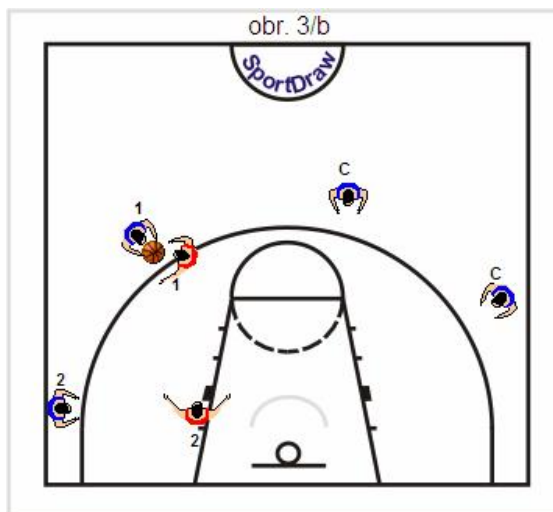
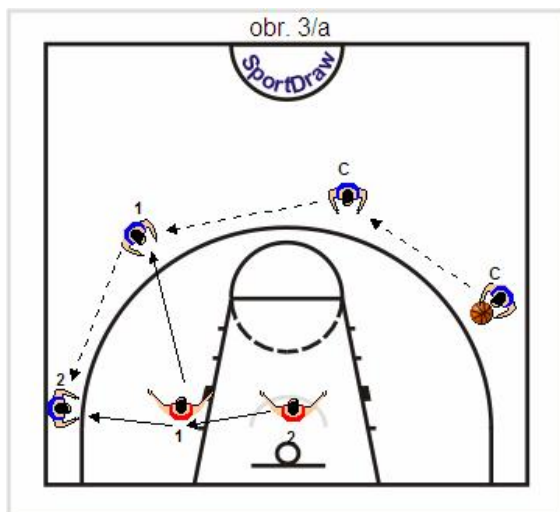
2. Hra 1:1 z postavenia krídla:

- to isté ako predošlé cvičenie len z postavenia krídla. Cvičenie začína prihrávkou od obrancu na trénera.



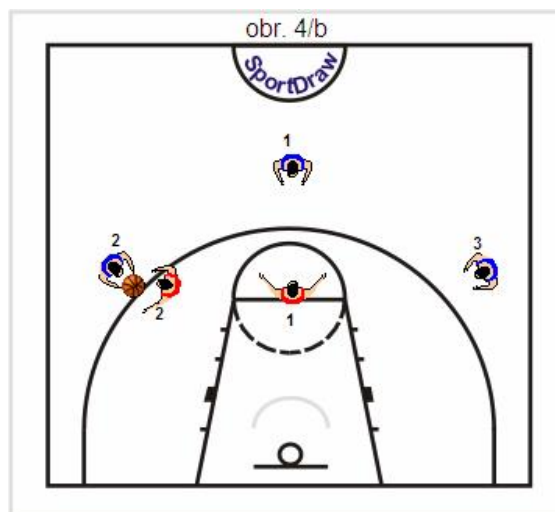
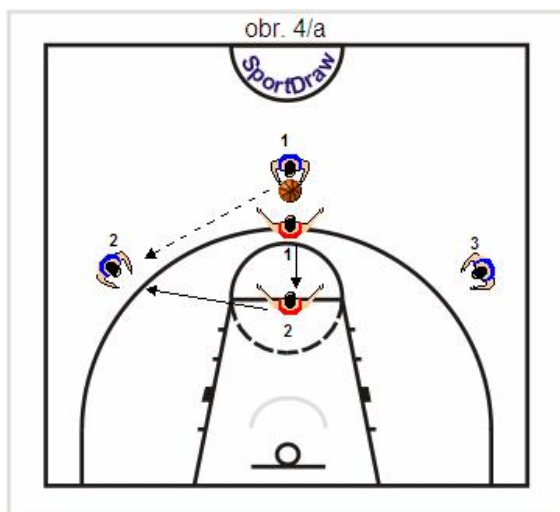
3. Obrana v dolnom postavení zóny:

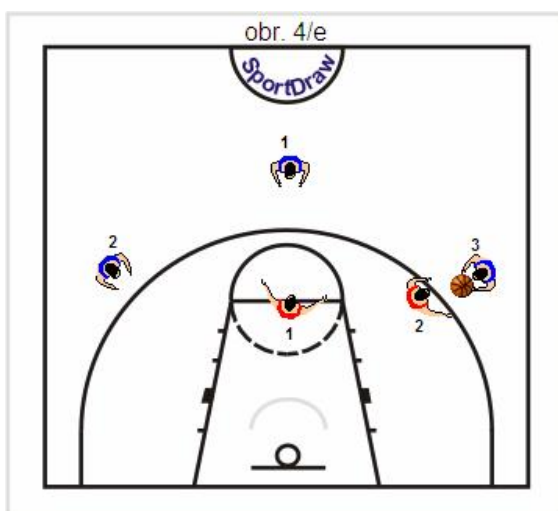
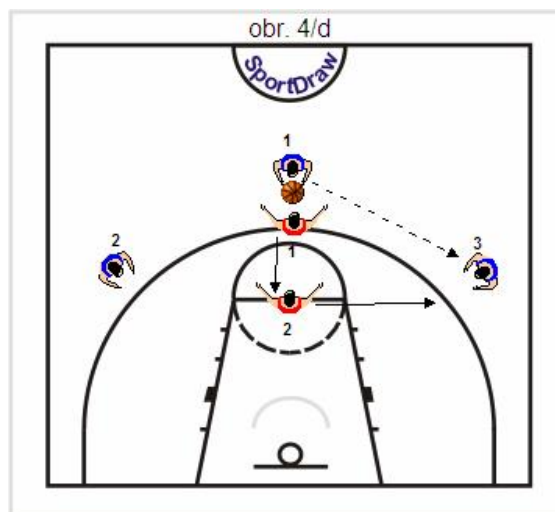
- obrancovia 1 a 2 rotujú podľa pozícií lopty v dolnom postavení zóny.



4. Obrana v hornom postavení zóny:

- obrana zóny v hornom postavení a následná rotácia hráčov. Obranca 1 bráni útočníka 1 po prihrávke na útočníka 2 vyráža brániť obranca 2. Obranca 1 zaujme postavenie v strede šestky. Lopty si prihrávajú útočníci po obvode a obrancovia rotujú v obrane podľa obrázkov.

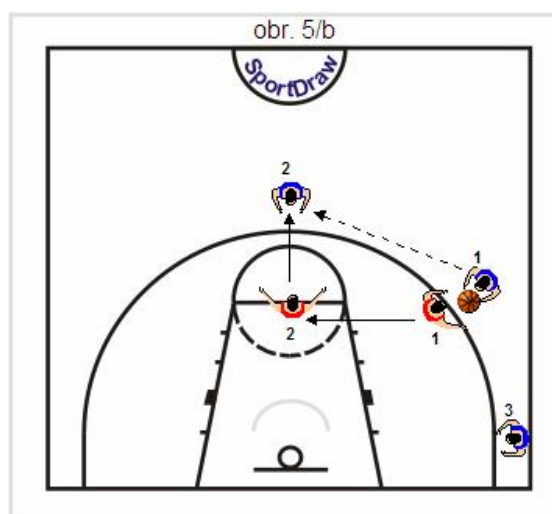
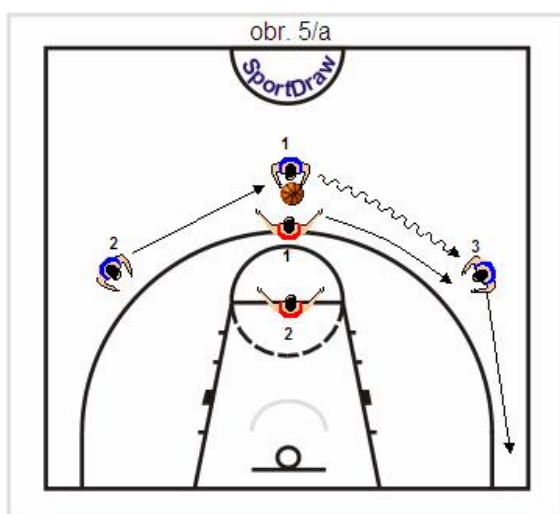


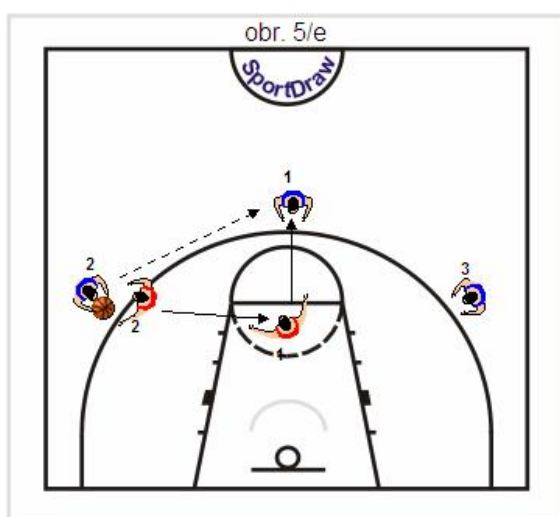
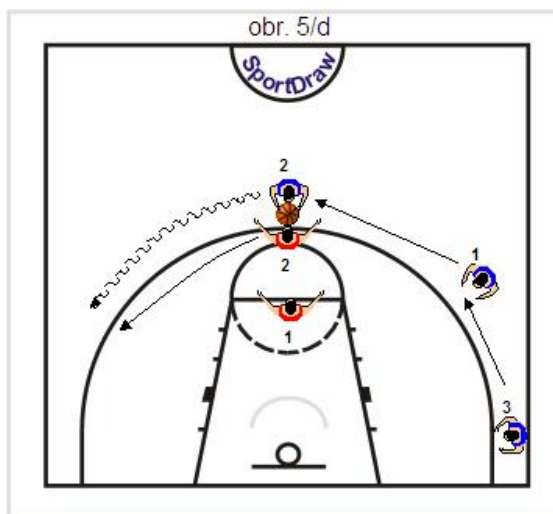
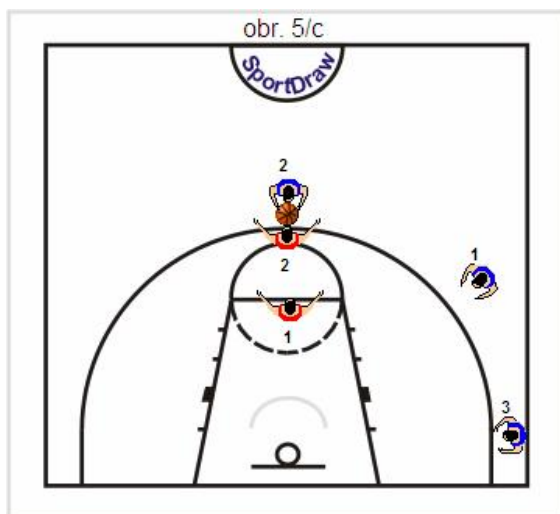


5. Obrana v hornom postavení zóny - dribling rozohrávača:

- obrana driblingu do zónovej obrany. Jednotlivé obranné fázy obrany sú rozkreslené.

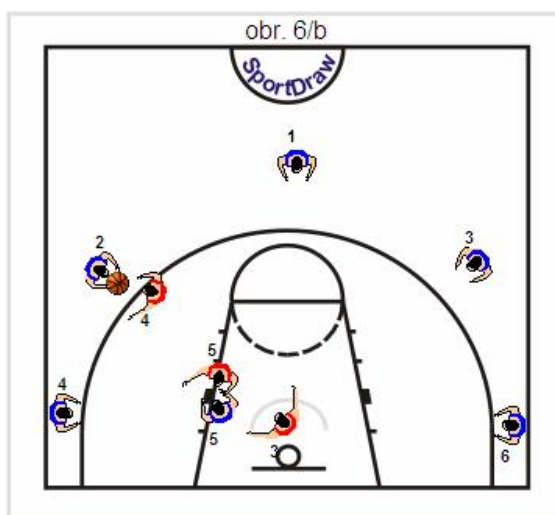
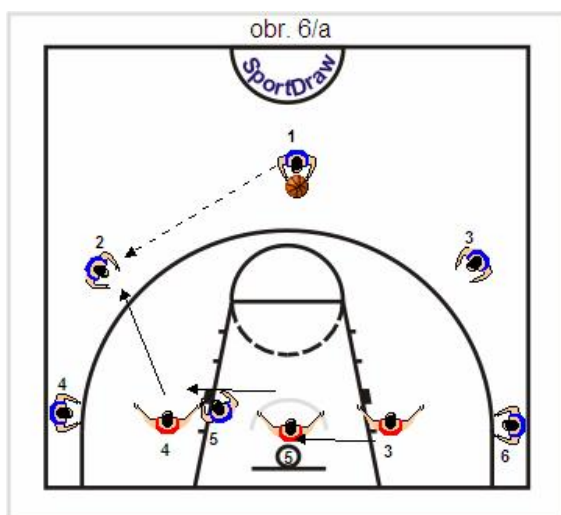
Obr. 5/a znázorňuje presun rozohrávača 1 na pozíciu krídla 3. Obranca 1 sa presúva v obrannom postojí s útočníkom 1. Útočník 2 sa presúva na post rozohrávača. Obr. 5/b po prihrávke od útočníka 1 na 2 obranca 2 ide brániť útočníka 2. Obranca 1 rotuje do postavenia, v ktorom bol na začiatku obranca 2. Toto postavenie vidíme na obrázku 5/c. Cvičenie pokračuje aj na druhú stranu ihriska podľa obrázkov 5/d, 5/e.

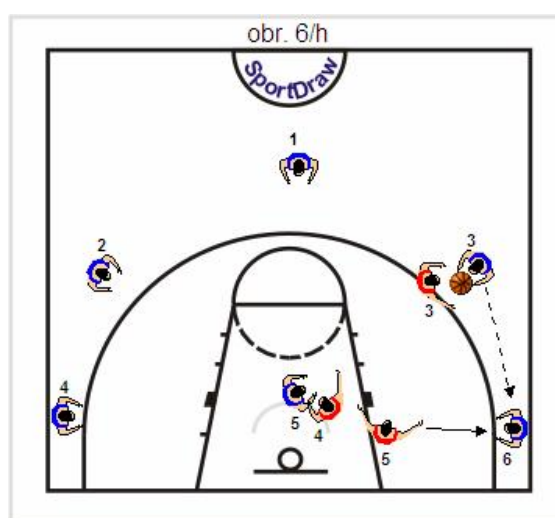
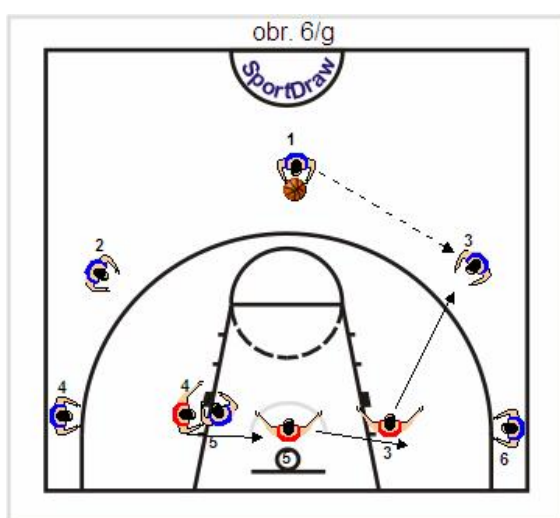
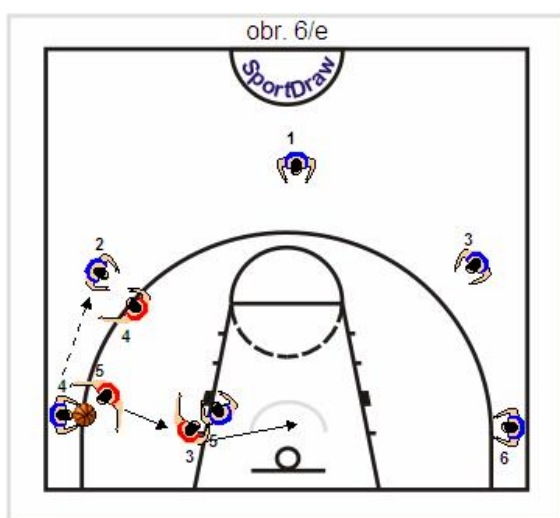
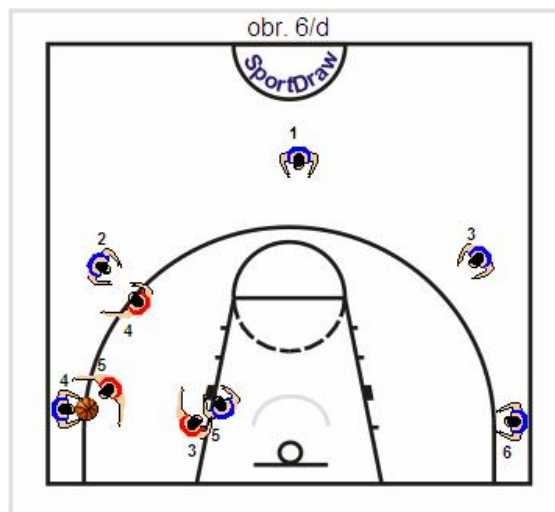
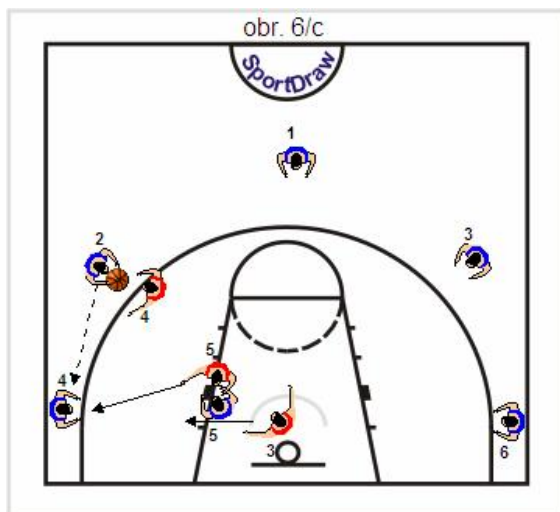


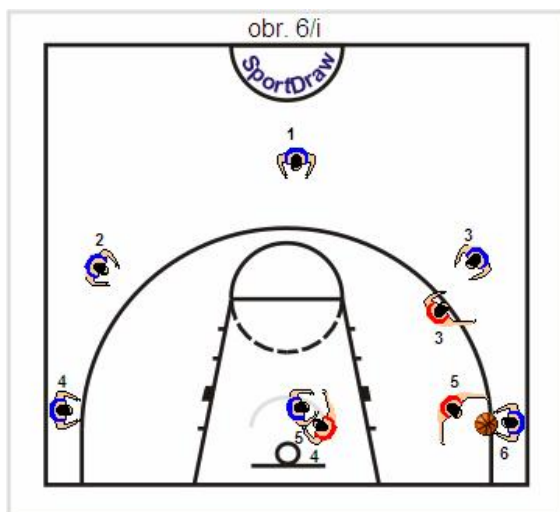


6. Nácvik v dolnom postavení zóny - 6:3

- 6 hráčov si prihráva loptu po obvodě ihriska 3 obrancovia v dolnom postavení zóny bránia. Na jednotlivých obr. je rozkreslené obranné postavenie jednotlivých obrancov podľa lopty.

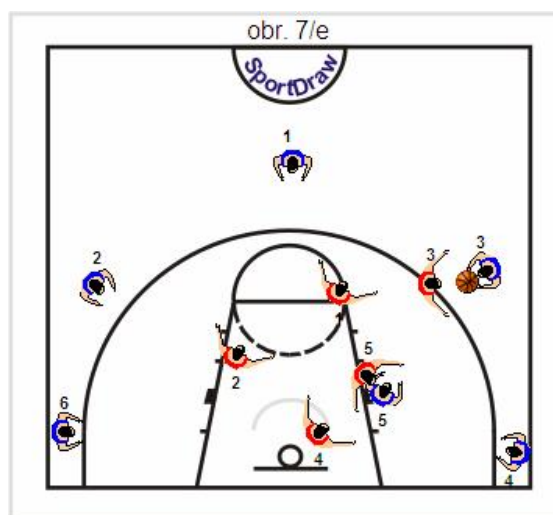
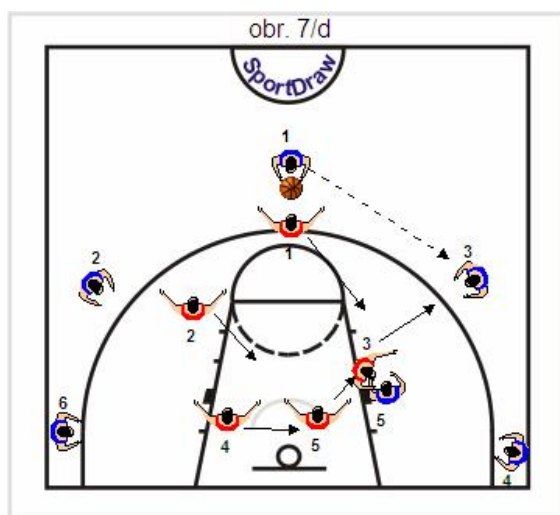
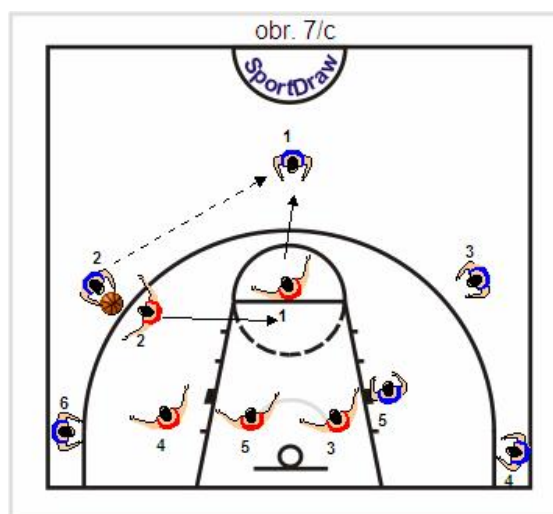
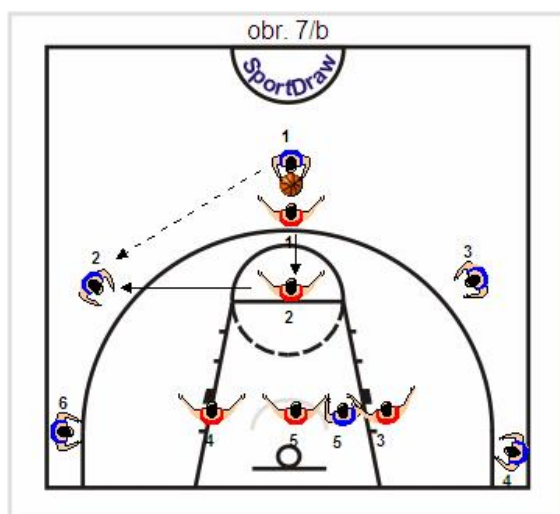
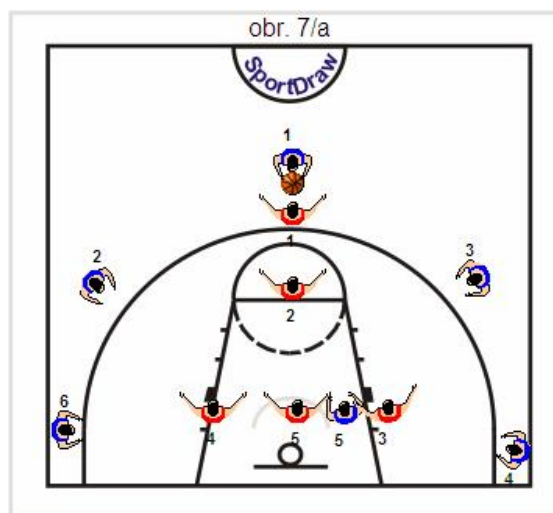


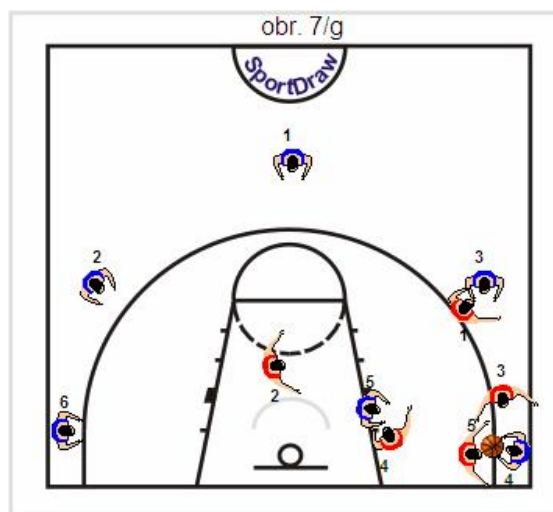
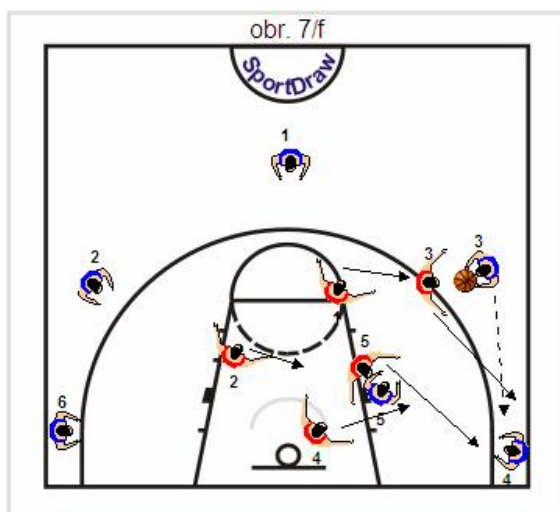




7. Nácvik zóny 6:5 zdvojovanie

- Na obr. je rozobratá obrana zóny 2-3 s následným zdvojovaním v rohu ihriska.

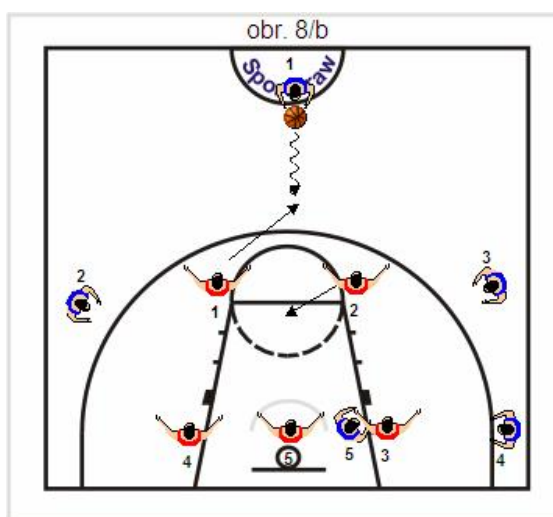
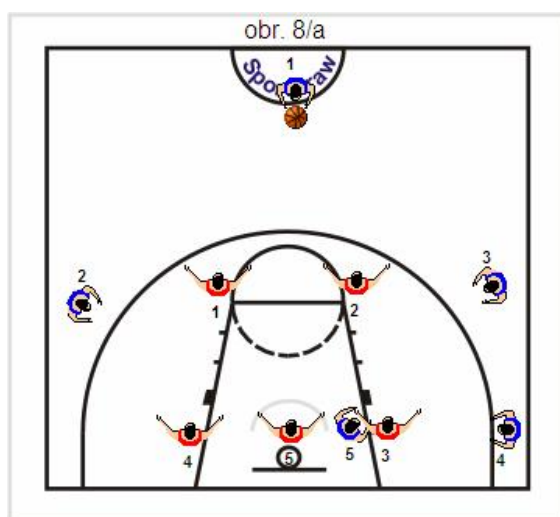


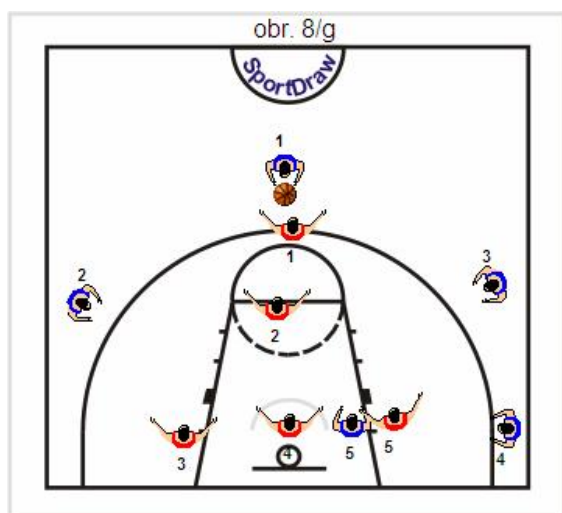
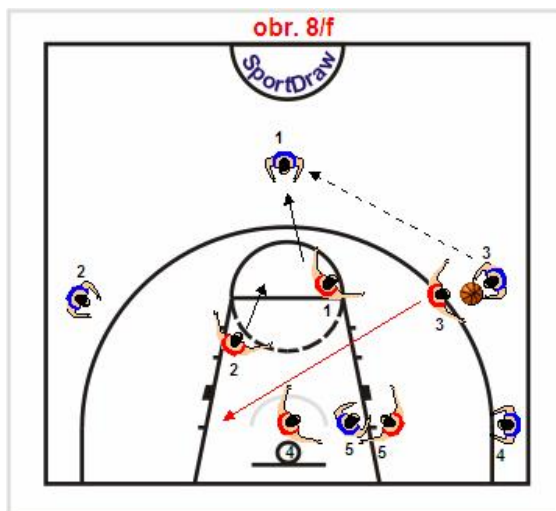
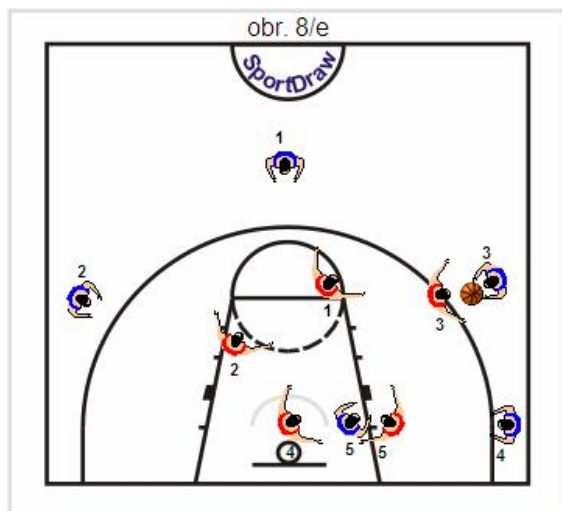
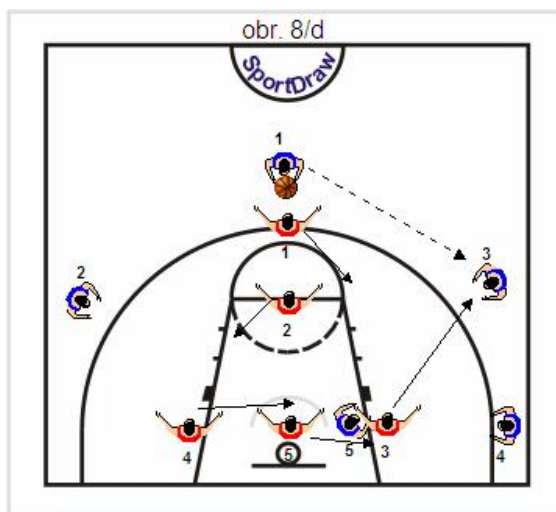
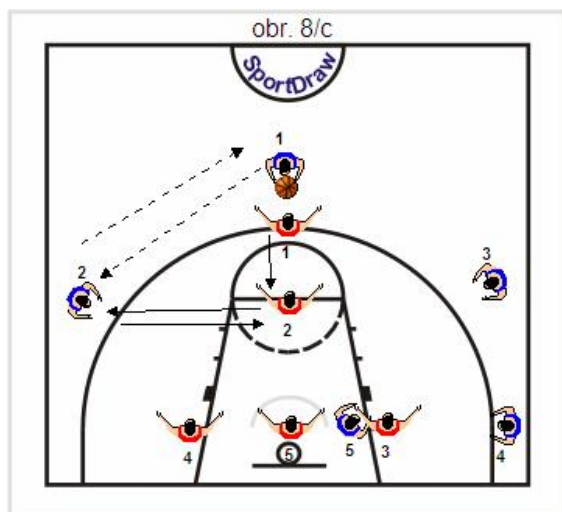


8. Meniaca sa zóna 2-3, 3-2

- dodržanie princípov obrany podľa predošlých nákresov. Obr. 8/a základné postavenie. Obr. 8/b dribling rozohrávača do stredy obrany. Obranca 1 zastavuje prienik. Obr. 8/c Útočník 1 prihráva na útočníka 2 následná rotácia obrany podľa kapitoly 4 *Obrana v hornom postavení zóny strana 2*. Obr. 8/d je ukážkou meniacej sa zónovej obrany. Obranca 3 z pravého dolného postavenia zóny vybieha brániť útočníka 3 na krídle.

Na **obr. 8/f** vidíme ako obranca 3 po prihrávke útočníka rotuje v obrane na dolnú ľavú časť zónovej obrany – toto je základná rotácia obrany !!!





9. Nákres jednotlivých pohybů obrany

- nákres znázorňuje pohyb obrany jednotlivých obránců. Základem je přesun obránců 3:

a./obrana křídla 3

b./ zdvojování po přihrávce na útočníka 4

c./ rotácia v obrane na opačnú časť zónovej obrany (znázornené aj na obrázku 8/f.)

