

Útočný systém 2 - 1 - 2 proti osobní obraně

Miroslav Reháček - část vystoupení na celostátním semináři trenérů 28. 7. 2001 v Brně

Není sporu o tom, že útočný systém, respektive základní rozestavení hráčů v postupném útoku 3 - 2, tj. tři hráči na periférii (dvě křídla a střední rozehrávač) a dva podkošovní hráči je neefektivnější. Nejlepším důkazem toho je skutečnost, že tento "evropský" systém (hrála ho převážná většina "východního" bloku) uplatňují dnes i družstva v NBA.

V protikladu k této realitě praxe ukazuje, že pro kategorie minižactva a žactva je vhodné začít se systémem 2 - 1 - 2. V tomto systému, díky rotaci útočníků (zaplňování uvolněných postů, tj. nabíhání na místa, které uvolnil zbíhající spoluhráč), splňujeme požadavek univerzálnosti. Pod košem tak "obětujeme" jen jednoho hráče, ale i ten se mění s křídlem (obr. 3). Tato skutečnost je v ranním věku basketbalisty mimořádně důležitá, neboť z mnoha metod predikce tělesné výšky mladých basketbalistů, žádná není zcela spolehlivá. Snaha o univerzálnost v začátcích přinese ovoce v seniorském věku.

V útočném systému 2 - 1 - 2, který považujeme za nejvhodnější pro začátečníky, použijeme ty nejjednodušší útočné kombinace. Důraz především klademe na první část nácviku jednotlivých kroků (obr. 1-3), při nichž učíme správný přesun, tzv. zaplňování uvolněného prostoru, dodržování vyváženého postavení a tím rovnoměrného pokrytí prostoru na útočné polovině hřiště.

Jednotlivé kombinace, respektive části systému na sebe navazují. Úvodní kombinací je hod' a běh po přihrávce rozehrávače křídla (vpravo nebo vlevo). V našem případě rozehrávač 1 přihrává křídlu 3 a zběhne pod koš (obr. 1). Když není sbíhající hráč volný a křídlo mu nemůže (anebo nedokáže přihrát) dochází k přesunu hráčů s cílem zaplnit uvolněné místo (obr. 2). Pro soupeře je více překvapivé, když po přihrávce rozehrávače 1 křídlo 3 zběhne pod koš post 5 a ne rozehrávač (obr. 3). Když post není volný a nedá se mu přihrát, pokračuje v pohybu, jde směrem od míče a přesune se do opačného, slabostranného rohu. Na jeho původní místo naběhne z rohu křídlo 4. (Hráči 4 a 5 si tedy vzájemně vymění místo.) Přesun hráčů se děje současně tak, aby měl hráč s míčem 3 možnost přihrát oběma výše uvedeným hráčům podle toho kdo je v lepší pozici.

Další jednoduchou kombinací, kterou do tohoto systému zařadíme, je boční clona. Rozehrávač 1 po přihrávce křídlu 3 odběhne na opačnou stranu uvolnit spoluhráče 2 pro přihrávku a případnou střelbu (obr. 4).

Spojení této clony a současného zběhnutí vysokého hráče 5 směrem pod koš a naběhnutí křídla 4 na čáru trestného hodů, představuje v systému 2 - 1 - 2 jednoduchý "signál" (obr. 5).

Na obr. 6 je znázorněn další, také velmi jednoduchý signál našemu systému 2 - 1 - 2, křížení kolem posta a následné clony pro křídla v rozích hřiště (obr. 7). Hráči na periférii si tak znovu vymění místa. Rozehrávači budou v rozích a křídla na rozehrávce.

Když soupeř časem zjistí, že většina vašich akcí začíná přihrávkou na křídlo a rohu a začne křídla

agresivně bránit, musíte změnit základní rozestavení křídel - budou začínat z míst, kde hrají pivoti (obr. 8)!

Na obr. 9 křídlo 3 prudce vybíhá z původního postavení od postranní čáry území 3 vteřin směrem do rohu. Když se uvolní a dostane přihrávku, provede únik po koncové čáře, hraje 1 x 1. Když je křídlo bráněné tak agresivně, že míč dostat nemůže, snaží se zběhnout (back door) (obr. 10).

Poslední kombinací z hlediska obtížnosti a potřebnosti, kterou uplatňujeme v tomto jednoduchém systému, je zadní clona. V systému 2 - 1 - 2 je nejvhodnější, když ji hraje rozehrávač s křídlem (obr. 11).

Poznámka: První část systému (obr. 1 - 3) je možno použít i proti zónové obraně.

Nácvik úvodní kombinace (prvního kroku) výše uvedeného systému je znázorněn na obr. 12. Hráči s míčem jsou v postavení levého rozehrávače (na předchozích obrázcích jako č. 2). Po přihrávce levému křídlu prudce zbíhají pod koš, kam dostanou zpětnou přihrávku. Únik zakončí boční střelbou přes hlavu levou rukou po odrazu snožmo, vystřelený míč doskočí a s míčem se zařadí (driblují) zpátky na konec zástupu. Každý hráč je jednou v roli křídla a přihrává všem rozehrávačům (jejich počet zaleží na počtu trénujících hráčů). Potom se sám zařadí jako rozehrávač a funkci křídla plní další hráč, který byl v zástupu rozehrávačů.

Výměna míst (rotace) mezi pivotem, který hraje na čáře TH jako post a křídlem, je na obr. 13. Hráči s míčem jsou na místě pravého rozehrávače. Po přihrávce na křídlo do pravého rohu zbíhá post pod koš, kam by mohl dostat přihrávku. Současně vybíhá opačné, levé křídlo na čáru TH (obsazuje postem uvolněné místo) kam dostane přihrávku a střílí. Post, který zbíhá pod koš, doskakuje. Levé křídlo, které střílí, jde do pravého rohu a stane se přihrávajícím křídlem. Rozehrávač jde na místo posta. Pravé křídlo se zařadí na konec zástupu rozehrávačů. Míč mu přihrává post, který po doskočení míče dribluje do levého rohu, do zástupu křídel, odkud bude nabíhat na čáru TH.

Nácvik boční clony dvojice rozehrávačů je na obr. 14. Pravý rozehrávač po přihrávce pravému křídlu běží doleva, tam naznačí zaclonění obránce levého rozehrávače. Ten po "cloně" prudce vybíhá na místo pravého rozehrávače, dostane přihrávku od křídla a střílí. Hráč, který vystřelil, jde doskakovat, míč přihrává na křídlo a běží do pravého rohu, kde bude ve funkci křídla. Křídlo, které převzalo od doskakujícího střelce míč, se přesune driblinkem na konec zástupu, kde jsou praví rozehrávači. Hráč, který clonil, se zařadí na konec zástupu levých rozehrávačů.

Boční clonu a současný zběh posta nacvičujeme podle obr. 15. Hráči jsou rozděleni do tří zástupů. Vedle dvou zástupů rozehrávačů je ve středu mezi nimi i zástup hráčů, kteří jsou ve funkci postů. Pravý rozehrávač po přihrávce na křídlo jde odclonit levého rozehrávače. V okamžiku, kdy si clonou uvolněný levý rozehrávač nabíhá pro přihrávku od křídla, zbíhá pod koš post. Křídlo (podle pokynů trenéra) přihrává střídavě clonou uvolněnému rozehrávači a nebo postovi. Post po zběhnutí pod koš se zařadí na konec zástupu levých rozehrávačů. Pravý rozehrávač, který clonil, přejde do zástupu postů (ve středu) a levý rozehrávač po útočném doskočení přihrává míč křídlu a sám jde hrát křídlo do pravého rohu. Křídlo, které převzalo míč, dribluje na konec zástupu pravých rozehrávačů.

Nácvik křížení je znázorněn na obr. 16. Po přihrávce levého rozehrávače na posta oba rozehrávači

nabíhají okolo postu a kříží se. Hráči se lodříznou! okolo postu těsně za sebou. První běží vždy ten, který postovi přihrál. Post potom přihraje jednomu z křížících se rozehrávačů podle pokynů trenéra (např. vždy vlevo, aby zbíhající hráč střílel levou rukou apod.). Post se po přihrávce zařadí na konec zástupů pravých rozehrávačů. Pravý rozehrávač, který střílel, doskakuje, vezme míč a driblinkem přejde na konec zástupu levých rozehrávačů. Levý rozehrávač se zařadí do středního zástupu postů.

