

Grundspilsfasen

Formål:

I grundspillet samarbejder teamet om at bevare bolden og bygge spillet op gennem en vekslen mellem balance og ubalance for at komme til et gennembrud.



Figur 5.5 Analysen af grundspilsfasen

Rum:

Forsøges at gøres stort ved at udnytte dybde og bredde i banen. Så der bliver afstand mellem modstanderne, så de får sværere ved at dække banen af. Hvis rummet gøres stort, har du mere tid til at orientere dig, inden du får bolden og derved mindskes stress for mindre erfarne boldspillere.

Tid:

Tempoet i grundspillet er jævnt, og du har som spiller ofte god tid til at *opfatte, vurdere, beslutte og handle* i den situation, du står i.

Relationer:

I grundspillet er det hele holdet, der skal sørge for at skabe rum. Der er derfor mange spillere i berøring med bolden, og spillerne søger at bevæge sig i relativt faste mønstre.

Kommunikation:

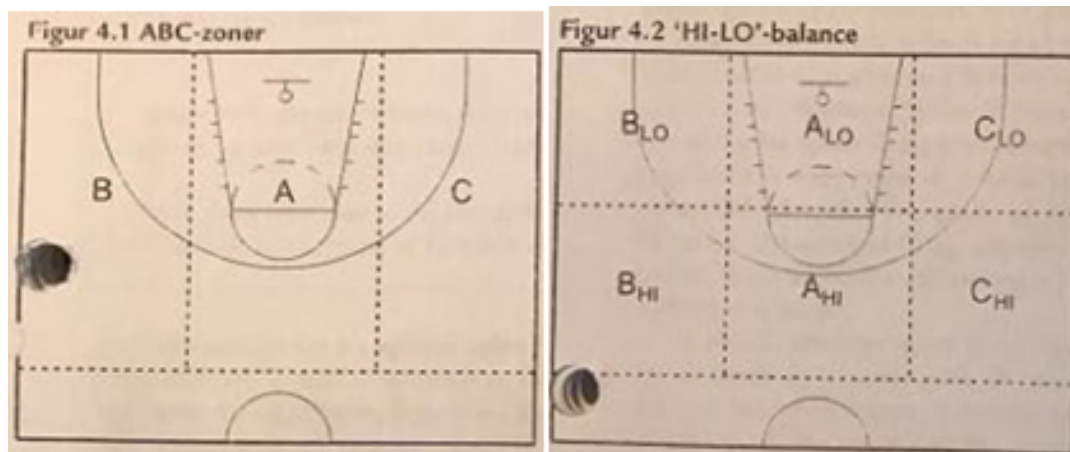
Kommunikationen er overvejende nonverbal, men der er også en del verbal kommunikation. Det vil være fordelagtigt at anvende verbal kommunikation for at sikre god tid til at *opfatte, vurdere, beslutte og handle* i spillet. Det kan være en fordel at råbe navnet på den man spiller bolden til.

Kompetencer i grundspillet:

Kompetencer i grundspillet	
Teknisk	Gribe bolden i en spilsituation
	Aflever bolden hensigtsmæssigt i forhold til modtageren
Taktisk	Gøre sig spilbar for boldholderen og bevæge sig ud af modstanderens opdækning
	Tage initiativ og skabe frit rum for medspillere
	Tage initiativ og udnytte det frie rum som medspillerne skaber
	Kommunikere til medspillerne, at man er parat til at modtage bolden
	Bruge rummet – bevare en hensigtsmæssig afstand til sine medspillere
	Bruge rummet – holde bredden i spillet
	Bruge rummet – holde dybden i spillet
	Orienter sig konstant i forhold til med- og modspillere
	Have øje på boldholderen

Tabel 5.2 Kompetencer i grundspillet

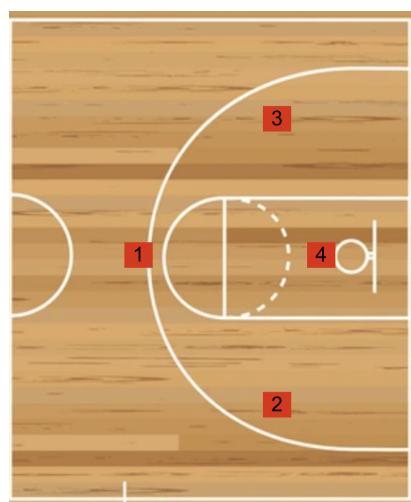
ABC zoner, High/low balance. Fra "Basketball ABC"



Positioner på banen.

Bemærk vi anvender kun 4 spillere. https://en.wikipedia.org/wiki/Basketball_positions

Guard (1):
Center (4):
Forwards (2+3):



Bemærk:

Den måde vi fortolker
sig til følgende zoner:

basketball på, vil vi gerne have spillerne til at holde

Guard: Bevæger sig primært i B_{HI} A_{HI} C_{HI} og A_{LO} (altså i et omvendt T)

Center: Bevæger sig primært i B_{LO} A_{LO} C_{LO} og A_{HI} (altså i et T)

Venstre Forward: Bevæger sig primært i B_{HI} B_{LO} A_{LO} (altså i en vinkelform fra venstre)

Højre Forward: Bevæger sig primært i C_{HI} C_{LO} A_{LO} (altså i en vinkelform fra højre)