

= VASTURÜNNAK =

G. Primo

Järgnevalt tuleb juttu ühest kõige aktuaalsemast teemast, nimelt vasturünnakust.

Vasturünnaku kui taktikalise süsteemi mitmekesisus muudab iga korvpallimeeskonna mängu tunduvalt haaravamaks, köites mängijad ja pealtvaatajaid. Sellise mängu valdamiseks on aga vaja tehnilist baasi. See puudutab just individuaalset tehnilist ettevalmistust. Mida rohkem on mängijad võimelised sooritama individuaalseid tehnilisi võtteid, seda enam on meeskonnal võimalik edukalt läbi viia vasturünnakut.

Enne kui asuda vasturünnaku teemat käsitlema, tahaksin märkida, et kogu mängusüsteemi põhialuseks peab olema kollektiivi iga üksikliikme individuaalne ettevalmistus, selleta kaotab kogu treeneri töö mõtte.

Koos teiste küsimustega on korvpallis väga oluline analüüsida psühholoogilist osa ja mõistetavalt ka treeningumetodeid.

Minu seisukoht vasturünnaku läbiviimiseks on väga lihtne: iga kord, kui meie meeskond saab palli enda valdusse, tuleb võimalikult kiiresti ette liikuda, et saada arvuline ülekaal ja sooritada pealevise enne kui vastane jõuab kaitseesse tõmbuda. Selle eesmärgi saavutamiseks on hädavajalik arendada spetsiaalset mõtlemist, mis omakorda nõuab vasturünnakuks tarvisminevate kohamuutmiste harjutamist.

Minu arvates on vasturünnaku läbiviimisel väga oluline selle algfaas: blokeerida pääs korvi alla ning saada tagalauast pall enda valdusse. Sellest lähtudes on selge, et peamine on omandada kaitsevõtteid, mille abil saab organiseerida blokeerimist. Kohe kui meeskond on tagalauast palli saanud enda valdusse, seisneb peälesanne esimese söödu andmises. Sellele järgneb vasturünnaku keskmine faas ja finaal. Mängu selline ülesehitus nõuab äärmiselt tõsist treeningut, igale mängijale tema ülesande selgitamist.

Mängijate funktsioonid vasturünnakul III. tagalauasmängijad. Need on mängijad, kes hangivad 30 protsenti tagalauapallidest. Nad peavad olema võimelised andma esimest söötu väga kiiresti ja seejärel spurtima vastase korvi alla.

Mängijad väljaku äärtel. Pallile vastu liikudes peavad nad valmis olema esimese söödu saamiseks, edasi söötmiseks ja vastase korvi suunas liikumiseks.

Mängijad väljaku keskosas: peavad valmis olema spurtimiseks väljaku keskel vastu võtma teise söödu ja otsustama, kas ise põrgatada edasi või anda sööt kaaslasele.

Teise liini mängijad, kes liiguvad esimese kolmiku järel. Nad peavad olukorda väga tähelepanelikult jälgima, et vajaduse korral abistada vasturünnaku läbiviimist. Nad võivad palli saada vabaviskejoonele ja edasi sööta, kui esimeses liinis rünnak ebaõnnestub.

Täiesti selge, et kõike seda peavad mängijad olema harjunud sooritama treeningutel: eelkõige tuleb igal ühel individuaalselt õppida vajalikule positsioonile liikumist. Selleks on spetsiaalsed harjutused. Aja jooksul koos individuaalse tehnika täiustamisega kujuneb ka nn. spetsiaalne mõtlemine ja väljakundgemise oskus, mis viimistletakse vasturünnaku-

te läbiviimisel. Kõige selle jaoks on tarvis veel väga palju vaeva näha tehnika ja kehalise ettevalmistuse täiustamisel. Kui individuaalseid liikumisi suudetakse sooritada pingevabalt ja täpselt ning ollakse samal ajal valmis välkkiirelt ründama vastase korvi varem läbitöötatud skeemi järgi, siis peaaegu alati lõpetatakse vasturünnak arvulises ülekaalus, enne kui vastane jõuab kaitset organiseerida.

Minu arvates selle skeemi järgi võib 90 protsenti vasturünnakuid läbi viia järgmistel juhtudel: kui pall saadakse enda valdusse kas a) tagalauast, b) vastase käest ükskõik millises väljaku osas või c) pärast korvi, kui pall pannakse mängu otsajoonel tagant.

Esimese variandi juures, kui pall saadi enda valdusse tagalauavõitluses, on väga oluline, et vasturünnak organiseeritakse vahetult pärast palli saamist. Tagalauast palli hankinud mängija peab teadma, kuhu ja kellele annab esimese söödu, selkõige aga peab mõistma, kui tähtis on seejuures esimese söödu kiirus.

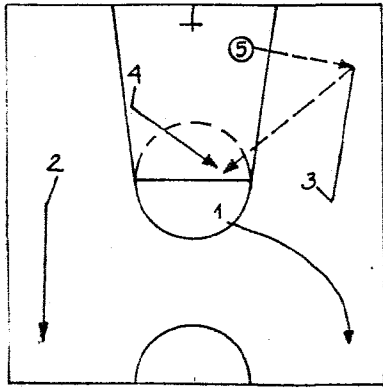
See on vasturünnaku esimene faas. Teises faasis peab mängija otsustama, kellele pall edasi sööta: kas äärele, keskel asuvale mängijale või hoopis ise ääsi põrgatama.

Vasturünnaku kolmanda faasi võime realiseerida kolme liini mööde, kus üks mängija asub keskel, kaks äärtel. Ründakule lähivad kolm vastase korvile kõige lähemal asuvad mängijad. Neljas faas puudutab tagumises liinis asuvaid mängijaid, kellest eespool oli juba juttu.

Samaa soovitusel, mis olid antud tagalauapallide kättesaamisel, kehtivad ka siis kui pall saadakse enda valdusse ükskõik millisel viisil. Mängijad peavad põrgatades leidma väljaku keskosas vaba koha. See puudutab vasturünnakut juhul, kui vastane sai korvi. Kõige olulisem on see, kui kiiresti suudetakse otsaakdist pall välja sööta, seejärel aga mängitakse tavalise skeemi järgi.

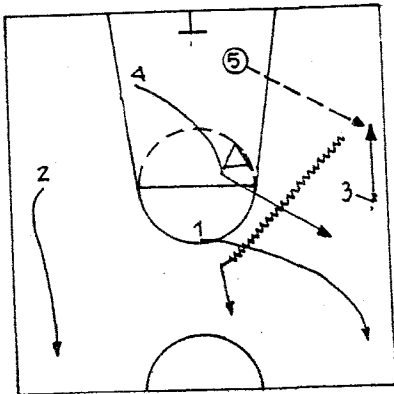
Joonis 1. Mängija nr. 5 hangib tagalauast

palli ja söödab selle nr. 3-le, kes petteliigutuse abil on ennast vabaks mänginud. Samal hetkel nr. 4 liigub kiiresti vabaviskejoonele, kus saab nr. 3-lt palli. Kui mängijad nr. 1 ja 2 näevad, et nr. 5 sai tagalauast palli, liiguvad kiiresti külgliini mööda vastase korvi alla.



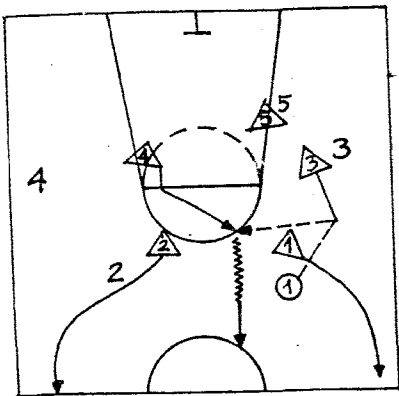
Joonis 2. Joonisel olev situatsioon seisneb mängija nr. 4 ümberpaiknemises:

nr. 3 saab palli ja püüab pörgatusega võimalikult kiiresti liikuda otse vastase korvi suunas. nr. 4 jääb aga tagumisse liini.

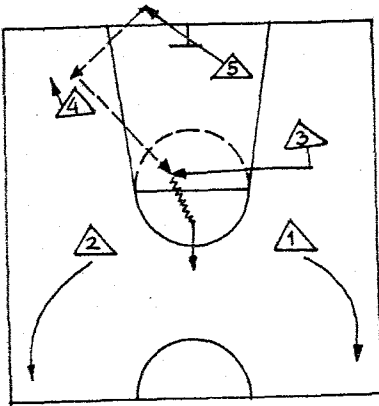


Joonis 3. Veel üks eelmistest erinev situatsioon: palli vahetlõikamine.

Kaitstes asuv mängija nr. 3 löikab ründemängija söödu, samal hetkel tema kaaslased nr-d. 1 ja 2 kindlustavad külgsuunad, nr. 4 asub kiiresti keskmisele positsioonile, et nr. 3-lt saada pall. Viimane söödab palli ära ja jääb iseteise liini mängijaks.

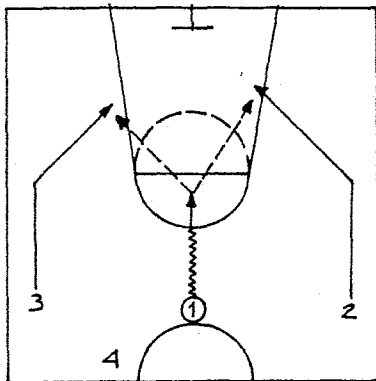


Joonis 4. Vasturünnak pärast korvi. Mängija nr. 5 hüppab kiiresti otsajoone taha ja söötab palli nr. 4-le, kes pette abil on liikunud söödule vastu. Samal hetkel liigub nr. 3 keskmisele positsioonile, nr-d 1 ja 2 liiguvad külgsuundades. Pärast söötu nr. 3-le, kes põrgatusega liigub vastase korvi suunas, jääb nr. 4 tagaliini mängijaks

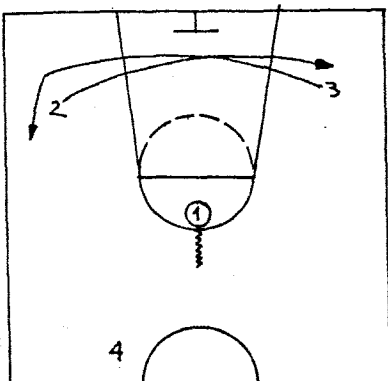


Vasturünnaku finaali

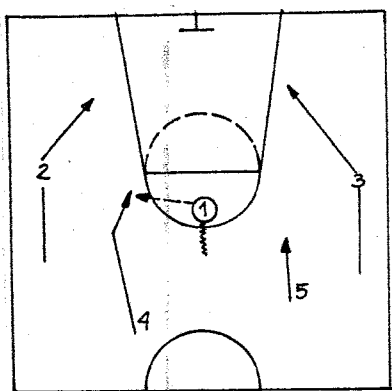
Pärast vasturünnaku esimest faasi (esimene ja teine sööt) järgneb rünnaku realiseerimine mitmesugusel viisil, mis sõltub vastase kaitseasendist. Tavaliselt kaks vabaviskejoonele liikunud ääremängijat (nr. 1 või 2) löikavad korvi alla ja vabaviskejoonel peatunud nr. 3 annab söödu ühele neist.



Joonis 5. Mängija nr. 1, kes peatus vabaviskejoonel, võib sööta ühele ääremängijatest (nr. 2 või 3).



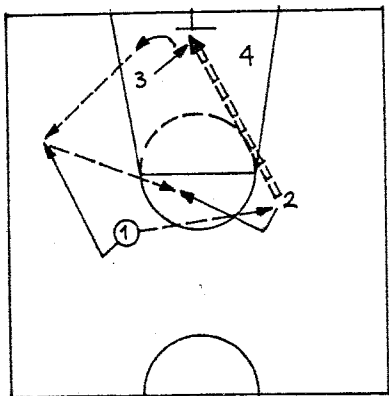
Joonis 6. Sageli tekivad situatsioonid, mis seisnevad mängijate nr. 2 ja 3 kohade vahetamises. Palli saab mängija nr. 3.



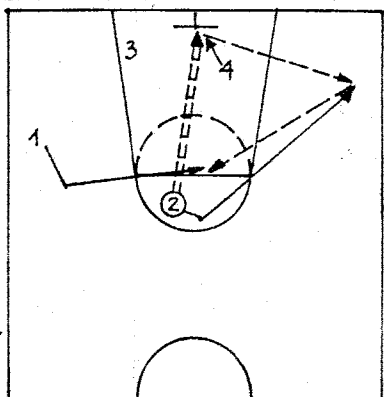
Joonis 7. Selles situatsioonis kasutatakse tagaliini jäänud mängija nr. 4 abi, kes liigub vabaviskekaarele. Mängija nr. 1 otsib võimalust anda talle täpne sööt.

Vasturünnaku treeningülesanded

Vasturünnakuks vajalikud tehnilised võtted treeningul on a) tagalauapallide hankimine (harjutus koos kaitsega), b) esimene sööt, c) teine sööt, d) pealevise.



Joonis 8. Mängija nr. 1 söödab nr. 2-le, kes sooritab pealeviske. Nr. 3 võtab tagalauast palli või saab selle korvi alt (kui pall läks sisse). Samal hetkel liigub nr. 1 pette-manöövriga pallile vastu, et saada nr. 3-lt sööt. Kui pärast pealeviset nr. 2 näeb, et nr. 1 saab nr. 3-lt palli, asub ta uuele pealeviskele.



Joonis 9. Mängija nr. 2 sooritab pealeviske, nr. 4 võitleb tagalauas, saab palli ja söödab pette-liigutuse abil end vabaks mänginud nr. 2-le. Samal ajal mängija nr. 1 asub keskositsioonile ja sooritab pealeviske. Harjutust võib korrata mitu korda