

MAGYAR KOSÁRLABDÁZÓK ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE

Szakmai elvek

U11-U15

MEGTÁRGYALTA ÉS ELFOGADTA AZ MKOSZ

Szakmai és Utánpótlás Bizottsága

2014.



Védekezési és támadási alapelvek U11-U15 korosztályokban

Az MKOSZ által kiírt és támogatott versenyeken, ezen általános megfogalmazott alapelvek alapján kell a védekezést és a támadást oktatni és alkalmazni.

Védekezési és támadási alapelvek:

- U11-U15-ig minden korosztályban:
A pálya egész területén kizárólag emberfogásos védekezés alkalmazható; a 3 pontos vonalon belül kötelező a szoros, követő emberfogás (a magyarázat szerint értelmezendő).
- U11-U15-ig minden korosztályban:
A pálya egész területén tilos a területvédelem (zóna) és a vegyes védekezés minden formája.
- U11-U13-ig minden korosztályban:
A pálya egész területén tilos az elzárás minden formája, valamint a támadók nem akadályozhatják a védőket a védőmozgásban (helycserés-keresztmozgásos játék, hármás-nyolcas stb.).
A pálya egész területén tilos a kettőzés, a csapdázás, a bedobásoknál is. Kettőzésnek, csapdázásnak nem számít a besegítéskor kialakuló 1 támadó 2 védő (megvert védő és besegítő védő) felállás, de ez csak a besegítés idejére tartható fenn.
- A korosztályos feladatokkal ellentétes felállások alkalmazása és az izoláció (pl. labdás támadó egyik oldalon történő elkülönítése) tilos.

Fegyelmi vétségnek tekintendő a „Szakmai elvek U11-U15-ig” alapján a védekezési és támadási megkötések szándékos és folyamatos megszegése.

Magyarázat a védekezéssel kapcsolatos szabályokhoz

(Segédlet az edzők részére)

A védekezési szabályok a helyes védekezés alapjainak megtanulását segítik elő. Ezért kötelező az oktatásuk és alkalmazásuk.

Az elsődleges szakmai cél: az egyéni felelősség az aktív és szabályos védőmunka kialakítása.

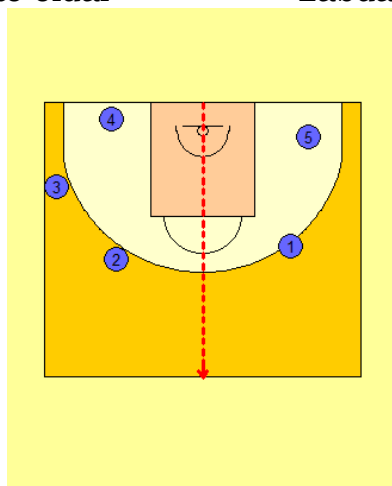
1. A labdás támadót - a 3 pontos vonal közelében (8.25) és azon belül - kötelező szorosan fogni (egy kartávolságra, enyhén hajlított karral).
2. A labdástól egy átadásra (kb.: 4-6 méter) vagy közelebb lévő támadót úgy kell fogni, hogy a védő alapállása a labdanélküli támadóval szemben, keze az átadási sávban legyen és maga a védő egy lépésnél messzebb ne menjen a támadójától. (zárt vagy labda felőli védekezés)
3. A labdától két passz távolságra helyezkedő támadó védésekor nem kötelező hogy védő alapállása a támadóval szemben legyen, de hátat nem fordíthat neki – kivétel a besegítés ideje – látnia kell labdást és saját emberét is, helyezkedése a későbbiekben részletesen lesz bemutatva. (elfogadott a zárt és a nyitott védekezés is)
4. A segítő védők behúzódása szigorúan szabályozott és erősen korlátozott.
5. Egész pályán nem kötelező a letámadás, de ha egy csapat letámad, az csak emberfogással történhet.
6. Ha a labdás támadó megverte védőjét, a többi védő besegíthet úgy, hogy egyidejűleg egy max. 2 védő védekezhet a labdás támadón, a saját és a besegítő védő, de ezt csak a besegítés idejére tartható fenn.

Kötelező helyezkedési szabályok

A támadók elhelyezkedése és a labdás, valamint a segítő oldal értelmezése (1-2. ábra)

Segítő oldal

Labdás oldal



1. ábra

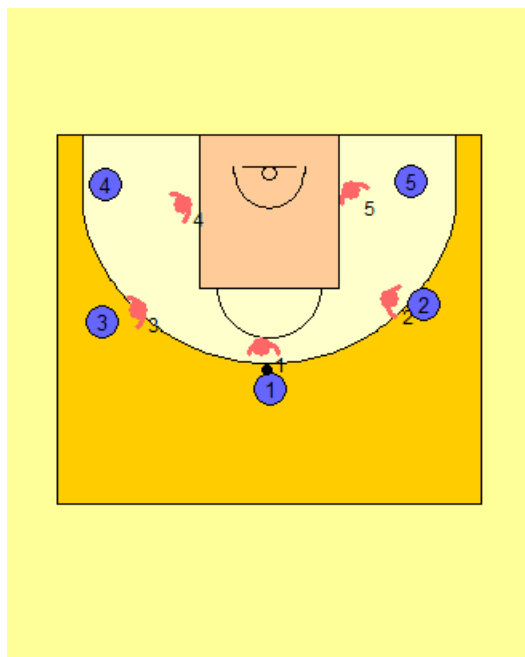


2. ábra

Helyezkedési szabályok különböző esetekben

1. A labda középen (3. ábra)

- Az egy passz távolságra elhelyezkedő védők szorosan védik támadójukat.
- A labdást úgy kell védeni, hogy a védő enyhén hajlított karral elérje a támadóját.
- A két passz távolságra lévő védők beljebb húzódnak az ábra szerint, de nem fordíthatnak hátat emberüknek.

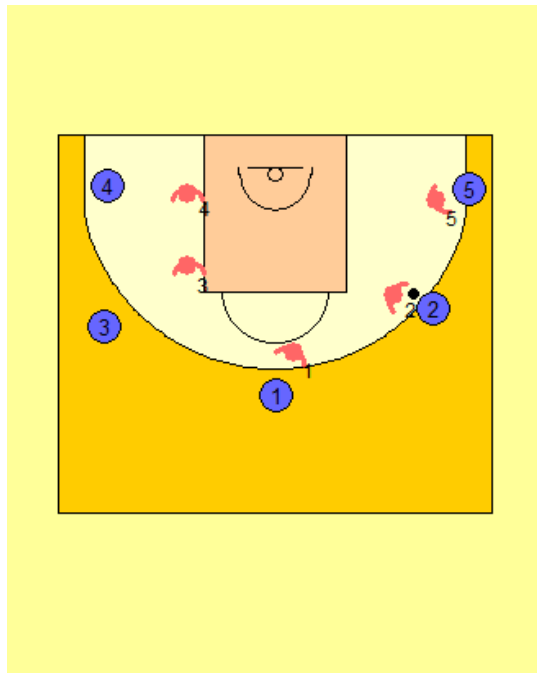


3. ábra

2. A labda az egyik oldalon van (4. ábra)

- A labdást úgy kell védeni, hogy a védő enyhén hajlított karral elérje a támadóját.
- A labdás oldalon lévő labda nélküli támadókat úgy kell védeni, hogy a védő, ha kinyújtja karját, tenyere az átadási sávban legyen, és egy lépésnél ne legyen messzebb támadójától.

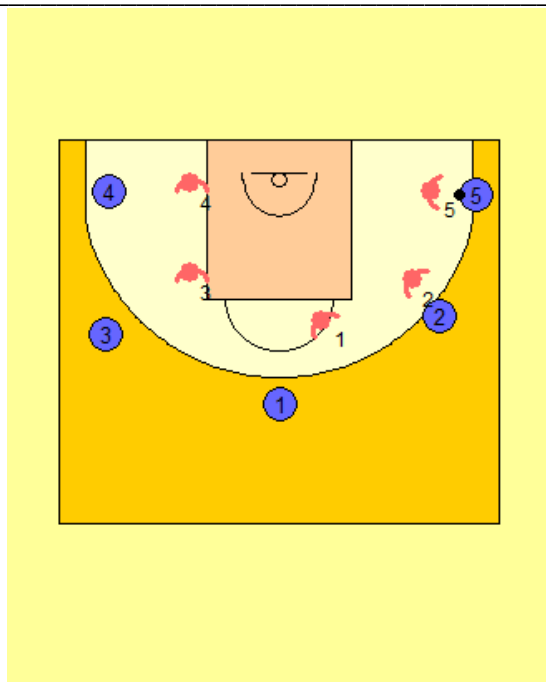
- A labdától egy átadásra lévő támadókat szorosan, átadási vonalban védik.
- A segítő oldalon lévő védők beljebb húzódnak, az ábra szerint, de nem fordíthatnak hátat emberüknek. A pálya tengelyét csak a besegítés idejére léphetik át.



4. ábra

3. A labda az egyik sarokban van (5. ábra)

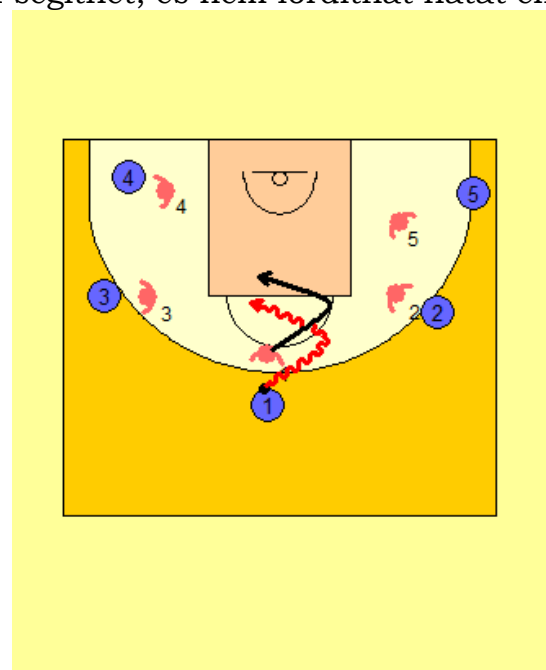
- A labdást úgy kell védeni, hogy a védő enyhén hajlított karral elérje a támadóját.
- A labdás oldalon lévő labda nélküli támadókat úgy kell védeni, hogy a védő, ha kinyújtja karját, tenyere az átadási sávban legyen, és egy lépésnél ne legyen messzebb támadójától.
- Egy passz távolságról tilos behúzódni, lehet besegíteni, de kizárólag szoros emberfogásból indítva.
- A segítő oldalon lévő védők beljebb húzódnak a büntető terület széléig (az ábra szerint), de nem fordíthatnak hátat emberüknek. A védő akkor segíthet be, amikor a labdás támadó megverte az emberét (mellette vagy már előtte van), vagy a labda nélküli játékos befutással megverte a védőjét. A besegítés akkor fejeződik be, amikor a megvert védőjátékos ismét felvette a védőhelyzetet. Ezután a besegítő védőnek a lehető leggyorsabban újra ki kell lépnie a büntető területen kívülre a saját emberéhez, vagy ismét szorosan kell fognia az emberét a büntető területen belül vagy annak szélén.



5. ábra

4. **A labda a büntető területen belül van, de a támadó nem verte meg a védőjét** (6. ábra)

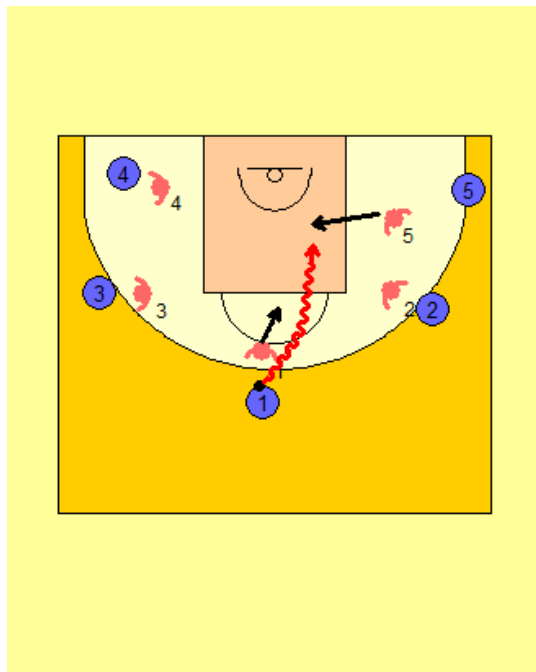
- A labdást úgy kell védeni, hogy a védő enyhén hajlított karral elérje a támadóját.
- A labda nélküli támadók a labdától való távolságuknak és pozíciójuknak megfelelően helyezkednek és mivel támadó nem tudta megverni védőjét, nincs besegítés.
- A labda nélküli támadókat úgy kell védeni, hogy a védő, ha kinyújtja karját, tenyere az átadási sávban legyen, és egy lépésnél ne legyen messzebb támadójától.
- A segítő oldalon, két passz távolságra lévő védő beljebb húzódhat az ábra szerint, de nem segíthet, és nem fordíthat hátat emberének.



6. ábra

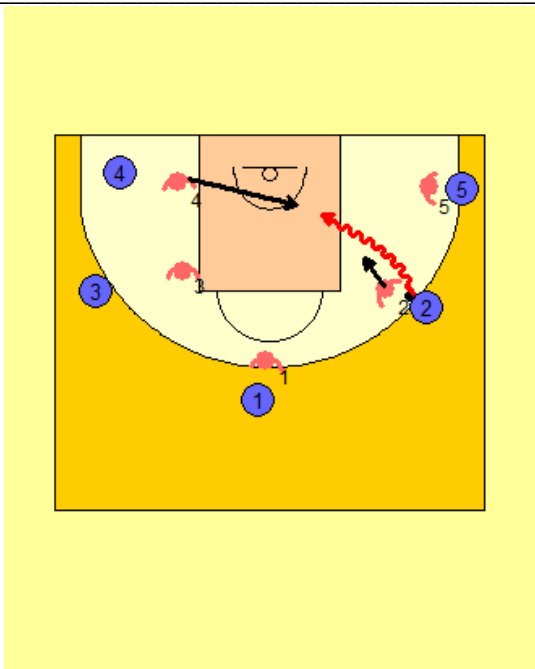
5. A labdás támadójátékos megverte a védőjét (7-8-9/a-b. ábra)

- Az tekinthető megvert szituációnak, ha a labdás támadó játékos a védője mellé került vagy már közelebb van a gyűrűhöz, mint a saját védője.
- A labdás védőjének törekednie kell arra, hogy a legrövidebb időn belül vissza tudja venni saját emberét. Ha ez sikerült, azonnal el kell foglalnia szabályos védőpozícióját. A besegítéskor kialakuló 1 támadó 2 védő (megvert védő és besegítő védő) felállás csak a besegítés idejére tartható fenn.
- A labda nélküli támadók védeése és a besegítés:
 - Az egy passz távolságra helyezkedő (külső) támadó játékosokról tilos behúzódní, lehet besegíteni, de kizárólag szoros emberfogásból indítva.
 - A két passz távolságra helyezkedő labda nélküli támadók védői közül az segíthet, amelyiknek a pozíciója közelebb van a betörés irányához. Ha a besegítő védő meg tudta állítani a betörő támadó játékos, addig maradhat vele szemben védő pozícióban, míg a labdás játékos vissza nem tudja foglalni védő pozícióját a labdás támadón. Mikor ez megtörtént, köteles azonnal saját emberét megkeresni és újra az alapszabályok szerint védekezni vele szemben. Tilos az így kialakult kettőzést fenntartani, valamint tudatos váltásokat alkalmazni!
 - Az egy passz távolságnál jelentősen közelebb (max. kb.: 2-3 méter) helyezkedő támadó játékosokról a besegítés elvei megegyeznek a két passz távolságra helyezkedő játékosok besegítési elveivel.

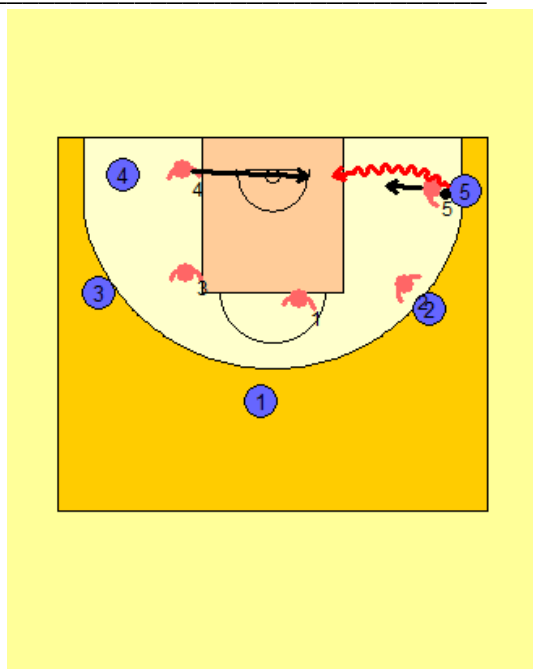


7. ábra

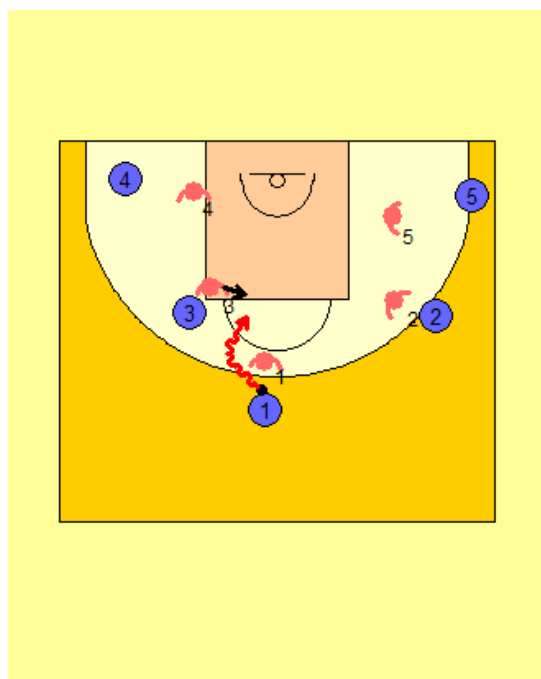
Amint az 7-8-9. ábrán látható, a védők a labda felé húzódnak a vázolt szabályok szerint. Amennyiben bármelyik labda nélküli támadójátékos helyváltoztatást hajt végre, védőjének természetesen kísérnie kell, és az ott előirt szabályok szerint kell védekeznie.



8. ábra



9/a. ábra



9/b. ábra

Amint az 7-8-9/a-b. ábrán látható, a védők a labda felé húzódnak a vázolt szabályok szerint. Amennyiben bármelyik labda nélküli támadójátékos helyváltoztatást hajt végre, védőjének természetesen kísérnie kell, és az ott előírt szabályok szerint kell védekeznie.

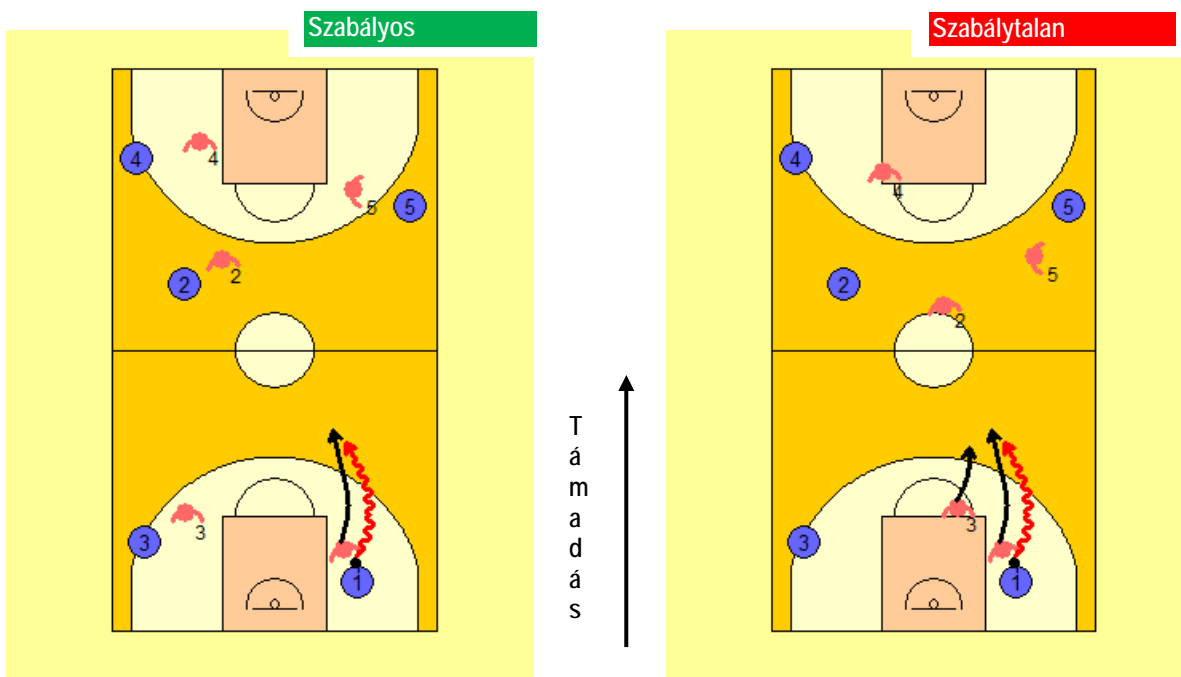
6. Az egészpályás emberfogásos védekezés (10-11. ábra)

Az egészpályás emberfogásos védekezésnél a védőtávolság (a támadó és védője közötti távolság) arányosan növekedhet annak megfelelően, hogy milyen messze van a labda a labda nélküli támadó játékostól, továbbá hogy a hárompontos vonalon belüli védekezésnél, milyen távolságra lenne az adott védőjátékos a

támadójától. Ebben az esetben a védekező csapat hárompontos vonalán belül tartózkodó támadót nem kell szorosan védeni, hiszen a védőtávolság megnőhet, de a védőnek az embere közelében (arányosan megnőtt védőtávolság) kell tartózkodnia, hogy emberfogásról beszélhessünk. (10. ábra)

A túl nagy védőtávolság, ami a támadó játékostól túlzottan a labda felé történő helyezkedéssel párosul, mindez a saját embernek – nem csak besegítéskor – hátat fordítva, zónavédekezést jelent. (11. ábra)

Ha valamelyik támadó nem fut fel a támadótér felére, a védő akkor is visszafuthat a saját védőtér felére, de úgy kell elhelyezkednie, hogy minden többi támadót csak 1 ember foghat. Amikor a saját embere a hárompontos vonal közelébe ér, a korábbiakban részletezett szabályok érvényesek.

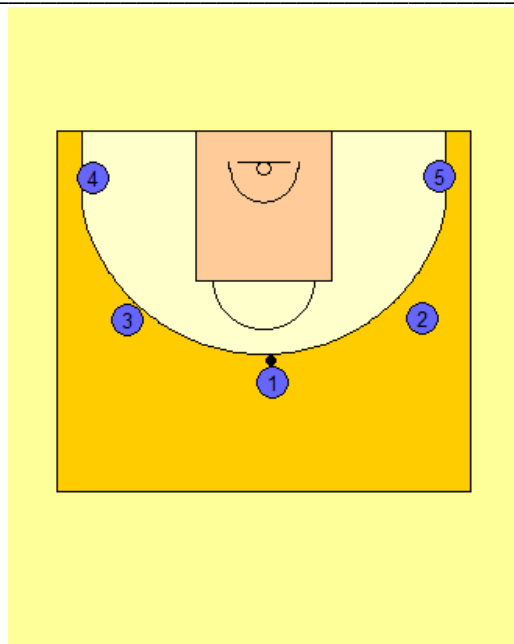


10. ábra

11. ábra

Támadás

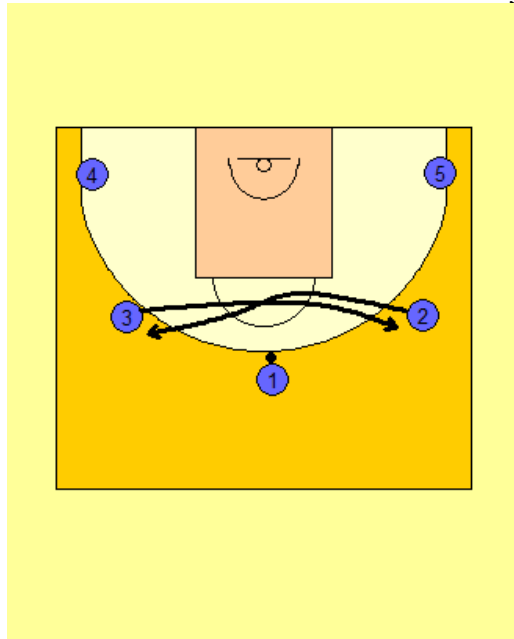
- A játék alapja az ötszektoros játék (U11-U13), melyből helyzeteket alakíthatnak ki a játékosok elsősorban labdavezetéssel valamint befutásokból (add és fuss) átvett labdával. (12. ábra)



12. ábra

U11-U13 korosztályokban az elzárás tilos. Támadó játékos saját csapattársa mellett csak olyan távolságra futhat el, hogy közöttük a védőik is elférjenek, azokat védőmozgásában a támadó játékosok semmilyen módon nem akadályozhatják.

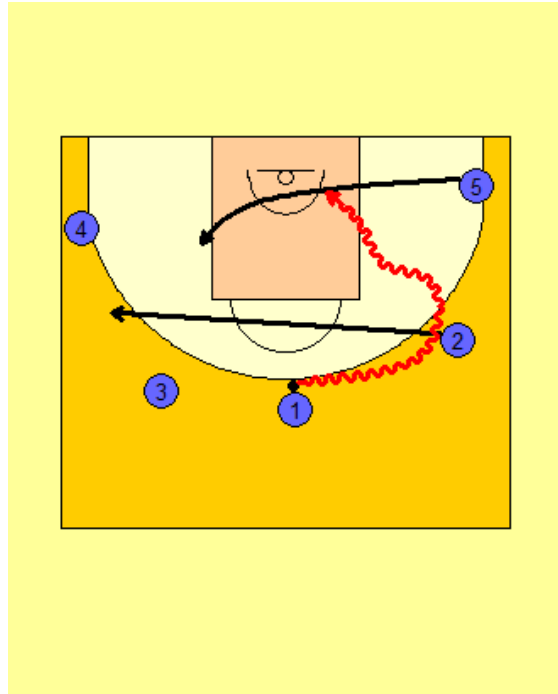
- A védőjátékost a védőmozgásban a támadó játékosok semmilyen módon nem akadályozhatják.
- A támadó játékosoknak a megengedett támadási technikákkal – készenléti helyzet, passzolás, dobás, labdavezetés, elszakadások és befutások, helyezkedések – és taktikákkal – egyéni (1:1) alapok – szabad céljaikat elérni.
- A helycserés, keresztbefutásos stb. játékok, melyeknek a célja a védők akadályozása – ilyen például a hármas nyolcas is – a korosztályos képzéssel ellentétesek, ezért alkalmazásuk U11-U13 korosztályokban tilos. (13. ábra)



13. ábra

U11-U13 korosztályokban:

- Elkülönítést (izolációt: amikor a labdás támadó egyedül van az egyik oldalon) semmilyen helyzetben nem alkalmazhatnak a csapatok. A helyes támadás, amikor a támadók tartják egymástól az 1:1-hez, illetve a befutásokhoz szükséges távolságot. (14. ábra)



14. ábra

A fentiek az MKOSZ által történő visszavonásig érvényesek.