

ОТЧЕТ

НА ТРЕНЬОРИТЕ НА

НАЦИОНАЛНИЯ ОТБОР НА БЪЛГАРИЯ

ПО БАСКЕТБОЛ ЗА U20

РОДЕНИ 1998 -1999 ГОДИНА

СТАРШИ ТРЕНЬОР: КОНСТАНТИН ПАПАЗОВ

ПОМОЩНИК ТРЕНЬОР: ДИМИТЪР АНГЕЛОВ

ПОМОЩНИК ТРЕНЬОР: БОЖИДАР ГЪОРЕВ

I. ЦЕЛ И ЗАДАЧИ НА ПОДГОТОВКАТА И УЧАСТИЕТО В ЕП.

Целта на подготовката и участието в ЕП:

- ✓ с оглед на домакинството на ЕП целта пред отбора е класиране в дивизия А, като минимална задача е класиране в първата осмица на ЕП в София
- ✓ подобряване на индивидуалните технически, тактически, физически и психологически качества на състезателите
- ✓ селектиране и изграждане на НО – младежи в ,който да бъдат подготвени бъдещи попълнения за НО мъже

II. СЪСТАВ

Основата на отбора ще бъдат момчетата родени през 1998 и 1999 г., които участваха през миналата година на ЕП за юноши и младежи.

Проекто състав на НО – младежи (род.1998-1999 г.)

1. Гардове - позиция (1)

№	Име, Фамилия	роден	отбор
1.	ЛЪЧЕЗАР ДИМИТРОВ –PG 187cm	1999	АКАДЕМИК СОФИЯ
2.	МАРТИН СОТИРОВ –PG 198 cm	1999	КОНСТАНТИН НИШ
3.	СТИЛИЯН ИВАНОВ PG/SG -191cm	1998	ЯМБОЛ
4.	МАРТИН КОЦЕВ – PG/SG-194cm	1998	ЧЕРН МОРЕ

2. Крила - позиция (2- 3)

№	Име, Фамилия	роден	отбор
5.	ИВАН АЛИПИЕВ –SG/SF 200cm	1999	Академик СОФИЯ
6.	МИРОСЛАВ ВАСОВ -SF/F 198cm	1998	РИЛСКИ СПОРТИСТ
7.	НИКОЛАЙ ЛЕКОВ – G/190 cm	1998	Академик СОФИЯ
8.	ЙОРДАН МИНЧЕВ – F/200 cm	1998	Академик СОФИЯ
9.	ИВАЙЛО ТОНЕВ – SG /197 cm	1998	ЦСКА
10.	КРАСИМИР ДИМИТРОВ 197cm	1998	Академик СОФИЯ

3. позиция (4- 5)

№	Име, Фамилия	роден	отбор
11.	КРЪСТАН КРЪСТАНОВ –PF/C -204	1999	АКАДЕМИК СОФИЯ
12.	ГЕОРГИ ИЛИЕВ – PF -200 cm	1999	ЦСКА
13.	ПАВЕЛ АНТОНОВ – С 206 cm	1999	ДЕЙТЪН – САЩ
14.	ГЕОРГИ МИТРОВСКИ – С 205 cm	1998	ОЛИБАР - ИСПАНИЯ

Селектирани и повикани бяха четринадест състезатели, от 8 клуба.

III.ПРОТИЧАНЕ НА ПОДГОТОВКАТА

1. ЕТАП 8.06.2018 – 28.06.2018 В Национал Спортна База БЕЛМЕКЕН

Първия етап го разделихме на два периода :първи 8.06- 16.06.2018, втори 17.06 – 28.06.2018г.

1.1 В първия период /8.06- 16.06.2018/ Основната цел на лагера беше подобряване на физическото състояние на състезателите,развиване на индивидуалните технически качества на играчите в нападение и защита.Поставяне на постепенни нападения и полагане на основите на нашата отборна защита чрез групови взаимодействия.Лагера премина добре.Всички състезатели се стараяха много и даваха всичко от себе си.

Кръстан Кръстанов пропусна първия период от подготовката, поради възстановителни процедури,необходими за напълното оздравяване на оперираното му коляно.

Физическата подготовка провеждаше Магдалена Христова

1.2 Във втория период /17.06 – 28.06.2018г/ на етапа подготовката продължи с работата за физическата подготовка на отбора и се акцентираше на организацията ни в двете фази на играта – нападение и защита.

- ✓ Заложихме изискванията ни за транзиция в защита
- ✓ Поставихме принципи в защита срещу PICK&ROLL (заслон-контра заслонна) на 45° и 90°
- ✓ Поставихме правила за защита на единични заслони без топка.
- ✓ Моделирахме транзицията в нападение и постепенното ни нападение в 5:5
- ✓ Поставихме зонава защита 2:3, както и нападение срещу зона
- ✓ MATCH UP DEFENSE

Добавихме видео анализ на двустранните ни игри, към методите ни на работа, като целта беше състезателите първо да видят нагледно къде допускаме грешки и слабости, както и да видят положителните страни на нашата игра.

Основна слабост в двустранните ни игри, които изиграхме беше: задгръбването – допъскахме много борби в нападение; не добра транзиция в защита; слаба защита 1:1.

Положителните страни бяха, че имаше старание и желание, осъществяваха се много контра атаки и транзиции в нападение, в следствие на желанието и агресията в защита, но със слаба реализация в завършващата фаза. В постепенно нападение топката се раздаваше и движеше.

В края на този етап, бяхме заложили две контролни срещи, с отбора на Косово. Контролите не се проведоха, след отказ от страна на косовската федерация, дни преди заложените дати. С оглед на отказа в последния момент на Косово и изготвените програми на другите федерации, не успяхме да намерим отбор, с който да избегнем нарушаването на плана ни за подготовка.

II. ЕТАП 29.06 – 12.07.2018

До европейското първенство подготовката продължи в град София. В този етап трябваше да изчистим детайли в отборното ни нападение и защита. Изиграхме четири контролни срещи, по две с отборите Македония и Португалия, спечелихме 3, като загубихме последната от Португалия. След направените видео анализи и изводи от контролните срещите, се опитахме да отстраним и коригираме нашите слабости и пропуски, в двете фази на играта.

Слабостите в контролите не ни изненадоха - борба в защита – BOX OUT, транзиция в защита, защита 1:1, грешни решения в нападение. Видимо беше и липсата на играч на позиция „4“. Във втората контрола с Македония контузия в коляното

получи Ивайло Тонев, която му попречи да вземе участие в контролите с Португалия, в последствие и самото европейско първенство. Контузията на Тонев, оказва сериозно влияние в нашето нападение, след като беше заложено той да е от водещите реализатори на отбора .

В този етап от подготовката физическата работа премина в поддържане и тонизиране на добрата физическо състояние, което бяхме постигнали в Белмекен.

Резултати от контролните срещи:

България – Македония 1.) 86:72 2.) 62:60

България- Португалия 1.) 63:54 2.) 47:54

III ЕТАП 13.07.2018 – 22.07.2018 Европейско първенство в София

Задачи на подготовката

1. Защита:

Основната защита, която заложихме и тренирахме е лична агресивна по цялото игрище срещу човека с топка. В задно поле искахме натиск на човека с топката и DENY на всеки първи пас при влизане в комбинациите на противника. На един пас от топката отворен стоеж - при възможност за дрибъл от страна на противника, при спрян дрибъл защитниците на един пас преминават в затворен защитен стоеж - DENY. Допълнителна защита зона 2-3 и match up defense.

- ✓ Индивидуални и групови взаимодействия в защита
 - ❖ защита 1:1 от различни изходни позиции на човек с топка и ограничен брой дрибъл
 - ❖ защита на човек без топка на един, два и повече паса от топката
 - ❖ задгръбване
 - ❖ помощ и ротация в защита при пробив по крайна линия
 - ❖ помощ и възстановяване при побив навътре
 - ❖ защита в нисък пост - $\frac{3}{4}$
 - ❖ защита на заслон контразаслон с 4 и 5: Опитвахме се да бъдем агресивни срещу човека, който играеше с топката. Заслон контразаслон (pick&roll) защита на средата със 5 изисквахме FLAT/DROP със 4 hedge и switch. P/Roll на страни със 5 drop със 4 hedge и switch, като гарда минава отгоре.
 - ❖ защита на заслони без топка – следване на заслоните!!!
 - ❖ транзиция в защита
- ✓ Отборни защитни действия
 - ❖ лична пресираща защита
 - ❖ зонава защита 2:3
 - ❖ match up defense (1:2:2)

2. Нападение

- ✓ Индивидуална техника и тактика:
 - ❖ техника на водене на топката и различни видове завършване
 - ❖ техника на подаване
 - ❖ стрелба по постове
 - ❖ индивидуална техника и тактика срещу различни видове защита на заслон/контразаслон (Pick&Roll)
 - ❖ индивидуална тактика 1:1 от различни ситуации.
- ✓ Групови взаимодействия и тактика:
 - ❖ спейсинг (2:0, 3:0, 4:0 - 2:2, 3:3, 4:4)
 - ❖ организация на бърза атака

- ❖ организация на транзиция
- ❖ заслон контразаслон (Pick&Roll) на на 45° и 90° срещу различни видове защита
- ❖ движение без топка в силна и слаба страна при топка в нисък пост
- ❖ нападение при числено неравенство

✓ Отборни действия:

- ❖ организация на бърза атака
- ❖ организация на транзиция различните опции
- ❖ поставяне на постепенни нападения

- имахме 7 нападения срещу лична защита, предимно заслон контразаслон нападения, след който търсихме пас в слаба страна и игра 1:1, 2 е от тези нападения бяха за нисък пост за центровете ни и нападение на нисък пост за нашите играчи на позиция 3

- имахме 2 постепенни нападения срещу зона, по едно зона 2-3 и 1-2-2

- ❖ аут срещу лична и зонава защита от страничната и крайната линия.
- ❖ Бързи аутове срещу лична и зонава защита от страничната и крайната линия за под 5 секунди
- ❖ разбиване на зонава преса на цяло и половин игрище

3. Физическа подготовка

- ❖ аеробна работа
- ❖ анаеробна работа
- ❖ фитнес

4. Теоритична подготовка

Видео анализа на нашия отбор и скаутинг за противниковите отбори .

5. Възстановяване- физиотерапевт: Васил Василев

Европейско първенство в София, България
13.07 -22.07 2018

7-о място Девизия Б, баланс: 5 победи и 3 загуби

Резултати

България – Словения	52-73
България – Албания	84-54
България – Словакия	69-56
България – Молдова	92-59
България – Естония	58-56

България – Латвия	57-77 ¼ финал
България – Чехия	53-60 5-8 място
България – Белгия	64-52 7-8 място

Изводи:

- **Взимане на решения:** Като водещ извод мога да посоча – грешно **ВЗИМАНИТЕ РЕШЕНИЕ - РАЗЧИТАНЕ НА СИТУАЦИИ** (както технически, така и тактически грешни решения) както при игра на скорост, контра атака, постепенно нападение, игра 1:1, 2:2 заслон контразаслон, селектиране на стрелбите, като цяло трябва да обърнем внимание на този елемент на играта.
- **Защита:** Основен проблем в защита е играта 1:1, със защита на PICK&ROLL не срещнахме сериозни проблеми, слабостите ни в този елемент идваха от слаба комуникация между центъра и гарда. В подготовката видяхме проблеми със транзицията в защита, но на първенството се справихме добре, слабо пазим пресечките и задгръбването – в загубените 3-и срещи сме допуснали общо 35 борби в нападение, средно по 11,6. Като цяло оценката ми за защита е положителна, за 8те мача допускаме средно по 60,8 точки средно на мач
- **Нападение:** Срещаме трудности за преодоляването на защитник в ситуация 1:1, на всички постове Изпитваме трудност срещу по-агресивни защити. Допускаме много технически грешки и при играта на скорост, и при постепенно нападение (средно по 15 на мач, на №11 о мястото сме по този показател), в ¼ финала срещу отбора на Латвия допускаме 16 срещу 5 грешки, в първият ни мач на

първенството срещу Словения този показател е 23 срещу 10, това са две от трите ни загуби. И двата ни противника се класираха за „А дивизия“ !!!!!!!

- **Игра без топка:**Имаме пропуски и в този елемент. Не се движим,когато сме без топка,липсватни навици за поставяне и получаване на заслони без топка,стоим статично, момента (тайминга) за пресечки липсва,движението на човек без топка(СПЕЙСИНГ), в слаба страна при игра PICK&ROLL също ни е слабост.

- **Игрови показатели:**

Общо																				
	М	2Т			3Т			НУ			БОРБИ			АС	ЛН	ГР	ОТ	БЛ	ТОЧ	КОЕФ
		Н	З	Общо	Н	З	Общо	Н	З	Общо										
Средно	8	19,5	37,3	52,3 %	5,5	21,4	25,7 %	10,6	16,8	63,4 %	9,0	26,8	35,8	17,0	16,0	14,8	7,8	3,1	66,1	75,3
Общо	8	156	298	52,3 %	44	171	25,7 %	85	134	63,4 %	72	214	286	136	128	118	62	25	529	602

Прави впечатление слабият процент стрелба за три точки 5.5/21.4 – 25% както и слабия процент от наказателната линия,63% тези два показателя дават отговор на не добрата ни резултатност от 66.1 средно на мач. Отборите класирали се в „дивизия А“: Полша -76,0 точ- 9.3 вкарани тройки средно,Словения 75,5 точ - 8 вкарани тройки. и Латвия 75,0 точ– 9,0 вкарани тройки. Липсата на Ивайло Тонев поради получена конузия, в коляното, се отрази осъзаемо, именно в този компонент от играта ни – стрелбата за 3 точ..В негово лице загубихме утвърден и изявен за възраста си реализатор от тройката.Липсата на играч на позиция „4“ и задържането на този пост за по – дълги периоди от време на Йордан Минчев повлия на индивидуалното му представяне в нападение, следствие, на което пострада и отборното ни.

- **Физически качества:** Като физически качества, в който мисля,че отстъпваме е скоростта на предвижване по игрището и бързина на реакция.

Мисля, че можеше да се представим по-добре в 1/4 финала срещу отбора на Латвия, но с показатели - % за три точки 4/17 – 23% допуснатите 16 грешки и овладените 12 борби в нападение на Латвия не съумяхме да се противопоставим на бъдещия участник в А дивизия.

Това, че бяхме домакини на ЕП също оказва психологическо влияние върху момчета. Искам да благодаря на екипа, с който работих, за помоща която ми оказаха. Благодарности на БФБ, за предоставените ни отлични условия за работа. Искам да благодаря и на момчета за труда и старанието, които положиха. Мисля, че всеки един от тях придоби безценен опит за в бъдеще.