

Shrnutí poznatků ze soutěží FIBA mládeže v roce 2003

RD do 20 let muži roč. 84 a ženy roč. 82 a 84, RD juniorů a juniorek roč. 86, RD kadetek roč. 87, RD chlapců a dívek roč. 89

Jelikož se poznatky trenérů vzácně shodují (i s poznatky minulých let) předkládá je výbor SBT všem trenérům.

V čem byli naši soupeři před námi:

- 1/ atletická vyspělost – síla, rychlost, dynamika a z toho následně vyplývající aktivita a důraz ve všech činnostech – individuálně i týmově,
- 2/ agresivnější útočné doskakování, jednak větším počtem hráčů a jednak napadání soupeře, který doskočil míč (zabránění RPÚ v zárodku),
- 3/ týmovější obrana – odstoupení, výpomoc, sledování většího prostoru s následným řešením (včasnost a hlavně domluva),
- 4/ odvaha k individuální útočné činnosti, především střelba je daleko odváznější (jistě vyplývá z počtu odstřílených pokusů), až drzejší (jejich odvaha je zcela oprávněná dle dosahované úspěšnosti), týká se i větší úspěšnosti TH (oproti nám),
- 5/ krytí všech hráčů v obranném doskakování – u nás se spoléháme jen na dlouhé,
- 6/ přihrávka – nejen technika, ale také její včasnost (do RPÚ, zejména na podkošové), naši hráči a hráčky mají malý repertoár,
- 7/ okamžitý přechod do RPÚ – celého týmu (u nás často podkošovní otálejí s první přihrávkou nebo se zahájením driblinku),
- 8/ v kategoriích dívek 87/88, 89, částečně i 86 chybí vysoké hráčky nad 190 cm, chybí nejen umění (dovednosti) podkošových hráček ale hráčky jako takové (Chorvatsko, Turecko, Srbsko, Slovensko zde mají pro budoucnost náskok),
- 9/ naše hráčky se při důsledné obraně otáčejí zády ke koši (nemohou přihrát),
- 10/ soupeři jsou již v tomto věku vyhranější a jistější ve všech činnostech.

Speciální připomínky jednotlivých trenérů – i ty platí obecně!

Dr. František Rón (RD muži do 20 let roč. 84)

- důležité je časování – jdeme do akce pozdě (uvolnění bez míče a přihrávka),
- útok na zónu – potřeba využívat akcí, v nichž míč jde na hráče č. 5 v krátkém rohu,
- řešení clon – předskok, vytlačení, přebírání stejně vysokých, proklouzávání se již nepoužívá!
- clony bez míče – první snahou obrany musí být, aby se clona nepostavila, obránce jde do zamýšlené dráhy clonícího útočníka,
- clona bez míče po zadní čáře – obránce odcloněného hráče se vyváží na vnějším rameni a následně za clonou zrychlí pro výhodnější postavení,
- tvrdost obrany je v práci nohou – ne v tlučení rukama (rozdílné chápání v domácích soutěžích).

Ing. Marian Svoboda (RD ženy do 20 let roč. 82)

- důraz na intenzivní snahu získat míč v situaci 1 na 1,
- nepřihrávat z natažených paží dvěma rukama nad hlavou,
- větší boj o míč, snaha získat tak zvané nerozhodné míče,
- řada týmu hrála zónovou obranu (v 60% USA),
- změna rytmu hry.

Mgr. Petr Reich (RD junioři roč. 86)

- chyběla nám touha bojovat – vyhrát, i když je zdánlivě ztracená šance (vzdát se, když se nedaří???)
- doskakování je naší slabinou,
- nízké % střelby z pole – ČR 40%, ostatní 60%,
- neúčast domácích trenérů mládeže na podobné akci konané doma je zarážející.

Ing. Jiří Růžička (RD ženy do 20 let roč. 84)

- překvapením byly juniorky Turecka – ve všech činnostech, vynikající střelba za tři body u řady hráček (totéž u ročníku 86 na kvalifikaci v Srbsku a Černé hoře),
- naše zbraň RPÚ, ale pozor, většinou s malým zapojením většího počtu hráček,
- nedostatečný repertoár přihrávek,
- malá síla paží,
- neochota hráček hrát bez míče, navíc strach z kontaktu (zase síla) při clonách,
- chybí důraznější křídla.

ZÁSADNÍ POŽADAVKY na obsah tréninků, které z uvedeného vyplývají:

- kondice a síla – i v průběhu sezony provádět speciální kondiční trénink (síla),
- přihrávky,
- uvolnění bez míče,
- každou činnost – individuální i kombinace provádět daleko ve větším tempu – rychleji i za cenu, že to někdy bolí,
- hráče učit hrát na všech pozicích, neomezovat jejich rozvoj nácvikem systémů v mladém věku – **VELMI DULEŽITÉ!**
- hledat častou herní příležitost (nesedět, ale hrát, možnost startu mládeže mezi dospělými), obecně ve vyšší věkové kategorii (omezit teorii, že si hráč musí odsedět minuty mezi lepším týmem – musí si je odehrát),
- pozornost nácviku doskakování (jít za míčem, odstavení soupeře),
- nepřehlížet základní detaily HČJ – technické, pohybové, taktické,
- samostatné střelecké tréninky – trojky stejně jako TH nebo střelbu z výskoku.

Případné detailní dotazy zodpoví koordinátoři reprezentačních družstev výboru SBT:

RD mužů: Ing. Vladimír Heger (mobil: 603 734 502)

RD žen: MVDr. Miroslav Vondříčka (mobil: 603 743 745, e-mail: miroslav.vondricka@quick.cz)