

# Basketbol Aşkı

Top sürme, pas verme, şut atma... Sayı, pota, step, hücum, faul, savunma, smaç, rebound, turnike, hava atışı ve işte benim basketbol serüvenim...



Merhaba, benim adım Bora. Üç yıldır basketbol oynuyorum. Haftada iki gün antremana gidiyorum. Böylece top sürmeyi, pas atmayı öğreniyorum. Elbette bir de şut atmayı! Şimdilik, daha çok iki sayılık şut atabiliyorum. En çok da turnikeye çıkarak sayı yapıyorum. Bu nedenle arkadaşlarım bana Turnike lakabını taktı.

Basketbol oynarken tüm dikkatimi yaptığım işe veriyorum.

Turnikenin ne olduğunu merak edebilirsiniz. Anlatayım: Basketbolda top sürülür. Yani top sektirilerek ilerlenir. Top sektirmeden ilerlenirse step, yani hatalı yürüme olur. Step, kural dışı bir harekettir. Ancak oyuncu potaya yakın bir yerdeyse topu yerde sektirmeden üç adım atıp üçüncü adımda sıçrayarak topu çembere atması gerekir. İşte buna turnike denir.

Şu anda bir basketbol okuluna gidiyorum. Amacım bir takımın yıldızlar liginde oynamak. Bir de düşüm var. Bir gün milli takımda yer almak. Peki şunu da itiraf edeyim. Hidayet Türkoğlu gibi NBA'de, yani ABD Profesyonel Basketbol Ligi'nde oynamak da istiyorum. Ancak bunun için çok çalışmam gerektiğini biliyorum.



Antremanlarda bazen ma yapıyoruz. Ma hava atışıyla başlıyor. Uzun boylu olduğum için bizim takımın hava atışlarına ben çıkıyorum. Bu şöyle oluyor: Hakem topu yükseğe atıyor. İki takımdan birer oyuncu tek ellerini kullanarak topu arkadaşlarına doğru atmaya çalışıyor. Topu yakalayan takım oyuna başlıyor.

Doğrusu hava atışları ve serbest atışlar sırasında biraz tedirgin oluyorum. Üç sayılık atışlardaysa pek fazla sayı elde edemiyorum. Üç sayılık atış denediğimde attığım top çoğu zaman ne potaya ne de çembere değiyor.



Sıçrayarak şut atmak en sevdiğim şey!

Basketbolun bana pek çok yararı oldu: Kaslarım gelişti. Artık daha güçlü ve hızlıyım. Yeni arkadaşlar edindim ve takım çalışmasının nasıl bir şey olduğunu öğrendim. Beslenmeye de daha çok dikkat ediyorum. Aslına bakarsanız tüm sporcular gibi sağlığıma özen gösteriyorum.

Antrenörümüz zamanla güçleneceğimizi, güçlendikçe ve deneyim kazandıkça da atışlarımızın daha isabetli olacağını söylüyor. Ama yine de üç sayılık atış yapmak her durumda zormuş. Ne de olsa potaya 6,25 m öteden şut atmak kolay değilmiş!

Bu arada FIBA, yani Dünya Basketbol Federasyonu, üç sayılık atış çizgisinin uzaklığını 6,75 metreye çıkarmış! Antrenörümüz, hava atışını yakalayamama, serbest atış ya da şut atamama gibi durumlardaki tedirginliğimizin de yine deneyim kazandıkça azalacağını söylüyor. Oyun alanında, takım olduğumuzu unutmadan oynarsak daha başarılı olurmuşuz. Aslında başarıyı ya da başarısızlığı düşünmemeliymişiz. Yalnızca oynadığımız oyundan zevk almalıymişiz.



İşte kaçırmayacağım spor olayı: 16. FIBA Dünya Basketbol Şampiyonası! 28 Ağustos - 12 Eylül tarihleri arasında Türkiye'de yapılacak şampiyonayla ilgili daha fazla bilgiye <http://turkey2010.fiba.com/pages/tur/fe/10/fwcm/p/index.html> bağlantısından ulaşabilirsiniz.



16. FIBA Dünya Basketbol Şampiyonası'nın maskotu Bascat

Ben ribound çıkışlarını daha iyi yapıyorum. Yani bir oyuncunun çemberden seken topunu kolaylıkla yakalayabiliyorum. Oyuncu bizim takımdansa hücum şansımız devam ediyor. Hücum, sayı yapmak için yaptığımız bir şey. Oyuncu karşı takımdaysa, yani biz savunmadaysak, ribounda çıkmak ve topu yakalamak takımımıza hücum yapma şansı veriyor.

Ribound çıkışlarımın iyi olduğunu forvet olarak oynadığımı belirtmek için söyledim. Aslında bir takımda farklı görevleri vardır. Kimi benim gibi forvettir. Forvet, iyi şut atan ve ribounda çıkıp topu yakalayabilen oyuncudur. Forvet dışında pivot ve savunma oyuncuları da vardır. Pivot, takımın en uzun oyuncusudur. İyi şut atar, iyi savunma yapar. Savunma oyuncusuysa hızlı koşar, iyi top sürer, pas atar ve top çalar. Ayrıca, oyunu yöneten, hücumun nasıl yapılacağını belirleyen, oyun kurucuyu da unutmamak gerekir.

Elbette tüm oyuncuların en iyi şekilde top sürmesi, pas atması, şut atması, savunma yapması, ribound alması gerekir. Ama oyuncular zaman içinde kendilerini belirli konularda daha çok yetiştirir ve takım içinde belirli bir görev alır. Elbette oyuncuların fiziksel özellikleri de bunda etkilidir.

Benim takımdaki görevimin ne olduğunu anlattım. O zaman nasıl şut attığımı da anlatayım. Şut atarken, tıpkı savunma yaparken olduğu gibi önce temel duruşumu alırım. Yani bacaklarım omuz hizasına kadar açık, dizlerim de hafifçe kırık olur. Dizlerimin hafifçe kırık olmasının nedeni, kolayca yaylanarak topu yükseğe atmak için kuvvet kazanmaktır. Ayaklarım başım karşıya dönüktür. Sonra ellerimi göğüs hizamada tutarım. Topu, parmaklarımın ucuyla kavrırım. Avuç içim topa değmez. Şut atarken kullanacağım elim potaya dönüktür. Diğer elimle de topu desteklerim.

Veni bir şey öğrenmem bazen günler sürüyor. Ama çok çalışıyorum.

Çok çalışmak işe yarıyor. Artistik hareketler bile yapabiliyorum.



Yükselir, sıçrar, bu arada topu başımın üzerine doğru kaldırır ve potaya dönük elim bileğini hafifçe öne doğru eğip topu atarım. Böylece top eğimli bir yol izleyerek potaya doğru hareket eder. Şut atarken tüm dikkatimi yaptığım işe veririm. Aslında tüm oyun boyunca bunu yaparım. Oyuna ne kadar odaklanırsam o kadar etkili oynarım. Bu müthiş bir şeydir.

Elbette oyuna odaklanmışken, bazen farkında olmadan, bazen de taktik gereği faul yaparım. Faul, kural dışı davranış demektir. Rakip oyuncuların tutulması, çekilmesi, itilmesi gibi. Faul yapıldığında hakem oyunu durdurur. Bu durumda ya top yandan oyuna sokulur ya da faul yapılan oyuncu serbest atış yapar. Faul dışında hatalı yürüme, topun oyun alanının dışına çıkması, oyuncunun karşı takımın potasının dibinde üç saniyeden fazla durması gibi durumlarda da top karşı takıma geçer.

Elimde topu tuttuğum sürece inanılmaz bir heyecan hissediyorum.

Basketbolla ilgili daha pek çok kural var. İnsan zamanla bunların hepsini öğreniyor. İlk başladığım zamanki halimi hatırlıyorum da çok acemi idim. Top sürmeyi bıraktıktan sonra pas vermem ya da şut atmam gerektiğini unutuyordum ve sonra top sürmeye devam ediyordum. Hakem düdüğü çalıyordu: Hatalı yürüme!

Şimdi topu sürüyorum, pas veriyorum, şut atıyorum. Yalnızca basketbol oynamıyorum, bu sporla ilgili dünyada neler olup bittiğini de izliyorum. Geçenlerde bir haber okudum. Akıllı basketbol ayakkabıları çıkmış. Bu ayakkabıların topuğunda küçücük elektronik bir aygıt ve motorlu bir kablo sistemi varmış. Elektronik aygıt sayesinde önce oyuncunun ayak hareketleri algılanıp kaydediliyormuş. Ayakkabı da bu hareketlerle uygun şekilde yumuşak ya da sert bir hal alıyormuş. Bu da motorlu kablo sistemiyle gerçekleşiyormuş. Basketbol gerçekten güzel bir spor ve bu konudaki bilimsel ve teknolojik gelişmeler de çok ilginç!

İşte bunun adı basketbol aşkı!

