

BASKET ALTINDA OYNAYAN UZUN OYUNCU KULLANMA

Önder Seden

Marmara Üniversitesi
Bedensel Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu
Öğretim Görevlisi

Basketbolda uzun oyuncuların basket altında ve yakınında oynaması tabii ki yeterli değildir. Bu oyuncuların bu pozisyonlarda etkili olması önemlidir. Basket altında etkili olabilen uzun oyuncular takımlarına oyunu kazanmada büyük avantajlar sağlarlar. Çalıştırıcıların çoğu böyle düşündüklerinden, "içeriden oyun geliştirimi" denilen teknikleri uygulayarak avantaj kazanmak ve satranç oyununa benzeyen basketbolda yalnızca avantaj değil maçta kazanmayı bu yolla bir oranda sağlamaya çalışmışlardır.

Ülkemizde de bu gerçek bilinmekle beraber içerden oyun geliştirme teknikleri üzerinde yeterince çalışma yapılmadığı, en azından ayrıntılar üzerinde durulmadığı kanaatindeyim. Bizler çoğu zaman çeşitli taktik çalışmalar yaparak maç kazanmayı hedeflediğimizden, detaylar içinde adeta boğulur ve öncelikle yer verilecek teknik geliştirmeyi ihmal ederiz.

Benim bu konuya değinmekteki amacım bir takım hazırlarken, onun daha iyi duruma getirilmesini sağlayabilecek düşünce veya kavramları ortaya koyarken çalıştırıcılara yardımcı olabilmektir.

Basket altından etkili olabilmek içerden oyun geliştirmesini sağlayabilmek için şu bölümlerde çalışmalar yapılabilir.

- 1) İçeriden oyun geliştirmenin düşünsel yönü
- 2) Topun basket altında "içeriye" nasıl sokulacağı ile ilgili çalışmalar
- 3) Topun basket altında "içeriye" nasıl sokulacağı ile ilgili teknikler
- 4) Bu geliştirmede hücumla ilgili kavramlar
- 5) Bölge savunmasına karşı topun basket altına "içeriye" geçirilmesi
- 6) Uzun oyuncuların geliştirilmesi için teker teker çalıştırılması

1- İÇERDEN OYUN GELİŞTİRMENİN DÜŞÜNSEL YÖNÜ

Bugün oynanan basketbolun düşünsel olarak oynandığı herhalde tartışılmaz bir gerçektir.

Oyuncularımıza hergün, topu mümkün olduğu her zaman içeriye geçirmelerini istediğimizi empoze etmeliyiz. Ancak bunu yaparken, dış oyuncuların gerekçeleri bilmeleri şarttır. Aksi halde çoğu "Biz oyuncu değiliz mi?" düşüncesine kapılacaklardır.

Basket altında oynayan uzun oyuncunun (Dip post veya pivot) savunmasına yardım edeceğinden, dışarıda oynayan oyuncuların rahat şut pozisyonu bulmaları muhakkaktır. Uygulamada dış oyuncular, gerçeği hemen göreceklər, antrenörlerinin üzerinde önemle durduğu bu konuyu çoğunlukla iyi anlamaya çalışacaklardır. Top içeriye geçirildiğinde, rakip uzunlar faul problemi ile karşı karşıya olacaklar veya faullerini tamamlayıp oyun dışı kalacaklardır. Böylece maçta kazanma şansı da artmış olacaktır.

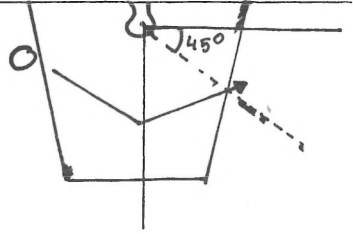
Basketbolda savunma yaparken en zor olan bölge basket altı "dip post" bölgesidir. Basketbolda açığı ve atışı yüzdeleri çok önemlidir. Basket altında 45 derecelik açıdan atılan şutlar yüzdesi en yüksek olabilen şutlardır. Bu atışları engellemek isteyen savunmanın faul yapma ihtimalinde tabii ki fazladır.

2- TOPU İÇERİYE SOKMA TEKNİĞİ

Basket altında "Dip post" oynayan oyuncu aşağıdaki hususlara dikkat ederek oyna

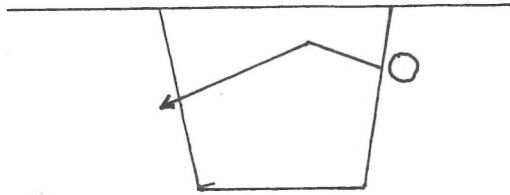
malıdır;

1- Post yapılacak tarafın tersi olan pozisyonda oyuna başlamakta yarar vardır. Zira dip postun yanlamasına yapacağı bir kat'a savunma yapmak oldukça zordur. Bir dip post bölgesinden diğer dip post bölgesine gitmek için yükseğe doğru aldatma (Fake) yaparak harekete başlamalıdır. Bu harekete başlamalıdır. Bu harekete başlarken "V şeklinde" sağ adımı atarak yola çıkmalıdır. (Şekil-1)



ŞEKİL: 1

Yüksek post "High-post" veya orta post "Middle post" bölgesine çıkmak için ise dip çizgiye doğru aldatma (Fake) yaparak harekete başlamalı, "V şeklinde" başlarken önce sol adımı atmalıdır. (Şekil-2)



ŞEKİL: 2

2- Üç saniye koridorunun kenarında pas almaya gelen dip post çift ayakla stop yapılmalıdır. Bu taktirde iki ayaktan herhangi biri üzerinde pivot yapabilmek imkanı elde edilmiş olacağından, dip post her iki taraftan da baskete doğru dönebilir. Topu tam basket hizasında almak, potayı kullanmadan atışı gerçekleştirdiğinden, 1,5 - 2m. den yapılacak bu zor atışın yüzdesi de düşük olur.

3- Pas almak üzere, top tarafına doğru kat eden post oyuncusu çok yer kaplamalıdır. Dizlerini bükmeli ve kendisine savunma yapan oyuncunun yerini belirlemelidir. Savunma oyuncusuna temas ettiği zaman bu teması korumalıdır. Bu şekilde içeriye pas atılması kolaylaşacaktır. Ayakları omuzdan biraz daha açık olarak mümkün olduğu kadar yer kaplamalı, ancak rahat olmalıdır.

4- Dip post oyuncusu, kendisini savunan oyuncudan uzakta olan elini, pas verecek olan oyuncuya hedef olarak göstermelidir. Pası verecek olan oyuncu için böylece kesin bir nokta olması, pasın sağlıklı ve topun kaybedilmeden içeriye geçirilmesini temin bakımından önemlidir. Post oyuncusu elini yükseğe veya yere doğru uzatabilir. Elini yere doğru uzatmışsa pası verecek oyuncu bu pası yerden sektirerek (Bounce) vermelidir.

5- Post oyuncusu kendisini savunan oyuncunun, atılacak olan pası çelmek için öne doğru uzattığı kolunu yukarı kaldırmalı veya aşağı itmeli. Bu rakibin kolunu bileğinden itibaren yukarı kaldırmak veya aksini yapmak adeta bir yarma hareketidir. Savunmanın pasa mani olacak kolunun kitlenmesi demektir. Kurallara uygun bir hareket olup faulle alakası yoktur. Post oyuncusu savunmanın kolunu top eline gelinceye kadar kontrolde tutmalıdır.

6- Post oyuncusu gerektiğinde kollarını dışarıya doğru uzatıp pas almaya yönelmelidir. Dip post oyuncusu elleri yanda olarak durup topun kendisine gelmesini beklememelidir. Topu almak için uzanmalıdır. Hatta tehlike hisseder, pasın çelineceğini

hissederse topa doğru bir adım atarak yaklaşmalıdır. Topa doğru çıkış yapan post oyuncusu yapacağı bazı hareketleri yapamayacaktır. Ancak önemli olan topun kaybedilmesine mani olacaktır.

7- Pası dip post pozisyonunda alan uzun oyuncu, kendi savunmasından başka, takım arkadaşlarının savunucularının da yardımlarıyla karşılaşır. Bu takdirde vakit kaybetmeden ve zorlamalı atış yapmaya teşebbüs etmeden, pasını dışarıda boş olan takım arkadaşına vermelidir. Çoğu zaman topu tekrar geri alarak daha kolay atış bulabilir.

3- TOPUN BASKET ALTINA SOKULMASI TEKNİKLERİ

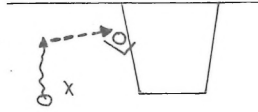
Dip posta pas veren onu besleyen bir dış oyuncu aşağıdaki hususlara dikkat etmelidir.

1- Pası dip posta verecek olan oyuncunun öncelikle cesareti ve kendisine güveni olmalıdır. Pası verecek olan oyuncu topun çalınacağından korkarak daha güvenli olmayı yeğleyip, pası dışarıda oynayan diğer bir takım arkadaşına verebilir. Dolayısıyla daha verimli olabileceği yerde, verimsiz bir iş yapmış olur.

2- Pası veren yani içeriye besleyen oyuncu dip posta nasıl ve nerede savunma yapıldığını görmelidir. Savunma, dip postu öndenmi, dip çizgide 3/4 öndenmi veya arkadan alarak mı tutmaktır. Ayrıca savunma hep aynı şekildemi oynamaktadır? Pası veren oyuncu ancak bu taktirde, yani savunmanın durumunu açıkça görenek içeriye iyi bir biçimde besleyebilir ve top kaybı riskinide askariye indirebilir.

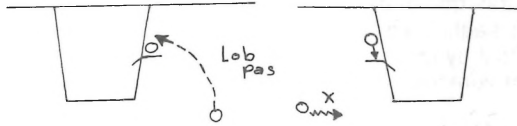
3- Pası verecek olan oyuncu açıları bilmelidir.

a) Eğer savunma dip postu 3/4 önden ve yüksek taraftan (dip çizginin aksi tarafı) alıyorsa, dip çığıye doğru topu sürerek yerden sektirmeli (Bounce) pas vermelidir.



ŞEKİL: 3

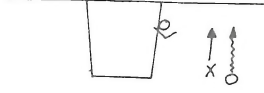
b) Eğer savunma dip çizgi tarafında 3/4 önden yapıyorsa, pası verecek olan oyuncu faul çizgisine doğru topu sürerek, içeriye pasını gene yerden sektirerek vermelidir.



ŞEKİL: 4

c) Eğer savunma dip postu tamamen önden alıyorsa, ona pas verecek olan forvet pozisyonundaki oyuncu faul çizgisine doğru yavaşça ilerler, böyle yaparak savunmasını da yukarı doğru çıkarır. Böyle kavisli (lob) pas atma açısı artmış olacaktır. Top yukarı atılırken potanın dip köşesi hedeflenir. Dip post savunmaya yapışmalı, onu hafifçe dışarıya iterek kilitlemelidir. Böylelikle savunmanın dengeside bozulmuş olacaktır. Yaptığı baskıyı çekince atılan pası yakalamalı ve baskete gitmelidir. "Şekil 5 ve 6" Tabii

öncelikle savunmanın önden almasına dip post mani olmaya çalışmalıdır.



ŞEKİL: 5

d) Eğer savunma dip postu arkadan alıyorsa top içeriye hemen sokulmalıdır. Zira savunma yer değiştirerek gecikmede avantaj sağlayabilir. Bu taktirde pası verecek olan oyuncu dip çizgiye doğru hareketlenmelidir.

4- Pası verecek olan oyuncu hedef ele bakmalıdır. Hedef alacağı eli görünceye kadar top içeriye geçirmemelidir. Pası veren oyuncu baskı altında olabilir. Bu sebeple hedefe ihtiyacı vardır. Çoğu zaman kat ederken ve henüz pozisyon alamayan ve hedef göstermeyen dip posta aceleyle verilen paslar top kaybına sebep olur.

5- Pası verecek olan oyuncu pası vermeden pas aldatmacası (fake) yapmalıdır. Pas verecek olan oyuncu, bu aldatma hareketini çoğu zaman yapmaz ve savunması bu pası çeler. Bu aldatma kısa sürede, keskin ve şut biçiminde yapılmalıdır. Top başka yoldan dip posta geçirilir. Pasörün kullanacağı paslar:

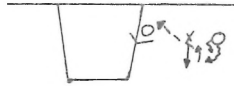
a) Yüksek fake, dibe yerden sektirmeli (Bounce) pas.

b) Dibe (yere) doğru fake yapıp savunmanın kulağının hizasından verilen pas

c) Dibe doğru aldatma yaparak baş üstünde yüksek pas.

d) Dibe doğru aldatma yaparak ters taraftan dönerek (reverse) verilen pas yerden sektirmeli olabilir, ancak vücudu pas verirken araya koymalıdır.

6- Dip post (pivot) dip çizgiye doğru inerek beslenemediğinde, pas verecek olan oyuncu driplingi kesmeyerek, revers yaparak döner ve faul çizgisine doğru kısa bir driplingle pas verilebilir. Her iki taraftan pas verme imkanı olabilir.



ŞEKİL: 7

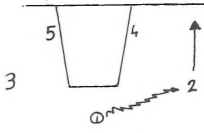
Şekil 8'de topa sahip olan oyuncu topu sürerek reverse yapıp, aksi tarafa doğru kısa bir dripling yamış, sonra pivot yaparak dip çizgiye doğru dönerek, özellikle gevşeyen pasör savunmasına rağmen pasını vermiştir.

4- GELİŞTİRMEDE HÜCUMLA İLGİLİ KAVRAMLAR

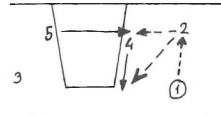
Bu konu doğrudan doğruya bir takımın yerleşik set hücum düzeninde geliştirdiği pozisyonlarla ilgilidir. Her takım kendi sistemine göre oluşturduğu pozisyonları kullanacaktır.

5- BÖLGE SAVUNMASINA KARŞI TOPUN BASKET ALTINA VEYA İÇERİYE GEÇİRİLMESİ

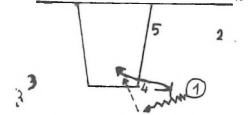
Adam adama savunmaya karşı olduğu kadar, bölge savunmasına karşı da topu içeriye sokmak çok önemlidir. Burada da yukarıda bahsettiğimiz gibi bir takımın oyuncularının vasıflarına göre oluşturulmuş hücum şekli olacaktır. Ancak biz çok kullanılan bir diziliş ve sistemi ele alarak içeriye top sokma tekniği ve pozisyonlarını göstereceğiz.



ŞEKİL : 10

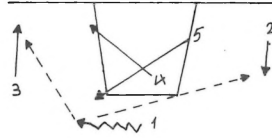


ŞEKİL : 11



ŞEKİL : 9

1 numara ile gösterdiğimiz oyun kurucu, forvet pozisyonuna doğru topu sürerken 2 "forvet" köşeye doğru iner. 4 "Dip post" yüksek posta çıkarken 5 "dip post" top tarafına doğru şekilde görüldüğü gibi kat eder. (Şekil-10) 1, 4 ve 5'e pas verilebileceği gibi 2 yerde çabuk bir pas verebilir. 2 topu içeriye geçirebilir. Tabii öncelikle 5'e bakar, olmazsa 4'e 4'ün perdelemesiyle sol topu sürerek, üç saniye koridorunun içine kat eden 4'e pasını verir. Bu pas ve yaratılan pozisyon bir bölge savunması için tehlikeli bir pozisyonudur. Burada yakın bir atış bulunduğu gibi 5, 2 ve hatta 3 numaralı oyunculara pas verilerek müşait bir atış imkanı da sağlanabilir. Burada verilecek pas, bölge savunmasının aldığı yeni pozisyona göre yapılır 1, 4'e pas vermemişse oyunu sol tarafa yüklemek için (Şekil 12)'de görüldüğü şekilde hareket eder.



ŞEKİL : 12

Topu sola doğru süren 1, dibe inen 3'e pasını verir. 4 alçak post pozisyonuna inerken, 5 yüksek posta gelir. Topu içeriye sokarak yakın atış bulmak ve bölge savunmasının içeriye kapanması halinde dışarıdan rahat şut bulmak bu tür savunmalara karşı başarılı bir hücum oluşturmak demektir. 1, 3'e pas vermeyip, "bölge savunmasının süratle sola doğru kayması halinde" diğer tarafa yeni 2'ye de çapraz bir pas atıp ordan rahat bir şut atılmasını sağlayabilir.

6. UZUN OYUNCULARIN GELİŞTİRİLMESİ İÇİN FERDİ OLARAK ÇALIŞTIRILMASI

Uzun oyuncuların geliştirilmesi ve kolayca sayıya gidebilecek hareketleri yapabilmeleri için teker teker "ferdi" olarak çalıştırılmalıdırlar. Aksi taktirde onlara pas vermekle sonuca gidilmeyecektir. Oldukça detaylı olan bu çalışmalara biz burada girmeyeceğiz. Basketbolda oyuncuların belli düzeylere getirilmeden sonuca gidilmesi, taktik ve sistemin başarılı olması imkanı olmadığı gerçeğini unutmamak lazımdır.

AÇIKLAMALAR:

Basket altı "Pota altı"

Top sürme

Kat etme (topsuz)

Pas

Hücum oyuncuları

Savunma oyuncuları

→ Top sürme

→ Kat etme (topsuz)

→ Pas

○ → Hücum oyuncuları

× → Savunma oyuncuları

YARARLANILAN KAYNAKLAR:

Nort Carolina Üniversitesi Coach'u

Dean Smith'in antrenmanları

Notre Dame üniversitesi asistan Coach'u

Peter Gillen