

Tęsk žaidimą: Jase didysis bandymas

1 skyrius

Jase žvelgė į sporto salės duris. Atranka vyks po dviejų savaitių. Praėjusiais metais jis nepateko į galutinį atrankos etapą. O šiais metais... Ar bus kitaip?

Jase stebėjo iš tribūnų, kaip geriausi žaidėjai treniruojasi – jie metė vieną metimą po kito. Jis jautė nemalonų jausmą skrandyje.

Treneris Carter netoliese rikiavo kūgelius. Jis žaidė profesionalų krepšinį, kol karjerą baigė dėl kelio traumos. Kai kurie vaikai sakė, kad jo karjera galėjo būti labai sėkminga.

– Nori tikrai išmokti žaisti? – paklausė jis, nusivalydamas rankas. – Susitinkam rytoj 6 valandą ryto už sporto salės.

Jase mirktelėjo. Ar jis kalbėjo rimtai?

Ką Jase turėtų daryti?

[– Priimti pasiūlymą. → Peržiūrėkite 5 skyrių](#)

[– Treniruotis savarankiškai. → Peržiūrėkite 10 skyrių](#)

[– Pamišti krepšinį. Išbandyti kažką naujo → Peržiūrėkite 15 skyrių](#)

5 skyrius

Treneris Carter nemėgo juokauti. Jis vertė Jase bėgioti kalnuose, varyti kamuolį užrištomis akimis ir analizuoti 1990-ųjų metų rungtynių įrašus.

– Tai ne tik fizinis darbas, – sakė jis. – Tai ir ryžto klausimas.

Treneris taip pat daug kalbėjo apie komandinį darbą.

– Krepšinis nėra vienas prieš vieną. Tai penki žmonės, judantys kaip vienas, – sakė jis.

Jase išmoko greičiau pastebėti laisvus perdavimus, klausytis komandos draugų, esančių už nugaros, žingsnių, garsiai ir aiškiai sakyti žaidimo kombinacijas – net tada, kai jam trūko kvapo.

– Geri žaidėjai pelno taškus, – sakė Carter. – Puikūs žaidėjai padeda kitiems tapti geresniais.

Jase kentėjo. Kiekviena diena buvo išbandymas.

Vieną rytą, paslydęs ir praleidęs penkis baudų metimus iš eilės, Jase sušuko:

– AŠ BAIGIAU!

–Tu baigėi? – paklausė treneris.

Ką Jase turėtų daryti dabar?

[– Stengtis ir tęsti treniruotes. → Peržiūrėkite 20 skyrių](#)

[– Pasitraukti ir išeiti. → Peržiūrėkite 25 skyrių](#)

10 skyrius

Kitą rytą Jase nepasirodė sutartoje vietoje. Užuoť ėjęs treniruotis, jis įsijungė krepšinio kanalą „YouTube“ platformoje ir kartojo visus pratimus, kuriuos tik galėjo rasti.

Kurį laiką tai veikė. Jis greitai tobulėjo ir sekė savo pažangą. Niekada nepraleido nė vienos treniruotės!

Beť kažkas atrodė... ne taip. Jis treniravosi vienas, be trenerio ar komandos. Jam trūko žmonių.

Vieną dieną Lina, kuri vadovavo mokyklos vaizdo klubui ir turėjo daug žinių apie sportą, stebėdama savo vyresniojo brolio treniruotes, pastebėjo, kad Jase pietų metu šlubuoja.

– Tu per daug stengiesi, – pasakė ji, atsisėdusi šalia jo su savo kokteiliu. – Turėtum pabandyti suderinti savo sunkų darbą su geresniu planu.

Lina nebuvo žaidėja, beť buvo labai protinga. Ji žinojo, kaip išanalizuoti žaidimus, pastebėti klaidas treniruočių vaizdo įrašuose ir sudaryti veiksmingas treniruočių programas.

Jase dvejojo.

Ką Jase turėtų daryti?

– Paprašyti Linos pagalbos ir sudaryti geresnį planą. → Peržvelkite 30 skyrių

– Ignoruoti ją ir treniruotis dar intensyviau. → Peržvelkite 35 skyrių

– Ignoruoti ją ir treniruotis vienas. → Peržvelkite 40 skyrių

15 skyrius – „Centras“

Jase numetė kamuolį į šalį.

– Gal tai ne man.

Užuot žaidęs jis padėjo savo draugei Linai montuoti žaidimo vaizdo įrašus. Ji išmokė Jase karpyti vaizdo įrašus, pridėti muziką ir pasakoti istorijas per sportą.

– Nori sukurti vaizdo įrašą su geriausiais momentais atrankai? – paklausė ji.

Tai nebuvo žaidimas... bet atrodė teisinga.

Jie pradėjo filmuoti kitus vaikus, montuoti komandos vaizdo įrašus ir kurti juokingus klipus. Jase vis dar mylėjo krepšinį, bet dabar jis žiūrėjo į jį kitaip.

20 skyrius – „Tylusis MVP“

Jase atėjo į atrankas nervingas, bet susikaupęs. Jis neparodė įspūdingiausio žaidimo, bet stengėsi, atliko protingus perdavimus ir išlaikė šaltą protą esant spaudimui. Treneris Carter jį ragino – kartais griežtai, kartais tyliai – judėti kartu su kitais, atlikti pratimus be pokalbių.

– Tu nežaidi, kad pasirodytum, – sakė treneris. – Tu žaidi, kad užmegztum ryšį.

Atrankose jis nedarė įspūdingiausių metimų. Bet jis perdavinėjo kamuolį tikslingai, padėjo nervingam žaidėjui užimti poziciją. Net kai kamuolys nebuvo jo, jis ir toliau skatino komandą žodžiu.

Treneris Carter stovėjo kampe, susikryžiaęs rankas, kartą linktelėjo galva.

Buvo paskelbtas komandos sąrašas. Jase prisijungė prie komandos ne kaip startinis žaidėjas, bet kaip komandos rišamoji grandis, kurios komanda nežinojo, kad jai reikia.

25 skyrius – „Vėlesnis sugrįžimas“

Jase numetė rankšluostį.

– To jau per daug. Aš nesu tam tinkamas.

Treneris Carter nesiginčijo ir nebandė jo sustabdyti. Tiesiog linktelėjo galva ir pasakė:

– Tai tavo pasirinkimas. Bet atmink – poilsis nėra tas pats, kas pasidavimas.

Jase išėjo iš aikštelės. Tą naktį jis jautė keistą palengvėjimo ir apgailestavimo mišinį. Jis žiūrėjo į lubas ir vis klausė savęs, ar tai buvo teisingas sprendimas, ar treneris vėl su juo pakalbės, ar jis kada nors bus pakankamai geras, ar...

Kitą dieną jis nesitreniravo. Taip pat ir kitą dieną. Vietoj to jis pradėjo rašyti, ką išmoko – apie kojų darbą, susikaupimą ir nesėkmes. Jis net pastebėjo, kad žiūri rungtynių įrašus kitomis akimis.

Ir pamažu noras žaisti grįžo. Ne spaudimas būti tobulu, bet noras pabandyti dar kartą, kitaip.

Galbūt kitais metais jis bus pasiruošęs.

30 skyrius – „Tylusis MVP“

Su Linos pagalba Jase atrado savo ritmą. Ji filmavo jo treniruotes, padėjo jam sulėtinti tempą ir peržiūrėti pakartojimus. Ji taip pat sukūrė individualias

treniruočių programas, pritaikytas jo kūno sudėjimui, ir netgi pasiūlė patobulinimus. Jase treniravosi protingiau ir tapo pasitikintis savimi.

Lina atkreipė dėmesį, kai jis per greitai judėjo gynyboje arba praleido progas padėti komandos draugams. Ji netgi padėjo jam studijuoti profesionalius žaidėjus – ne dėl jų geriausių momentų, bet dėl to, kaip jie bendravo ir dirbo kartu.

Atėjo atrankų diena. Jase įėjo tvirtais žingsniais. Jis nedominavo, bet padėjo kitiems pasirodyti. Jis perdavinėjo kamuolį, drąsino, užpildydavo spragas. Kai kažkas paslydo, jis ištiesė ranką dar prieš treneriui tai pastebint.

Treneris Carter stebėjo iš šono, bet daug nekalbėjo.

Vėliau buvo paskelbtas komandos sąrašas. Jase pateko į komandą.

35 skyrius: „Išsekimas“

Jase, ignoruodamas Linos įspėjimą, treniravosi sunkiau nei bet kada, be poilsio dienų ir pertraukų. Jam skaudėjo raumenis ir pėdas, bet jis vis kartodavo sau, kad turi ištverti.

Vieną vakarą, po ilgos asmeninės treniruotės silpstant šviesai, Jase sprintu bėgo per aikštelę, bandydamas tobulinti paskutinį metimą. Staiga jo kulkšni persmelkė aštrus skausmas. Jis suklupo ir krito. Skausmas buvo stipresnis nei bet kada anksčiau.

Prieš atrankas Jase sėdėjo namuose, ant patinusios kulkšnies tvirtai apvyniojęs ledą. Jis bandė save įtikinti, kad vis dar gali žaisti. Bet kai atėjo atrankų diena, kiekvienas žingsnis jam kėlė skausmą, jis šlubavo.

Jis nepateko į komandą.

Namuose jis žiūrėjo į lubas. Jase jautė sunkų apgailestavimo, nusivylimo ir keisto palengvėjimo mišinį. Galbūt kitais metais, pagalvojo jis, treniruosis protingiau, o ne tik sunkiau.

40 skyrius: „Vieniša žvaigždė“

Jase laikėsi savo plano. Jis treniravosi vienas, sutelkė dėmesį į savo pažangą ir stengėsi labiau nei bet kada. Jis judėjo greitai, gerai atliko judesius ir mėtė taikliai. Jis žaidė sunkiai per atrankas. Jo judesiai buvo aštrūs, o metimai – tikslūs. Jis išsiskyrė iš kitų.

Jis pateko į komandą.

Iš pradžių jis didžiavosi, kad jo pastangos atsipirko. Jo vardas buvo sąrašė. Tačiau prasidėjus sezonui, viskas pasikeitė. Treniruočių metu Jase dažnai per ilgai laikydavo kamuolį. Jis ateidavo anksti ir likdavo ilgiau, bet beveik niekada nekalbėdavo su kitais. Jis pelnydavo taškus rungtynėse, bet praleisdavo galimybes užmegzti ryšį su komanda – pavyzdžiui, bendrą pergalės šventimą, aukštą penketą ar papildomą perdavimą. Jase stovėdavo šiek tiek atokiau nuo komandos rato, kai komanda susirinkdavo. Komandos nariai jo nemėgo, tiesiog jo nepažinojo.

Jis buvo komandos narys. Bet atrodė, kad jis nepriklausė komandai. Jis praleido tai, kas buvo tikrai svarbu: komandinį darbą, pasitikėjimą ir džiaugsmą.



**Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga**



léargas

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti laikoma už juos atsakinga.