

TRENER

broj 130-131
jun 2026.
godina **XXX**

magazin udruženja košarkaških trenera



DUŠAN IVKOVIĆ

BEOGRADSKA KOŠARKAŠKA KLINIKA

HALA "ALEKSANDAR NIKOLIĆ"

27. / 28. JUN

25 GODINA - JUBILARNA KLINIKA

KTC SERBIAN ASSOCIATION OF BASKETBALL COACHES

NAGRAĐENI TRENERI

Sezona 2025/26.

MUŠKARCI

 Pionirski prvak Srbije	JOSIĆ MILAN
 Kadetski prvak Srbije	MIJALLOVIĆ IGOR
 Juniorski prvak Srbije i Prvak juniorske ABA Lige	PEJIĆ DEJAN
 Prvak II muške regionalne lige - ISTOK	BOŽIĆ STEFAN
 Prvak II muške regionalne lige - ZAPAD 2	LAZIĆ GORAN
 Prvak II muške regionalne lige - ZAPAD 1	NOVAKOVIĆ NEBOJŠA
 Prvak II muške regionalne lige - CENTAR	PETROVIĆ PREDRAG
 Prvak II muške regionalne lige - SEVER (S)	KNEŽEVIĆ NENAD
 Prvak II muške regionalne lige - SEVER (J)	REPAC NIKOLA
 Prvak I muške regionalne lige - ISTOK	JOVIĆ SAŠA
 Prvak I muške regionalne lige - ZAPAD	RAIČEVIĆ STEFAN
 Prvak I muške regionalne lige - CENTAR	PAUNOVIĆ NIKOLA
 Prvak I muške regionalne lige - SEVER	ĆOPIĆ DALIBOR
 Prvak II muške lige Srbije	MARIĆ VLADIMIR
 Pobjednik Kupa Radivoja Koraća	OBRADOVIĆ SAŠA
 Prvak prvog dela takmičenja Košarkaške lige Srbije	NEDOVIĆ STRAJIN
 Prvak Košarkaške lige Srbije	JOVANOVIĆ VLADIMIR

ŽENE

 Pionirski prvak Srbije	DMITROVIĆ NIKOLA
 Kadetski prvak Srbije	JOVANOVIĆ FILIP
 Juniorski prvak Srbije	SUBIĆ SLOBODAN
 Prvak I ženske regionalne lige - SEVER	MALEŠ DUŠAN
 Prvak I ženske regionalne lige - JUG 1	MURATOVIĆ ALDIN
 Prvak II ženske lige Srbije	DESPIĆ BRANKO
 Prvak I ženske lige Srbije	MALJKOVIĆ MARINA
 Pobjednik Kupa Milana Cige Vasojevića	MALJKOVIĆ MARINA

NAGRADA ZA DOPRINOS RAZVOJU KOŠARKE

	ĐURIĆ SRETEN
	MRĐA MILKAN
	TANČIĆ DRAGOSLAV
	JOJIĆ DOBRILO



magazin ■ Broj 130-131 ■ jun 2026. ■ godina XXX

TRENER

Dudina vizija
– ostvarena

Kako je Klinika „Dušan Ivković“ stvorena njegovom idejom, vrhunac rada na stručnom usavršavanju košarkaških trenera, UKTS, iz godine u godinu, dobija na kvalitetu. Stoga jubilarnu 25. košarkašku kliniku doživljavamo ne samo kao uspeh našeg udruženja već kao dug legendarnom Dušanu Dudi Ivkoviću. Poštujući njegovu viziju, bez lažne skromnosti i s mnogo argumenata, možemo tvrditi da smo postigli visok i planetarni ugled u svetu košarke.

Sama koncepcija je da za predavače, po najvišim kriterijumima, biramo trenere iz NBA, Evrope i, naravno, naše stručnjake. Po tom konceptu klinika je uvek obeležena i temama uglednih stručnjaka iz najrazličitijih oblasti koje mogu doprineti stručnom usavršavanju posetilaca klinike. Recimo, od uglednih profesora psihologa, nutricionista, pedagoga, vrhunskih stručnjaka za kondicionu pripremu i mnogih drugih.

Dokaz da smo na pravom putu je i sve veći broj inostranih trenera, od kojih neki deceniju i više posećuju našu kliniku, i to iz Kine, Rusije, Rumunije, Nemačke, Francuske, Mađarske, svih država iz našeg regiona, do trenera iz zemalja gde košarka tek traži svoje mesto među uglednim sportovima. Prepoznati smo kao jedna od najkvalitetnijih košarkaških klinika, što je jedan od preduslova da nam kao predavači, vrlo rado, dolaze najuglednija imena trenerske struke.

Kliniku „Dušan Ivković“ uzdigli smo na visok nivo i ona je u kalendaru najznačajnijih košarkaških događaja u svetu. Ona već odavno ima internacionalni karakter. Činjenica je da je ona, u okviru stručnog usavršavanja, za naše trenere obavezna, ali je posećuju brojni inostrani treneri, samo prošle godine iz preko četrdeset zemalja. Sam termin klinike, poslednji vikend juna, takođe je dobro pogođen. Ona je postala najkošarkaškiji spektakl, u najlepšem smislu te reči. Takođe, svake godine posetiocima se priredi nešto novo i kvalitetnije nego prethodne. Taj uslov je zvezda vodilja u pripremi nove klinike, koja počinje odmah po završetku tek održane.

Uz zahvalnost svim posetiocima i predavačima klinike, veliko priznanje pripada kancelariji našeg udruženja, sa Strahinjom Veselinovićem, generalnim sekretarom, na čelu i posebno brojnim trenerima volonterima, bez čije pomoći ovaj uspeh ne bi imao onaj sjaj kojim sija.

Dobro došli na 25. kliniku „Dušan Ivković“!

Duda's vision
– achieved

Since the „Dušan Ivković“ Clinic was created by his idea, this peak of work on the professional training of basketball coaches is gaining in quality year after year. Therefore, we perceive the jubilee 25th Basketball Clinic not only as a success of our association, but as a debt to the legendary Dušan - Duda Ivković. Respecting his vision, without false modesty and with many arguments, we can claim that we have achieved a high and planetary reputation in the world of basketball.

The concept itself is that, according to the highest criteria, we select coaches from the NBA, Europe and of course our own experts as lecturers. According to this concept, the Clinic is always marked by topics given by reputable experts from a wide variety of fields who can contribute to the professional development of Clinic's visitors. For example, from reputable professors, psychologists, nutritionists, educators, top fitness experts and many others.

Proof that we are on the right track is the increasing number of foreign coaches, some of whom have been visiting our Clinic for a decade or more: from China, Russia, Romania, Germany, France, Hungary, all countries in our region, to coaches from countries where basketball is still seeking its place among reputable sports. We are recognized as one of the highest quality basketball clinics, which is one of the prerequisites for the most reputable names in the basketball coaching to come to us as lecturers.

We have turned the „Dušan Ivković“ Clinic into a reputable one and it is on the calendar of the most important basketball events in the world. It has long had an international character. The fact is that it is mandatory for Serbian coaches as part of their professional development, but it was visited by numerous foreign coaches, just last year they came from over forty countries. The timing of the Clinic itself, the last weekend of June, was also a good choice. It has become the greatest basketball spectacle, in the best sense of the word. Also, every year, visitors are treated to something new and better than the previous year. This condition is the guiding star in the preparation of the Clinic, which begins immediately after the one just held.

Along with gratitude to all visitors and lecturers of the Clinic, great recognition goes to the office of our association, headed by Strahinja Veselinović, Secretary General, and especially to the numerous volunteer coaches, without whose help this success would not have the brilliance it shines with.

Welcome to the 25th „Dušan Ivković“ Clinic

Impresum

ISSN 2812-7986

Osnivač i izdavač: Udruženje košarkaških trenera Srbije, Beograd, Sazonova 83 ■ **Za izdavača:** Ivan Jeremić ■ Glavni i odgovorni urednik: Mirko Polovina, mppolovina@gmail.com
Izdavački savet: dr Vladimir Koprivica (predsednik), Aleksandar Ostojić, Milkan Mrda, Milan Tasić, Ljupče Žugić ■ **Design&Layout:** Studio Platinum ■ **Dijagrami:** Marko Mrđen
Prevod / Translation: Nina Vidosavljević i Filip Simić ■ **Lektura i korektura:** Branislava Cvetković ■ **Adresa redakcije:** Beograd, Sazonova, 83 ■ **e-mail:** ukts@ukts.rs
Telefon: +381 11 34 00 852 ■ **Fax:** +381 11 34 00 851 ■ **Štampa:** Birograf Comp, Zemun ■ **Tiraž:** 1.000 primeraka ■ **Časopis izlazi dvomesečno**
 ■ Rešenjem Ministarstva za informacije Republike Srbije br. 651-03-00323/1999-03, od 17. 1. 2000. god. „Trenner“ je upisan u registar javnih glasila, pod rednim brojem 2928

Naša klinika – naš ponos

Pravi podvig i korak od sedam milja, uz podršku članova Upravnog odbora, načinio je Duda Ivković, košarkaška, trenerska legenda svetskog formata. Pre svih, on je osmislio trenersku kliniku u ovom formatu. Kvalitet predavača i teme učinile su našu kliniku interesantnom ne samo za domaće trenere već i za one širom sveta

Stručno usavršavanje trenera, članova UKTS, uvek je bio i ostao najprimarniji zadatak našeg udruženja. Tako je već decenijama, s tim da je kvalitet naših stručnih skupova iz godine u godinu bio sve obimniji i na višem nivou. Međutim, pravi podvig i korak od sedam milja, uz podršku članova Upravnog odbora, načinio je Duda Ivković, košarkaška, trenerska legenda svetskog formata. Pre svih, on je osmislio trenersku kliniku u ovom formatu. Kvalitet predavača i teme učinile su našu kliniku interesantnom ne samo za domaće trenere već i za one širom sveta. Konceptcija da među predavačima bude neko od naših vrhunskih trenera, pa trener iz NBA, neretko osvajač titule, kako prethodnih tako i baš te godine, pa ugledan trener iz Evrope, koji je dokazanog kvaliteta, i vrhunski stručnjaci za kondicionu pripremu, nutricionisti, psiholozi, košarkaške sudije od najvišeg integriteta i drugi.

Lično, za života, sam Duda je osmislio strategiju da svaka naredna klinike bude kvalitetnija od prethodne. Srećom, njegova košarkaška filozofija i najviši standard u radu žive i danas. Duda je otišao, izvesno u rajsko naselje, ali njegov autoritet, harizma i beskompromisan odnos prema bilo kom zadatku prosto i danas žive s nama. Njegovi vizija, mudrost, autoritet i upornost su nam i danas smer kojim nastavljamo u našem udruženju.

Svi članovi UKTS-a ponosni su što klinika nosi ime



„Dušan Ivković”. Skromno je reći da je on to zaslužio. To je tek mali deo duga koji imamo prema njemu, kao treneru iznad svega, čoveku koji je ne samo radio na unapređenju već je i iskreno podržavao naše i njegovo udruženje, kao i svakog njegovog člana. Bio je istovremeno i simbol i zaštitni znak udruženja. Za dobrobit UKTS-a, a bilo je i prepreka, borio se svom snagom, mudrošću, iskustvom i željom da Srbija bude – zemlja košarke, čemu

je lično dao ogroman doprinos.

Istina je da su za ogroman uspeh i stečeni ugled najzaslužniji treneri koji posećuju kliniku. Međutim, ugled naših trenera u svetu je takođe nešto što je od neprocenjive vrednosti. Upravo su neretko oni bili ti koji su svojim autoritetom dovodili izuzetno kvalitetne predavače iz celog sveta. Pomenućemo tek neke uz izvinjenje ostalima, jer kada bismo nabrojali sve, mogli bismo popuniti sve stranice našeg magazina.

Svi zajedno, kliniku „Dušan Ivković” podigli smo na nivo praznika košarke u našoj zemlji i doprineli da se Srbija u svetu doživljava kao zemlja košarke.

Kada je o našima reč, povodom 10 godina klinike, predavači su bili samo naši treneri: Dušan Ivković, Svetislav Pešić, Duško Vujošević i Željko Obradović. Prema svim ocenama, od stručnih do emotivnih, to je bio i ostao jedan od najlepših događaja u vezi s našom klinikom. ●

Mirko Polovina

PREDAVAČI

Gosti: Greg Popović, Bred Andevud, Stiv Kliford, Džim O'Brajant, Roj Vilijams, Majk D. Entoni, Del Haris, Don Nelson, Havijer Imbroda, Don Vinsent Kalipari, Đoan Plaza, Izrael Gonzales, Etoe Mesina, Gordon Harber, Vensan Kole, Tuomas Isalo, Pedro Martinez, Garsija Reneses Ajto, Dimitris Itudis, Andrea Trinkieri, Jevgenij Pašutin, Pepe Visente Ernandez i najmanje još toliko svetski priznatih trenera.

Domaći: Teško bi bilo nabrojati sve naše trenere (uz pomenutu četvoricu legendi) koji su prenosili svoje znanje. Učesnici naše klinike bili su Božo Maljković, Igor Kokoškov, Darko Rajaković, Marina Maljković, Aleksandar Džikić, Saša Đorđević, Dejan Milojević, Zoran Lukić, Dušan Alimpijević i drugi.



Our Clinic – Our Pride

Professional development of coaches, members of UKTS, has always been and remains the most important task of our association. It has been like this for decades, with the quality of our professional meetings growing and reaching higher level each year. However, the real feat and giant step, with the support of the members of the Executive Board, was made by Duda Ivković, a basketball and coaching legend of world class. Above all, he designed the Coaching Clinic, in this format. The quality of the lecturers and the topics made our clinic interesting, not only for domestic, but also for coaches around the world. The concept is that among the lecturers there should be one of Serbian top coaches, then a coach from the NBA, often a title winner, both previous and that year, then a reputable coach from Europe, who is of proven quality and top experts in fitness preparation, nutritionists, psychologists, basketball referees of the highest integrity and others.

Personally, during his lifetime, Duda himself devised a strategy for each subsequent clinic to be of better quality than the previous one. Fortunately, his basketball philosophy and the highest standard of work live on. Duda has gone, surely to a heavenly settlement, but his authority, charisma, uncompromising attitude towards any task, simply live with us today. His vision, wisdom, authority and persistence are the direction we are still taking in our association today.

All members of UKTS are proud that the Clinic bears

the name „Dušan Ivković”. It would be modest to say that he deserved it. This is only a small part of the debt we have to him, as a coach above all, a man who not only worked on improving our and his association, but also sincerely supported it, as well as each of its members. He was at the same time a symbol and trademark of the Association. For the benefit of UKTS, and there were obstacles, he fought with all his strength, wisdom, experience and desire for Serbia to be – The Land of Basketball, to which he personally made a huge contribution.

It is true that the trainers who visit the Clinic are the ones who are most responsible for its enormous success and reputation. However, the reputation of our coaches in the world is also something that is of inestimable value. They were the ones who often, thanks to their authority, brought exceptionally high-quality lecturers from all over the world. We will only mention a few with apologies to the others, because if we were to list them all, we could fill all the pages of our magazine.

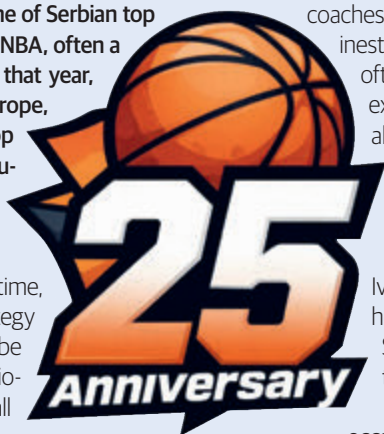
Together, we have raised the „Dušan Ivković” Clinic to the level of a basketball holiday in our country and contributed to Serbia being perceived in the world as the Land of Basketball.

Speaking of our coaches, on the occasion of the Clinic's 10th anniversary, the lecturers were only Serbian coaches: Dušan Ivković, Svetislav Pešić, Duško Vujošević and Željko Obradović. By all accounts, from professional to emotional, it was and remains one of the most beautiful events related to our Clinic. ●

Mirko Polovina

Translation: Filip Simić

The real feat and giant step, with the support of the members of the Executive Board, was made by Duda Ivković, a basketball and coaching legend of world class. Above all, he designed the Coaching Clinic, in this format. The quality of the lecturers and the topics made our clinic interesting, not only for domestic, but also for coaches around the world.



TRENER

broj 99
jun 2018.
godina XXII

magazin udruženja košarkaških trenera | UKTS |



TRENER

broj 103
jun 2019.
godina XXIII

magazin udruženja košarkaških trenera | UKTS |



LECTURERS

Guests: Gregg Popovich, Brad Underwood, Steve Clifford, Jim O'Bryant, Roy Williams, Mike D'Antoni, Del Harris, Don Nelson, Javier Imbroda, John Calipari, Joan Plaza, Israel Gonzalez, Ettore Messina, Gordon Hibbert, Vincent Colet, Tuomas Iisalo, Pedro Martinez, Garcia Reneses Aito, Dimitris Itoudis, Andrea Trinchieri, Evgeniy Pashutin, Pepe Vicente Hernandez and at least as many other world-renowned coaches.

Serbian coaches: It would be difficult to list all of our coaches (besides the four legends mentioned) who passed on their knowledge. The participants of our Clinic were taught by Božo Maljković, Igor Kokoškov, Darko Rajaković, Marina Maljković, Aleksandar Džikić, Saša Đorđević, Dejan Milojević, Zoran Lukajić, Dušan Alimpijević and others.



Marina Maljković, first female lecturer at the coaching clinic

Two Memories and Great Pride

Marina Maljković's name is associated with many „firsts in history”. The most important one - the first gold medal won by Serbia's women's basketball team in a major competition. If it is necessary to remind, Serbia, with Marina Maljković at the helm, stood on the European throne in 2015 at the European Championship in Budapest... She repeated the same success six years later, at the EuroBasket in Valencia. In the meantime, she won two bronze medals - European and Olympic one... Thus securing a place for herself among the great coaches. Marina is the winner of the „Piva Ivković” Lifetime Achievement Award, the highest recognition of the UKTS.

Thus, Maljković was the first, and so far only, female lecturer in the quarter-century-long history of the Belgrade Coaching Clinic. She stood before her colleagues in 2016, when the following also lectured at the Clinic: Dejan Radonjić, Ibon Navarro, Evgeniy Pashutin and Rick Barnes.

Before the new - jubilee - Clinic, we reminded Marina Maljković of that moment, which - as she herself admitted - she will remember forever.

- A wonderful memory, really wonderful - said Marina Maljković for the magazine „Trenner”.

By the way - when it comes to the Coaching Clinic, as she herself emphasized, two things immediately come to mind...

- First of all, in 2016, the famous and beloved Bora Cenić gave me a plaque, whom I remember from the time when I was still playing, with whom I worked on basketball individually. And secondly... Since the topic of that lecture was: „The role of a wing player in basketball”, I had the great honor and pleasure that Praja Dalipagić spoke in the video that was made, as one of the greatest basketball players in that position from his time. Those are really two big names in our basketball and that's what immediately comes to mind. Of course, Sonja Vasić, who, as a lady and someone from modern times, gave a comment about it.

And she is well aware of the significance and importance of the Clinic.

- Truly a beautiful memory, the beginnings of all the successes of women's basketball that are always fondly remembered. And the Clinic that is unparalleled in our country. And when one travels abroad and sees how much it is valued in all countries, you only become even more proud - said Marina Maljković. ●

B. K.

Ivan Jeremić, President of the UKTS

The Four Principles of the Clinic

Ivan Jeremić, President of the UKTS (Basketball Coaches Association of Serbia), sees the essence of the „Dušan Ivković Belgrade Clinic” through four fundamental principles on which this famous seminar has been based for a quarter of a century.

„The first and most fundamental reason for the existence of the

„Dušan Ivković Belgrade Clinic” is education of coaches. That is the core idea. Over the last four or five years, basketball has changed tremendously, and we must keep pace with that trend. The Clinic's philosophy is to bring in one lecturer each year from Serbia, Europe, and the USA—whether they are an expert from the NBA or the NCAA.

The second point is the promotion of young and promising coaches. We have promoted a number of talented professionals, such as Kokoškov and Rajaković, before their departure to the NBA, as well as Alimpijević, Džikić, Saša Obradović, and many others. We haven't limited ourselves just to Serbian coaches; we have also introduced talented foreigners, including Tuomas Iisalo from Finland, and Ibon Navarro and Pedro Martínez from Spain, among others.

The third key aspect of the Clinic's work is that every year we reward the coaches of winning teams in the championships of Serbia and Belgrade across all competitive men's and women's ranks in Serbia, for all age groups, from youth categories to seniors. ●

N. Spasojević



Ne kopirajte druge trenere, izgradite sopstvenu filozofiju



Uvek je važno kada ste predavač na klinici. Održava se u Beogradu, u Srbiji, koja je košarkaška zemlja. Odajemo počast liku i delu Dušana Ivkovića, jednog od najvećih trenera svih vremena u evropskoj košarci

KRSTIĆ I TEODOSIĆ: VRHUNSKI CENTAR I KOŠARKAŠKI GENIJE

U periodu kada je predvodio CSKA i gradio jedan od najuspešnijih timova u evropskoj košarci, Ettore Messina je sarađivao sa brojnim vrhunskim igračima koji su obeležili to vreme. Među njima su bili i Nenad Krstić i Miloš Teodosić, ključne figure tog sastava i nosioci igre moskovskog kluba.

- Nenad Krstić je bio izuzetno čvrst i veoma vešt centar. Vrhunski centar. A Miloš Teodosić je bio košarkaški genije. Iskreno, jedino mi je žao što smo na Fajnal-foru u Milanu ispustili veliku prednost protiv Makabija. Mislim da smo te godine mogli da osvojimo Evroligu. Ali Makabi je pobedio i potpuno zaslužio osvojiti titulu. Žao mi je zbog toga na ličnom nivou, ali još više zato što se taj tim doveo u odličnu poziciju da osvoji trofej. Nije bilo lako. Ali govorimo o dvojici zaista velikih igrača.

Kada jedan od najvećih evropskih trenera svih vremena govori o košarci, treneri slušaju i zapisuju. Ettore Messina, četvorstruki šampion Evrope i čovek koji je tokom karijere vodio Virtus, Benetton, CSKA, Real Madrid, Olimpiju Milano, reprezentaciju Italije, ali i radio u NBA ligi sa Gregom Popovićem u San Antonio Spursima, jedan je od retkih stručnjaka čije reči i danas predstavljaju svojevrsni udžbenik za generacije trenera širom sveta.

Proslavljeni italijanski stručnjak jedan je od predavača na 25. jubilarnoj Beogradskoj košarkaškoj klinici „Dušan Ivković“.

– Uvek je važno kada ste predavač na klinici. Održava se u Beogradu, u Srbiji, koja je košarkaška zemlja. Odajemo počast liku i delu Dušana Ivkovića, jednog od najvećih trenera svih vremena u evropskoj košarci. Čast je i zadovoljstvo, a radujem se jer ću se priključiti velikim trenerskim imenima poput Željka Obradovića i Igora Kokoškova. To je odlična prilika da se sretnem sa dobrim prijateljima - počinje priču za „Trener“ Messina i evocira uspomene na legendarnog Dušana Dudu Ivkovića:

– Pamtim njegovo držanje i njegov autoritet. Znao, kada bi ušao u prostoriju, na nekoj klinici, ili kada bi vodio tim, jednostavno je imao ogromnu harizmu i težinu. Dok je trenirao Olimpijakos, između 1995. i 1997. godine, ja sam bio selektor reprezentacije Italije. Imao sam priliku da u slobodno vreme obilazim velike trenere i učim od njih. Dva ili tri puta sam tokom priprema u Folgariji, u Italiji, odlazio da gledam treninge Olimpijakosa koje je vodio trener Duda. Svaki put je to bila prava majstorska lekcija. Naravno. Kasnije smo se mnogo puta sastajali kao protivnici, posebno tokom moje prve četiri godine u CSKA.

● Značaj klinike „Dušan Ivković“

Govoreći o značaju Beogradske košarkaške klinike „Dušan Ivković“, Messina ističe da su upravo ovakva okupljanja tokom njegove karijere predstavljala dragocen izvor znanja, ali i priliku da svaki trener pronađe sopstveni put i izgradi ličnu trenersku filozofiju.

– Ja sam kao mlad trener čitavog života odlazio na sve moguće klinike i seminare kako bih slušao, učio i po-

nešto usvojio. Mislim da je najvažnija stvar za svakog trenera da razvije sopstvenu filozofiju, svoj način podučavanja. Ne svoj način igre, jer način igre zavisi od igrača koje imate. Ne možete igrati brzo ako imate spor tim. Ne možete usporavati igru ako je vaša ekipa stvorena za brzu košarku. Dakle, morate da prilagodite način igre karakteristikama igrača.

– Ali filozofija podučavanja, organizacije tima, postavljanja pravila, načina na koji ćete učiniti da svi veruju u ta pravila i poštuju ih, kao i način na koji obraćate pažnju na detalje, to je nešto što gradite sami. Morate pronaći svoj način podučavanja, kao profesor u školi.

– Zbog toga je danas, kada imamo puno informacija, najvažnije da trener nauči kako da prepozna šta od svega toga može da pomogne njegovom sistemu. Ne možete jednostavno da kopirate. Ne možete uzeti sve od nekog drugog trenera i ubaciti to u svoj sistem, jer ćete napraviti haos. Morate uzeti samo ono što vaš sistem može učiniti boljim. Sposobnost da prepoznate koji deo nečijeg rada treba da usvojite smatram ključnom za razvoj svakog trenera. Veoma je lako pogledati utakmicu Željka Obradovića, videti kako sa sjajnim timom pobeđuje velike protivnike i onda poželeti da kopirate sve. To nije moguće. Možete uzeti određene stvari, ali morate izgraditi sopstveni sistem.

● Trenerska filozofija Ettorea Mesine

Iza četiri titule Evrolige, brojnih trofeja, Fajnal-forova i velikih pobeda krije se filozofija koja na prvi pogled deluje veoma jednostavno. Ipak, Messina naglašava da je upravo sposobnost da svi igrači prihvate zajednički cilj i svoju ulogu u timu jedan od najtežih zadataka svakog trenera.

– Vrlo jednostavno. U odbrani moramo da radimo kao ljudi i da ostavimo srce na terenu, a u napadu moramo da delimo loptu. A onda najbolji igrač treba da uzme najveći broj šuteva. Vrlo je jednostavno.

Na konstataciju da ovako objašnjena „filozofija“ zvuči jednostavno, ali da je nije lako sprovesti na terenu, Messina odgovara potvrdno:

– Tačno. Morate imati igrače koji razumeju da ne mogu sve sami. Čak i kada su izuzetno dobri, čak i kada mogu da postizu po 30 poena po utakmici, moraju

Don't copy other coaches, build your own philosophy

When one of the greatest European coaches of all time speaks about basketball, other coaches listen and take notes. Ettore Messina, a four-time EuroLeague champion and a coach who, throughout his career, has led Virtus, Benetton, CSKA, Real Madrid, Olimpia Milano, and the Italian national team, and who also worked in the NBA with Gregg Popovich at the San Antonio Spurs, is one of the rare professionals whose words still serve as a kind of textbook for generations of coaches around the world.

The renowned Italian coach is one of the lecturers at the 25th anniversary „Dušan Ivković“ Basketball Clinic in Belgrade.

– It is always important to be a lecturer at a clinic. It is held in Belgrade, in Serbia, which is a basketball country. We are paying tribute to the life and work of Dušan Ivković, one of the greatest coaches of all time in European basketball. It is an honor and a pleasure, and I am looking forward to joining great coaching names such as Željko Obradović and Igor Kokoškov. It is a great opportunity to meet good friends, Messina begins his story for „Trenner“ and recalls the legendary Dušan „Duda“ Ivković:

– I remember his presence and his authority. You know, when he entered a room, at a clinic or when he was coaching a team, he simply had enormous charisma and presence. While he was coaching Olympiacos between 1995 and 1997, I was the head coach of the Italian national team. I had the opportunity, in my free time, to visit great coaches and learn from them. Two or three times during preparations in Folgaria, Italy, I went to watch Olympiacos practices led by coach Duda. Every time it was a true masterclass. Later we met many times as opponents, especially during my first four years at CSKA.

● The importance of the „Dušan Ivković“ Clinic

Speaking about the significance of the Belgrade „Dušan Ivković“ Basketball Clinic, Messina emphasizes that such gatherings have always represented a valuable source of knowledge throughout his career, as well as an opportunity for every coach to find their own path and build a personal coaching philosophy.

– As a young coach, I spent my entire life attending every possible clinic and seminar in order to listen, learn, and take something from each of them. I believe the most important thing for any coach is to develop their own philosophy, their own way of teaching. Not their own way of playing, because the style of play depends on the players you have. You cannot play fast if you have a slow team. You cannot slow the game down if your team is built for fast basketball. So you must adapt the style of play to the characteristics of your players.

– But the philosophy of teaching, of organizing a team, of setting rules, of making everyone believe in and

respect those rules, as well as the way you pay attention to detail, that is something you build yourself. You have to find your own way of teaching, like a school teacher.

– Because of that, today, when there is so much information available, the most important thing is for a coach to learn how to recognize what can actually help his system. You cannot simply copy. You cannot take everything from another coach and put it into your system, because you will create chaos. You have to take only what can make your system better. The ability to identify which parts of someone else's work you should adopt is, in my opinion, crucial for every coach's development. It is very easy to watch Željko Obradović's team, see how he beats top opponents with a great team, and then want to copy everything. That is not possible. You can take certain elements, but you must build your own system.

● Messina's coaching philosophy

Behind four EuroLeague titles, numerous trophies, Final Four appearances and major victories lies a philosophy that at first glance seems very simple. However, Messina stresses that getting all players to accept a common goal and their role within the team is one of the most difficult tasks for any coach.

– Very simple. On defense we have to work like crazy and leave our heart on the floor, and on offense we have to share the ball. And then the best player should take the most shots. Very simple.

When it is pointed out that such a „philosophy“ sounds simple but is difficult to implement on the court, Messina agrees:

– That is true. You need players who understand they cannot do everything on their own. Even when they are extremely good, even when they can score 30

It is always important to be a lecturer at a clinic. It is held in Belgrade, in Serbia, which is a basketball country. We are paying tribute to the life and work of Dušan Ivković, one of the greatest coaches of all time in European basketball



MESINA I GREG POPOVIČ: „SRBIJA MU JE U SRCU“

Govoreći o Gregu Popoviću, sa kojim je godinama sarađivao u San Antonio Sparsima i čiji je trenerski uticaj duboko obeležio njegov rad u NBA ligi, Ettore Mesina se osvrće na njihov odnos i komunikaciju kroz godine zajedničkog rada.

- O Gregu Popoviću mogao bih da pričam tri sata. Ne govorim samo o jednom od najvećih NBA trenera svih vremena. Govorimo o izuzetnom treneru i izuzetnom čoveku. Teško mi je da rečima opišem poštovanje koje imam prema treneru Popoviću. Pre svega kao čoveku, a zatim i kao treneru. To je jednostavno. On je fantastična osoba.

U šaljivom tonu pitamo Mesinu šta bi mu legendarni Greg Popović rekao kada bi mu javio da dolazi u Srbiju na trenersku kliniku, imajući u vidu koliko Popović voli Srbiju i koliko prijatelja ovde ima.

- Ako je zdravstveno dobro, siguran sam da bi sa zadovoljstvom ponovo došao u Srbiju. - kaže Mesina uz širok osmeh i dodaje: - On je sjajan čovek. Srbija mu je, bez ikakve sumnje, u srcu.

da shvate da im je tim potreban kako bi pobeđivali. Čitao sam sjajne izjave igrača Olimpijakosa, koji su osvojili Evroligu i imali fantastičnu sezonu. Svi su govorili isto. Odavali su veliko priznanje onim igračima koji su mogli da imaju veću ulogu i više minuta, ali su prihvatili da budu deo prateće postave jer su zaista želeli da pobeđu. Svi su prihvatili svoju ulogu. Niko nije bio ljubomoran zato što ne šutira dovoljno. Takve stvari su izuzetno važne. Tokom karijere radio sam sa mnogo velikih igrača, a jedan od njih je, naravno, Saša Danilović. Saša je mogao da postiže 30 poena svake večeri, ali je uvek jasno znao da mu je potreban tim kako bi pobeđivao. Upravo to pravi razliku između dobrih i velikih igrača.

● Prilagođavanje kao trenerski kvalitet

Mesina ističe da se posao trenera danas značajno razlikuje od onoga što je bio pre deset ili dvadeset godina.

- Imate manje vremena za pripremu i detalje. Zbog toga svi moraju više pažnje da posvete jednostavnosti. Pre desetak i više godina tržište igrača bilo je mnogo ograničenije. Tokom sezone bilo je gotovo nemoguće menjati tim. Bilo je mnogo više treninga i vremena za rad. Tada je verovatno bilo važnije kako trenirate tim nego kako ste ga sastavili.

Mesina dodaje da svaki od trenera mora da gleda napred i prilagodi se datoj situaciji.

- Danas je mnogo važnije kako ste sastavili roster nego kako trenirate. Jer kada napravite greške u selekciji igrača i sastavljanju tima, mogućnosti da ih kasnije ispravite kroz trenerski rad veoma su ograničene. Ali mislim da mi treneri ne smemo da trošimo vreme govoreći kako je nekada bilo bolje. Moramo da razumemo situaciju i da joj se prilagodimo.

● Kako postati veliki trener? - Zaslužite priliku

Poverenje i prilika su najvažniji za trenera, tvrdi Mesina.

- Znaite šta, verovatno ću vam dati odgovor drugačiji od onoga koji očekujete. Postoji mnogo potencijalno velikih i dobrih trenera. Ali, najveća stvar koju možete sebi poželeti ako želite da postanete dobar ili veliki trener jeste da zaslužite priliku. Ja sam imao ogromnu sreću u karijeri jer sam imao mnogo ljudi koji su verovali u mene više nego što sam ja tada verovao u sebe. Razmislite samo o ovome. Postao sam glavni trener Virtusa iz Bolonje sa 29 godina. Selektor reprezentacije Italije postao sam sa 33 godine. Iskreno, da sam bio na mestu ljudi koji su donosili te odluke, verovatno ni sam sebi ne bih dao takvu priliku. Shvatate šta hoću da kažem?

Navodimo i primer Željka Obradovića.

- Upravo tako, upravo tako. Mislim da je tada Kičanović dao priliku Željku. Ja sam svoju dobio u Virtusu, a zatim i od predsednika Košarkaškog saveza Italije. Mnogo toga zavisi od ljudi koji u vama prepoznaju nešto što možda vi sami još ne vidite.

● Komunikacija je važna u životu i na terenu

Na pitanje o značaju komunikacije u današnjoj košarci, Mesina jasno ističe da se radi o temi koja prevazilazi teren i ulazi u samu srž trenerskog posla.

- Komunikacija nije važna samo u košarci. Ona je važna u životu. Ne volim ono što bih nazvao trouglastom komunikacijom, kada poruke idu preko posrednika. Mislim da je komunikacija jedan na jedan veoma važna. Naravno, postoje stvari koje možete da saopštite celoj ekipi, a postoje i stvari koje morate da rešavate individualno. Međutim, sve što se odnosi na pojedinca, a utiče na dinamiku cele grupe, mora da bude izrečeno pred grupom. Timu je potrebna otvorena i direktna komunikacija. Za mene tu nema nikakve dileme.

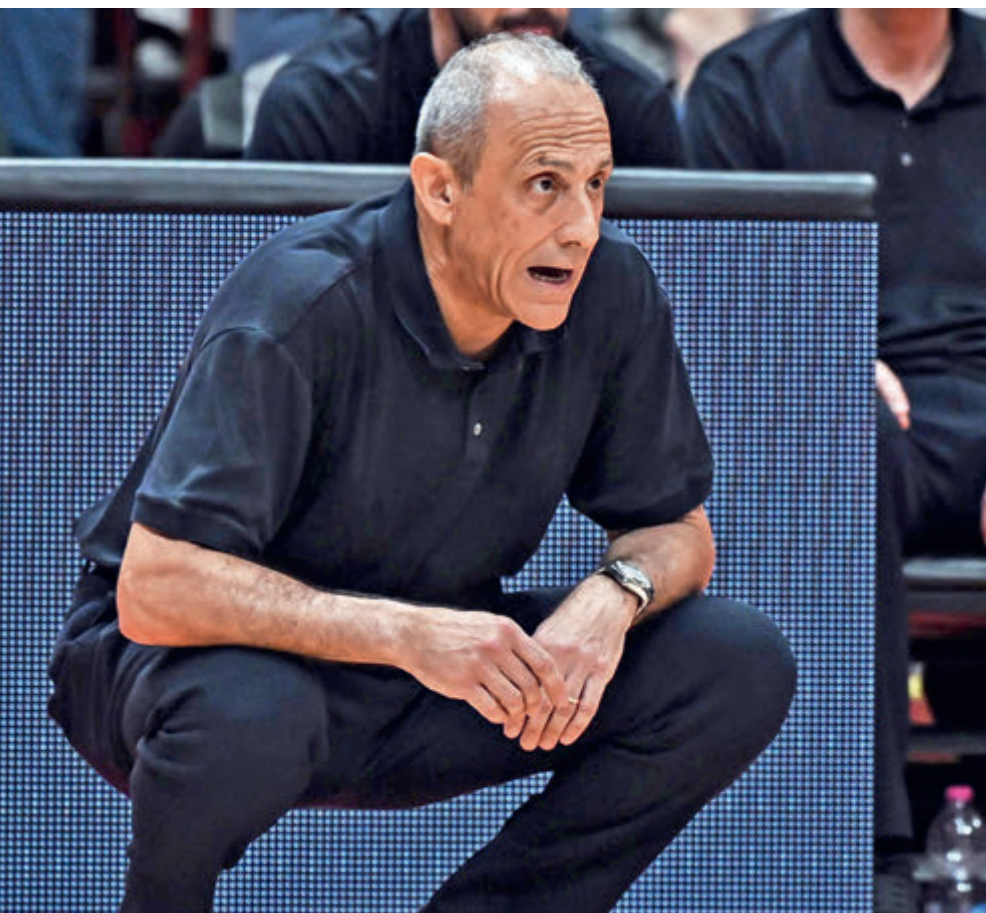
- Danas u društvu postoji mnogo opštih fraza i mantri. Jedna od njih je: „Igrači više ne slušaju kao nekada.“ Pa ni moj sin ne sluša mene na isti način kao što sam ja slušao svoje roditelje kada sam bio njegovih godina. Da mi je neko pre deset godina rekao da ću umesto sastanka sa ekipom jednostavno poslati deset video-klipova igračima, rekao bih mu da je lud. Ali danas je to realnost. To sam naučio od Trenera Grega Popovića. Govorio je o konceptu „previše pojavljivanja“. To znači: previše sastanaka, previše putovanja, previše utakmica, previše svega. U jednom trenutku morate da usporite. Moramo da pronademo način da nas slušaju. To je posao trenera.

● Trener i moderna tehnologija

Na pitanje koliko su tehnologija, analitika i napredna statistika promenile svakodnevni rad trenera i igrača, ističe:

- Tehnologija pomaže, ali ne toliko kao u NBA ligi. Tako je analitika praktično usmeravala timove ka šutu za tri poena, polaganjima i slobodnim bacanjima, jer su to statistički najefikasniji šutevi. Kada su svi počeli da igraju tako, usledila je reakcija i odbrane su se prilagodile, pa se opet došlo do potrebe za igračima koji mogu da igraju 1 na 1 i šutiraju sa poludistance, kao što je Šej Gildžus-Aleksander. Dakle, uvek postoji analitika, ali i reakcija same igre, jer se i treneri i igrači stalno prilagođavaju. Kao i kod interneta, doneo je ogromnu količinu informacija, ali razliku pravi način na koji ih koristiš. Zato je ljudski faktor i dalje presudan. ●

Saša Grujović





points per game, they must understand that they need the team in order to win. I read great comments from Olympiacos players who won the EuroLeague and had a fantastic season. They all said the same thing. They gave great credit to those players who could have had a bigger role and more minutes, but accepted being part of the supporting group because they truly wanted to win. Everyone accepted their role. Nobody was jealous about not taking enough shots. These things are extremely important. Throughout my career I have worked with many great players, and one of them was, of course, Saša Danilović. Saša could score 30 points every night, but he always clearly understood that he needed the team in order to win. That is exactly what makes the difference between good and great players.

● Adaptability as a coaching quality

Messina emphasizes that the coaching profession today is significantly different from what it was ten or twenty years ago.

– You have less time for preparation and for details. Because of that, everyone has to pay more attention to simplicity. More than ten years ago, the player market was much more limited. During the season it was almost impossible to change a team. There were many more practices and much more time to work. Back then, it was probably more important how you trained a team than how you built it.

Messina adds that every coach must look ahead and adapt to the situation.

– Today, it is much more important how you build your roster than how you train. Because when you make mistakes in player selection and roster construction, your ability to fix them later through coaching work is very limited. But I don't think we coaches should waste time saying how things were better in the past. We have to understand the situation and adapt to it.

● How to become a great coach – earn the opportunity

Trust and opportunity are the most important things for a coach, Messina says.

– You know, I will probably give you an answer different from what you expect. There are many potentially great and very good coaches. But the biggest thing you can wish for if you want to become a good or great coach is to earn the opportunity. I was extremely lucky in my career because I had many people who believed in me more than I believed in myself at the time. Just think about this: I became head coach of Virtus Bologna at 29. I became head coach of the Italian national team at 33. Honestly, if I had been in the position of those making the decisions, I probably wouldn't have given myself that opportunity. Do you see what I mean?

We also mention the example of Željko Obradović.

– Exactly, exactly. I think it was Kićanović who gave Željko his chance. I got mine at Virtus, and later from the president of the Italian Basketball Federation. A lot depends on people who recognize in you something you may not even see in yourself yet.

● Communication matters in life and on the court

When asked about the importance of communication in modern basketball, Messina clearly stresses that it is a topic that goes far beyond the court and into the very core of coaching.

– Communication is not only important in basketball. It is important in life. I don't like what I would call triangular communication, when messages go through intermediaries. I believe one-on-one communication is very important. Of course, there are things you can tell the whole team, and things you must address individually. However, anything that concerns an individual but affects the dynamics of the entire group must be said in front of the group. A team needs open and direct communication. For me, there is no doubt about that.

– Today, in society, there are many clichés and mantras. One of them is: „Players don't listen like they used to.“ Well, my son doesn't listen to me the same way I listened to my parents when I was his age. If someone had told me ten years ago that instead of a team meeting I would simply send ten video clips to players, I would have said they were crazy. But today that is reality. I learned that from Coach Gregg Popovich. He spoke about the concept of „too much exposure“ – too many meetings, too much travel, too many games, too much of everything. At some point you have to slow down. We have to find a way to make them listen. That is the coach's job.

● Coaching and modern technology

When asked how much technology, analytics and advanced statistics have changed the daily work of coaches and players, he says:

– Technology helps, but not as much as in the NBA. There, analytics practically pushed teams toward three-point shots, layups and free throws, because those are the most efficient shots statistically. When everyone started playing that way, a reaction followed and defenses adapted, which brought back the need for players who can play one-on-one and hit mid-range shots, like Shai Gilgeous-Alexander. So there is always analytics, but also a reaction from the game itself, because both coaches and players constantly adapt. It is similar to the internet, it brought an enormous amount of information, but the difference lies in how you use it. That is why the human factor remains decisive. ●

Saša Grujović

KRSTIĆ AND TEODOSIĆ: A TOP CENTER AND A BASKETBALL GENIUS

During his time leading CSKA and building one of the most successful teams in European basketball, Ettore Messina worked with many top-level players who defined that era. Among them were Nenad Krstić and Miloš Teodosić, key figures of that roster and leaders of the Moscow club.

– Nenad Krstić was an extremely tough and very skilled center. A top center. And Miloš Teodosić was a basketball genius. Honestly, the only regret I have is that at the Final Four in Milan we lost a big lead against Maccabi. I think we could have won the EuroLeague that year. But Maccabi won and fully deserved the title. I regret it on a personal level, but even more because that team put itself in a great position to win the trophy. It wasn't easy. But we are talking about two truly great players.

MESSINA AND GREGG POPOVICH: „SERBIA IS IN HIS HEART“

Speaking about Gregg Popovich, with whom he worked for years at the San Antonio Spurs and whose coaching influence deeply shaped his work in the NBA, Ettore Messina reflects on their relationship and communication over the years of working together.

– I could talk about Gregg Popovich for three hours. I am not only speaking about one of the greatest NBA coaches of all time. We are talking about an exceptional coach and an exceptional human being. It is hard for me to put into words the respect I have for Coach Popovich. First and foremost as a person, and then as a coach. It is that simple. He is a fantastic person. In a lighter tone, we ask Messina what Popovich would say if he told him he was coming to Serbia for a coaching clinic, given how much Popovich loves Serbia and how many friends he has there. – If he is in good health, I am sure he would gladly come back to Serbia again, – Messina says with a wide smile and adds: – He is a great man. Serbia is, without any doubt, in his heart.



Trener mora da voli svoj posao, onda ništa nije teško

- Kada se osnivala klinika, mi smo to zajedno radili sa Dudom Ivkovićem. Drago mi je da ta klinika nosi ime po Dudi, čoveku koji je ostavio toliki trag. Pokazalo se da su dolazili izvanredni predavači, izvanredni treneri. Verovatno je to uticalo na ljude koji su dolazili da prate. Dvadeset pet godina mislim da je izvanredno.

Košarkaški svet već četvrt veka svakog leta ima mesto na kom se znanje prenosi direktno od najvećih. Klinika „Dušan Duda Ivković“ odavno je prerasla okvire običnog stručnog seminara i postala svojevrsna akademija moderne košarke, mesto susreta ideja, iskustava i ljudi koji su oblikovali istoriju igre.

Među njima je i čovek čije ime stoji uz najveće uspehe evropske i svetske klupske i reprezentativne košarke. Devetostruki prvak Evrope, trener koji je menjao generacije, epohe i trendove, ali nikada nije odstupao od svojih principa – Željko Obradović. Kao jedan od predavača na ovogodišnjoj Klinici „Dušan Duda Ivković“, govorio je o značaju seminara, o njegovom nastanku, o nasleđu Duda Ivkovića, izazovima savremene košarke, radu sa igračima i porukama koje želi da prenese mladim trenerima.

Na početku razgovora za Trener podsetio se početka i prvih klinika.

– Kada se osnivala klinika, mi smo to zajedno radili s Dudom Ivkovićem. Drago mi je da ta klinika nosi ime po Dudi, čoveku koji je ostavio toliki trag. Pokazalo se da su dolazili izvanredni predavači, izvanredni treneri. Verovatno je to uticalo na ljude koji su dolazili da prate. Dvadeset pet godina mislim da je izvanredno. Naravno, želim da iskoristim priliku da čestitam svim ljudima koji su učestvovali u organizaciji svih ovih godina. Klinika „Duda Ivković“ prepoznata je kao jedna od najboljih klinika na koju mogu mladi treneri i svi ljudi koji su zainteresovani da napreduju da dođu i da ponešto nauče.

● Klinika nekad i sad

Obradović je uporedio kako je klinika izgledala pre 25 godina i istakao da se s godinama razvila u ovo što je danas.

– Početak je najteži. Uvek je izgledalo dobro u smislu da shvatite koliko možete da naučite, koliko možete u svom radu da primenjujete neke stvari koje vidite i tako dalje. Naravno, kako je vreme odmicalo, kako se klinika razvijala i kako su dolazili izvanredni predavači, došlo je do toga da bude na ovom nivou na kom je danas. Svi ljudi koji su prošli kroz nju i svi predavači zaslužni su da je klinika došla na nivo na kom je danas.

U eri brzog protoka informacija i konstantnog usavršavanja, najtrofejniji trener Evrope govori o tome koliko se promenio proces edukacije i razvoja trenera danas.

– Protok informacija je potpuno drugačiji nego što je bio ranije. Mislim da je ta interakcija između predavača i onih koji slušaju najvažnija. Kad predajem, uvek insistiram da me ljudi zaustave i pitaju ono šta ih zanima. Ne možete da očekujete da ćete na tim predavanjima uzeti stvari i primeniti ih direktno na svoju ekipu. Na kraju krajeva, igrači su ti koji su bitni i kako realizuju neke stvari koje mi treneri zamišljamo. Mislim da je izuzetno važno da kada neko dođe, ima ideju zbog čega je došao i šta želi da dobije od seminara kom prisustvuje. Ta interakcija između predavača i ljudi koji slušaju je veoma važna. Mislim da je to jedini pravi put.

● Tema predavanja

U okviru stručne klinike i programa usavršavanja trenera, Obradović otkriva temu predavanja koja je pripremio, kao i njen značaj u savremenoj košarci.

– Pripremio sam temu „Izolacija u postavljenom napadu“. Danas mnogi timovi koriste igru jedan na jedan i to je fundamentalna stvar u košarci. Ako imate igrača koji je u stanju da pobedi protivnika, onda je igra u napadu neuporedivo lakša. Isto važi i za odbranu. Ako imate igrača koji nije sposoban da čuva jedan na jedan, dolazi

A coach must love his job – then nothing is difficult

For a quarter of a century, every summer the basketball world has had a platform where knowledge is shared directly by the best. The „Dušan Duda Ivković“ Clinic has long outgrown the framework of an ordinary professional seminar and has become a genuine academy of modern basketball – a meeting point of ideas, experiences, and people who have shaped the history of the game.

Among them is a man whose name is attached to the greatest achievements of European and world club and national-team basketball. A nine-time European champion, a coach who has shaped generations, eras, and trends, yet never strayed from his principles – Željko Obradović. As one of the lecturers at this year's „Dušan Duda Ivković“ Clinic, he spoke about the importance of the seminar, its origins, the legacy of Duda Ivković, the challenges of modern basketball, working with players, and the messages he wants to pass on to young coaches.

At the beginning of the interview for „Trener,“ he reflected on the early days and the first clinics.

– Yes, when the clinic was founded, we worked on it together with Duda Ivković. I am glad that the clinic bears the name of Duda, a man who left such a huge legacy. It has been shown that outstanding lecturers and outstanding coaches have been coming. That probably influenced the people who attended. Twenty-five years is, I think, extraordinary. Of course, I want to take this opportunity to congratulate all the people who have been involved in the organization over all these years. The „Duda Ivković“ Clinic is recognized as one of the best clinics for young coaches and all people interested in improving themselves, where they can come and learn something.

● The clinic then and now

Obradović compared what the clinic looked like 25 years ago and emphasized how it has developed into what it is today.

– The beginning is always the most difficult. It always looked good in the sense that you realize how much you can learn, how much you can apply in your work from the things you see, and so on. Of course, as time went on, as the clinic developed and as outstanding lecturers kept coming, it reached the level it has today. All the people who passed through it and all the lecturers are responsible for the clinic reaching the level it has today.

In an era of rapid information flow and constant improvement, the most successful European coach speaks about how much the process of coaching education and development has changed today.

– You are right, the flow of information is completely different from what it used to be. I think that interaction between lecturers and those who are listening is the



most important thing. I have always insisted, when I give lectures, that people can stop me and ask whatever they are interested in. You cannot expect to take things from those lectures and apply them directly to your team, because in the end, players are what matters, and how they execute the things we coaches imagine. I think it is extremely important that when someone comes, they have an idea of why they came and what they want to get from the seminar they are attending. That interaction between lecturers and the people listening is very important. I believe that is the only right way.

● Topic of the Lecture

As part of the professional clinic and coaching development program, Obradović reveals the topic of his lecture, as well as its importance in modern basketball.

– I prepared the topic „Isolation in set offense.“ Today many teams use one-on-one play, and it is a fundamental part of basketball. If you have a player who is able to beat his opponent, then offensive play becomes much easier. The same applies on defense. If you have a player who is not capable of defending one-on-one, you run into problems and have to make rotations, which complicates the defense. This is the topic I chose in agreement with Strahinja Vasiljević from UKTS, taking into account what the other coaches and lecturers will present in their programs.

– The topic is very strict – isolation in set offense. We want the ball to be in the hands of the player we believe is capable of beating his opponent in a one-on-one

When the clinic was founded, we worked on it together with Duda Ivković. I am glad that the clinic bears the name of Duda, a man who left such a huge legacy. It has been shown that outstanding lecturers and outstanding coaches have been coming. That probably influenced the people who attended. Twenty-five years is, I think, extraordinary.





MESINA I OBRADOVIĆ – PRIJATELJSTVO ZA SVA VREMENA

► Jedan od predavača na klinici „Dušan Duda Ivković“ je i Ettore Mesina, koji je tokom razgovora za Trener više puta naglasio veliko prijateljstvo sa Obradovićem. I popularni Žoc ističe da se raduje njihovom novom susretu.

– Ettore i ja smo počeli praktično u isto vreme. Evo koliko je godina prošlo od tada. Mi smo maltene vršnjaci. Odnos između nas je odličan. Zasniva se na velikom međusobnom poštovanju. Naravno, svestan sam svega onoga što je Ettore dao košarci tokom svih ovih godina. – Drago mi je što ću ga ponovo videti. Videću jednog starog, dobrog prijatelja koji je toliko godina u košarci.

te u problem da morate da pravite rotacije i to komplikuje odbranu. To je tema koju sam izabrao u dogovoru sa Strahinjom Vasiljevićem iz UKTS-a, imajući u vidu šta će ostali treneri i predavači imati u svom programu.

– Tema je veoma striktna – izolacija u postavljenom napadu. Želimo da lopta bude u rukama čoveka za koga mislimo da je sposoban da pobedi protivnika u situaciji jedan na jedan. A onda, ako odbrana pomaže, šta se radi i kako se reaguje.

– Hteo sam to da prikažem kao i uvek do sada – ono što sam radio sa svojim timovima i svojim igračima. Ništa novo neću da izmišljam, već upravo ono što je bio moj trening i ono što su bile moje utakmice, imajući u vidu taj aspekt igre.

● Glavna poruka

U nastavku izlaganja na stručnoj klinici, Željko Obradović ističe osnovnu poruku za sve trenere.

– Uvek govorim i uvek sam govorio kada sam radio bilo koju kliniku, da prikazujem stvari koje radim sa svojim igračima. Njihovo gledanje toga i prihvatanje mora da bude u odnosu na ono šta oni imaju u timu i kakve igrače imaju.

– Ne može da bude pravilo da nešto što sam ja radio bude primenljivo i dobro za njih. Može, naravno, ali sve treba prilagoditi timu koji imaju, tj. individualnom kvalitetu njihovih igrača.

● Košarkaška filozofija – nema prepisivanja

Na našu konstataciju da je tokom intervjua za magazin Trener Ettore Mesina doslovno rekao isto, pa kao pri-

mer naveo baš Željka Obradovića, Obradović uz osmeh potvrđuje:

– Velika većina nas trenera razmišlja na taj način. Dostupnost informacija i svega je danas normalna stvar. Svako može nešto da proba da uradi, za to služi trening. Na kraju je najvažniji kvalitet igrača koje imate.

U razgovoru o savremenom trenažnom procesu i radu u vrhunskim uslovima, Željko Obradović ističe ključne detalje na kojima insistira, a koji prave razliku između treninga i utakmice, ali i izazove koje donosi današnji kalendar.

– To su suštinski detalji. I korekcija. Korekcija na treningu dovodi do toga da bude bolje na utakmici. Problem je što se broj dana u pripremnom periodu smanjio, a da ne pričamo u utakmicama, na ovom nivou Evrolige. Kalendar je takav. S druge strane, to su razumljive stvari, zato što igrači moraju da dobiju odmor tokom leta. Sezona u Evropi traje deset meseci i ogroman je napor.

– Naravno, postoje i zahtevi asocijacije igrača kada je reč o količini treninga u pripremnom periodu i onome što možete da radite. Mi smo nekada radili neuporedivo više i onda je taj način rada više dolazio do izražaja. U ovom trenutku nije tako. Ide se na pojednostavljivanje stvari, na ono što je najbitnije za taktiku igre, i u napadu i u odbrani, individualnu tehniku, individualnu taktiku i tako dalje.

– Nema mnogo igrača, pogotovo mladih, koji su spremni da rade dodatno i da se razvijaju. To je najveći problem. Ali oni koji žele da budu uspešni i koji jesu uspešni, oni sigurno imaju dodatni rad.

● Izazovi savremene košarke

Govoreći o izazovima savremene košarke i ritmu koji diktira evroligaški raspored, Obradović naglašava da se suština igre nije promenila – ali su se promenili uslovi u kojima se ona igra i trenira.

– Košarka je ostala ista, samo imate manje vremena da uradite ono što želite. Zato i dolazi do oscilacija tokom sezone. Ljudi se čude kada jedan tim danas odigra izvanredno, a već za dva dana veoma loše. Sve je to razumljivo. Igrači nisu perpetuum mobile. Oni su ljudi, kao i treneri, kao i svi mi. Dolazi do zamora materijala, dolazi do pada koncentracije. Uvek sam govorio – motivisan čovek može sve, nemotivisan ne baš mnogo. Kada nemate motiv na najvišem mogućem nivou, dolazi do pada koncentracije. Pad koncentracije dovodi do grešaka, greške do poraza i to je to.

Na samom kraju razgovora Obradović je poslao poruku koju bi svaki trener trebalo dobro da zapamti.

– Ima nešto što je najvažnije za trenera – da voli svoj posao i da mu bude potpuno posvećen. Ujutru se probudiš, razmišljaš o košarci, razmišljaš o svom poslu. To je nešto što voliš i ako voliš, onda ti ništa nije teško. Onda ulaziš u sve ono što ti je potrebno za rad.

– Ako nema toga, ako radiš posao koji ne voliš, ako nisi posvećen sto odsto, ako nisi spreman da svaki dan razmišljaš o tome šta bi mogao da promeniš i koliko bi mogao da pomogneš svom timu i svojim igračima, onda to nije za tebe.

– To je moja poruka. To uvek govorim svim mladim trenerima. Posvećenost. Imao sam prilike da mi dolaze mladi treneri i pitaju šta bi mogli da urade. Posvećenost mora da postoji. Da voliš svoj posao, da se raduješ kada izlaziš na teren. Odatle počinje sve. ● **Saša Grujović**

situation. And then, if the defense helps, what is done and how you react.

– I wanted to present it, as always, as what I have done with my teams and my players. I am not going to invent anything new, but exactly what was my training and what my games were, having in mind that aspect of the game.

● Main Message

In the continuation of his presentation at the coaching clinic, Željko Obradović emphasizes the main message for all coaches.

– I always say, and I have always said whenever I have worked at any clinic, that I present things I do with my players. How others view it and accept it must depend on what they have in their team and what kind of players they have.

– It cannot be a rule that something I have done is automatically applicable and good for them. It can be, of course, but everything must be adjusted to the team they have, and to the individual quality of their players.

● Basketball Philosophy – „No Copying“

When we noted that in an interview for „Trener“ magazine Ettore Messina said almost the same thing, even using Željko Obradović as an example, Obradović confirms with a smile:

– The vast majority of us coaches think in that way. The availability of information and everything else is a normal thing today. Anyone can try to implement something – that’s what training is for. In the end, the most important thing is the quality of the players you have.

In a discussion about the modern training process and working in elite conditions, Željko Obradović highlights the key details he insists on, which make the difference between training and games, as well as the challenges brought by today’s schedule.

– These are essential details. And corrections. Corrections in training lead to better performance in games. The problem is that the number of days in the preparation period has decreased, not to mention games at this EuroLeague level. The schedule is what it is. On the other hand, these are understandable things, because players need to get rest during the summer. The season in Europe lasts ten months and it is a huge effort.

– Of course, there are also demands from the Players’ Association regarding the amount of training in the preparation period and what you are allowed to do. We used to work incomparably more, and that way of working had more impact. At this moment, it is not like that. The trend is toward simplifying things, focusing on what is most important for the tactics of the game, both in offense and defense, individual technique, individual tactics, and so on.

– There are not many players, especially young ones, who are willing to work extra and develop themselves. That is the biggest problem. But those who want to be successful, and those who are successful, definitely put in extra work.

● Challenges of modern basketball

Speaking about the challenges of modern basketball and the rhythm dictated by the EuroLeague schedule, Obradović emphasizes that the essence of the

game has not changed – but the conditions in which it is played and trained have.

– Basketball has remained the same, you just have less time to do what you want. That is why fluctuations occur during the season. People are surprised when one team plays excellently today and very poorly just two days later. All of that is understandable. Players are not perpetual motion machines. They are human beings, like coaches, like all of us. There is fatigue, there is a drop in concentration. I have always said – a motivated person can do everything, an unmotivated one not much. When you are not at the highest possible level of motivation, concentration drops. A drop in concentration leads to mistakes, mistakes lead to defeats, and that is it.

At the very end of the conversation, Obradović sent a message that every coach should remember well.

– There is something that is most important for a coach – to love his job and to be fully dedicated to it. You wake up in the morning thinking about basketball, thinking about your job. It is something you love, and if you love it, then nothing is difficult. Then you enter everything you need for your work.

– If that is not there, if you are doing a job you do not love, if you are not 100% committed, if you are not ready every day to think about what you could change and how you could help your team and your players, then it is not for you.

– That is my message. I always say this to young coaches. Commitment. I have had young coaches come to me asking what they could do. Commitment must exist. To love your job, to feel joy when you step onto the court. That is where everything begins. ●

Saša Grujović

MESSINA AND OBRADOVIĆ, A FRIENDSHIP FOR THE AGES

One of the lecturers at the „Dušan Duda Ivković“ Clinic is Ettore Messina, who during his interview for „Trener“ repeatedly emphasized his strong friendship with Obradović. „Žoc“ also underlines that he is looking forward to their reunion.

*– You know, Ettore and I started practically at the same time. Look how many years have passed since then. We are almost the same age. The relationship between us is excellent. It is based on great mutual respect. Of course, I am aware of everything Ettore has given to basketball over all these years.
– I am glad I will see him again. I will see an old, good friend who has been in basketball for so many years.*



Kontinuitet, talenat i budućnost profesije

Povodom jubilarnog 25. izdanja Košarkaške klinike „Dušan Ivković“, Igor Kokoškov govori o savremenoj košarci, razvoju igrača, NCAA sistemu, analitici, komunikaciji i budućnosti trenerske profesije



● Kontinuitet i strpljenje

„Ključna reč – kontinuitet. Kontinuitet u radu, kontinuitet u razvoju tima i kontinuitet u razvoju igrača. Uz kontinuitet, neophodno je i strpljenje. Jedan od najboljih primera za to jeste ovogodišnje finale Zapadne konferencije. Govorimo o dva tima koja su, po mom mišljenju, trenutno među najboljima na svetu – Oklahoma City Thunder i Minnesota Timberwolves. To su ekipe koje igraju dinamično, u visokom ritmu, sa mnogo brzine, energije i eksplozivnosti.“

Ono što želim da naglasim jeste put koji su te organizacije prošle da bi došle do tog nivoa. Ako pogledamo gde su bile u poslednjih pet godina, videćemo da su obe prošle kroz ozbiljne faze razvoja. To pokazuje da je uspeh proces. Ukoliko donesete stabilne i dugoročne odluke – od načina selekcije igrača, preko definisanja stila igre, do izbora trenera kojem verujete na duži period – rezultati će vremenom doći. Zato smatram da su kontinuitet i strpljenje možda najvažnije vrednosti koje jedna organizacija može da poseduje.“

● Razvoj kao berza

„Postoji mnogo primera igrača koji u mladosti nisu pokazivali izuzetan talenat, a kasnije su ostvarili vrhunske karijere. Isto tako, postoje i igrači koji su bili veoma visoko draftovani, od kojih se mnogo očekivalo, ali su nakon nekoliko godina nestali sa najveće scene. S druge strane, imamo igrače koji su izabrani u drugoj rundi drafta ili čak nisu bili draftovani, a ostvarili su izuzetne karijere.“

Zato razvoj igrača često poredim sa berzom. Njegova vrednost se menja i razvija tokom vremena, a konačni ishod je veoma teško predvideti. Psiholozi često govore da na razvoj ličnosti utiču tri osnovna faktora: genetika, sredina i aktivnost. Isto važi i za razvoj sportiste. Genetiku ne možemo da promenimo. Međutim, sredina ima ogroman značaj. Dobra organizacija, kvalitetan trener, podrška sistema i hrabrost trenera da pruži priliku mladom igraču mogu biti presudni. Treći faktor je aktivnost – ne samo trening i radne navike, već i odnos prema ljudima u organizaciji, saigračima, trenerima i medijima. I to je, na određeni način, deo talenta.“

● Evropa i NCAA

„Kada govorimo o evropskom sistemu razvoja igrača i NCAA sistemu, mislim da je veoma teško donositi opšte zaključke. Evropska košarka nije jedinstven sistem. Nije isto da li igrač nastupa u vrhunskom evropskom klubu ili u sredini koja nema takve mogućnosti. Isto važi i za odlazak na koledž – velika je razlika da li odlazite na vrhunski NCAA program ili na univerzitet koji nema vrhunski sportski sistem.“

Ono što je sigurno jeste da je evropska košarka godinama bila pomalo uspavana. Sve što se dešava sa NIL sistemom i univerzitetskom košarkom u SAD predstavlja ozbiljan signal za evropsko tržište. Ne postoji način da se mladim igračima zakonski zabrani odlazak. Verujem da postoji samo jedan način da ih zadržimo – da im ponudimo bolje uslove i više prilika za razvoj. Glavni trener najviše razvija mladog igrača tako što ga ubacuje u igru, daje mu minute i omogućava mu da prolazi kroz stvarne takmičarske situacije.“

● Talenat i rad

„Mislim da postoji velika zablude kada govorimo o

Continuity, talent and the future of the profession

● Continuity and patience

I believe the key word is continuity. Continuity in daily work, continuity in team development, and continuity in player development. Along with continuity, patience is equally important. One of the best examples is this year's Western Conference Finals. In my opinion, the Oklahoma City Thunder and the Minnesota Timberwolves are currently among the best teams in the world. They play with pace, speed, energy, and athleticism. If we want to describe modern basketball, these teams are excellent examples of what it looks like.

However, what I want to emphasize is the journey those organizations took to reach that level. If we look at where these organizations were five years ago, we can see that both went through significant rebuilding and development phases. That demonstrates an important truth: Success is a process. If, as an organization, you make stable, long-term decisions – from player acquisition and roster construction to defining a style of play and committing to a coach over time – results will eventually follow. That is why I believe continuity and patience are perhaps the most valuable assets an organization can possess.

● Development as a stock market

There are countless examples of players who showed little indication of exceptional talent at a young age, yet went on to build outstanding careers. At the same time, there are players who were selected very high in the draft, carried enormous expectations, and disappeared from the highest level of the game within a few years. On the other hand, we also have players who were selected in the second round, or not drafted at all, who went on to enjoy remarkable careers.

That is why I often compare player development to the stock market. A player's value fluctuates and evolves over time, and the final outcome is extremely difficult to predict. Psychologists often say that personality development is shaped by three primary factors: genetics, environment, and activity. The same principle applies to athlete development. We cannot change genetics. Environment, however, plays a tremendous role. A strong organization, a quality coach, support from the system, and a coach's willingness to trust and provide opportunities to a young player can all be decisive factors in that player's development. The third factor is activity. I do not mean only training and work habits. Activity includes the way you interact with people within the organization, your relationships with teammates, coaches, media members. In a certain sense, that too is part of talent.

● Europe and the NCAA

When discussing the European development model and the NCAA system, I believe it is very difficult to



make broad generalizations. European basketball is not a single, unified system. There is a significant difference between playing for an elite European club competing internationally and playing in an environment that does not offer those opportunities. The same applies to college basketball. There is a major difference between attending a top NCAA program with outstanding organization, infrastructure, coaching, and development resources and attending a university that may have a strong academic reputation but lacks a high-level basketball environment.

What is certain is that European basketball spent many years in a somewhat dormant state. Everything happening with NIL opportunities and college basketball in the United States should serve as a serious signal to the European market. There is no realistic way to legally prevent young athletes from leaving. I believe there is only one way to keep young players in European basketball – We must offer them better opportunities and more room for development. The head coach develops players by putting them on the floor, giving them minutes, and allowing them to experience real competitive situations.

On the occasion of the 25th anniversary edition of the „Dušan Ivković” Basketball Clinic, Igor Kokoškov talks about modern basketball, player development, the NCAA system, analytics, communication and the future of the coaching profession





Talenat nije samo sposobnost da šutirate, dodajete ili razumete igru. Energija je talenat. Radne navike su talenat. Način na koji komunicirate sa saigračima, trenerima, medijima takođe je deo vašeg talenta. Vaš govor tela je talenat. Sve to zajedno čini jednu ličnost i jednog igrača

talentu s jedne strane i radu s druge. Po našem mišljenju, talenat i radne navike ne mogu da se posmatraju odvojeno. Sve je deo iste osobe.

Talenat nije samo sposobnost da šutirate, dodajete ili razumete igru. Energija je talenat. Radne navike su talenat. Način na koji komunicirate sa saigračima, trenerima, medijima ili predsednikom kluba takođe je deo vašeg talenta. Vaš govor tela je talenat. Vaš odnos prema obavezama je talenat. Sve to zajedno čini jednu ličnost i jednog igrača.

Zato mi je teško da prihvatim tvrdnju da je neko izuzetno talentovan, ali lenj. Isto tako, ne verujem ni u priču da je neko bez velikog talenta uspeo isključivo zahvaljujući radu. Rad je deo talenta. Odnos prema radu, disciplina, istrajnost, odgovornost i posvećenost nisu odvojene kategorije."

● Srpska košarkaška škola

„Mislim da je srpska košarkaška škola, koja je svoje temelje postavila pre mnogo decenija, pre svega zasnovana na velikom radu. Bili smo među prvim nacijama koje su uvele treninge dva puta dnevno. Mislim da smo se

kao narod veoma rano zaljubili u košarku i da smo vrlo rano počeli da radimo sa ogromnim entuzijazmom. Taj entuzijazam trenera prenosio se na igrače, a zajedno sa njim i kultura rada, disciplina i posvećenost.

Naravno, postoje oblasti u kojima zaostajemo. Nedovoljno ulažemo u infrastrukturu, a ponekad i u kvalitet organizacije rada. U tom organizacionom segmentu Amerikanci su ispred nas. Organizovani su bolje, finansijski su moćniji i ulažu više sredstava u razvoj sistema. Upravo u tome možemo mnogo da napredujemo – u razumevanju kako funkcioniše kompletan sistem i kako jedna moderna sportska organizacija treba da bude postavljena.

Ipak, uprkos svim tim nedostacima, mi i dalje posedujemo jednu osobinu koja nas karakteriše – sposobnost da se snalazimo, improvizujemo i radimo mnogo. Verujem da su upravo radne navike i dalje jedna od najvećih vrednosti naše košarkaške škole."

● Uloga Udruženja trenera

„Udruženje trenera predstavlja veoma važnu instituciju i verujem da je njegovo postojanje neophodno. Poenta je da udruženje ne bi smelo da se bavi isključivo edukacijom. Edukacija jeste važna i predstavlja jedan od osnovnih razloga postojanja udruženja, ali ne bi smela da bude jedina funkcija.

Verujem da bi udruženja trenera trebalo mnogo više da se bave zaštitom profesije i interesima svojih članova. To podrazumeva zaštitu trenerskih ugovora, radnih prava, penzionog osiguranja, zdravstvenog osiguranja i svih drugih pitanja koja utiču na kvalitet života trenera. Takođe, sve više moramo da govorimo i o mentalnom zdravlju trenera. Mnogi ostaju bez posla i po nekoliko godina. Ko vodi računa o tim ljudima? To su naši članovi i kolege.

Zato smatram da bi udruženje trebalo da pruži mnogo veću podršku trenerima u takvim situacijama. Edukacija mora da ostane važan deo rada, ali verujem da bi udruženje u budućnosti trebalo sve više da se snažnije usmeri ka sindikalnim i profesionalnim pitanjima."

● Klinika „Dušan Ivković“

„Košarkaška klinika 'Dušan Ivković' je jedno vredno i trajno delo. Ove godine obeležava 25 godina postojanja, što je zaista jubilej za poštovanje. Ako je trajanje jedno od merila vrednosti, onda četvrt veka kontinuiteta dovoljno govori o značaju ove međunarodne košarkaške klinike.

Pre otprilike 25 ili 26 godina, u jednom neformalnom razgovoru sa Donijem Nelsonom u Los Angelesu, pričali smo o košarci. Tada mi je rekao: 'Voleo bih da jednog dana dovedem svog oca i najbliže prijatelje u Beograd i da zajedno organizujemo jednu košarkašku kliniku.' Ideja je bila toliko iskrena i inspirativna da sam odmah kontaktirao svog prijatelja Vladu Divca. Vlade je bez oklevanja pozvao Dušana Ivkovića, koji je u to vreme bio predsednik Udruženja košarkaških trenera Srbije. Od jednog običnog razgovora i jednog telefonskog poziva nastala je ideja koja je kasnije prerasla u nešto mnogo veće. Tako je nastala prva košarkaška klinika „Dušan Ivković“.

Danas, dvadeset pet godina kasnije, ona i dalje traje, okuplja trenere iz različitih zemalja i predstavlja jedno od najvažnijih mesta za razmenu znanja i iskustava u košarci. Iskreno se nadam da će trajati još mnogo decenija. ●

S. Vasiljević

● Talent and work

I believe there is a major misconception when people talk about talent on one side and hard work on the other. In our view, talent and work ethic cannot be separated. They are part of the same person.

Talent is not only the ability to shoot, pass, or understand the game. Energy is talent. Work habits are talent. The way you communicate with teammates, coaches, media members, or club executives is also part of your talent. Your body language is talent. Your attitude toward responsibilities is talent. All of those things together form a player and a human being.

That is why I struggle to accept the idea that someone is incredibly talented but lazy. Likewise, I do not fully believe the notion that someone with very little talent succeeded solely through hard work. Work is part of talent. Discipline, consistency, accountability, commitment, and professionalism are not separate categories.

● Serbian basketball school

I believe that the Serbian basketball school, which laid its foundations decades ago, was built primarily on hard work. We were among the first basketball nations to introduce twice-a-day practices. I believe our people fell in love with basketball very early on, and we embraced the game with tremendous enthusiasm. That enthusiasm was passed from coaches to players, along with a culture of hard work, discipline, and dedication.

Of course, there are areas where we lag behind. We do not invest enough in infrastructure, and sometimes we also fall short in organizational quality. In that organizational aspect, Americans are ahead of us. They are better organized, financially stronger, and invest more resources into developing their systems. What they have done exceptionally well is build more efficient organizations and processes. That is where we can improve – understanding how an entire system functions and how a modern sports organization should be structured.

And yet, despite those shortcomings, we still possess a quality that has always defined us—the ability to adapt, improvise, and work hard. I believe that work ethic remains one of the greatest strengths of our basketball tradition.

● The role of the Coaches Association

A Coaches Association is an extremely important institution, and I believe its existence is essential. My point is that a coaches association should not focus exclusively on education. Education is vital, but it should not be the association's only function.

I believe coaches associations should devote much more attention to protecting the profession and serving the interests of their members. That includes protecting coaching contracts, labor rights, pension plans, healthcare coverage, and all other issues that affect the quality of life of coaches. We also need to speak more openly about coaches' mental health. The reality is that many coaches spend years without a job. What happens to them during that time? Who takes care of those people? They are our colleagues and members of our profession.

That is why I believe coaches associations should provide far greater support in such situations. Of course, education must remain an important part of

what we do. However, I believe associations should gradually broaden their mission and place a stronger emphasis on professional representation and member support.

● Dušan Ivković Basketball Coaching Clinic

In my humble opinion, the Dušan Ivković Basketball Coaching Clinic is something truly valuable and enduring. This year marks its 25th anniversary, which is a remarkable milestone. If longevity is one measure of value in any endeavor, then a quarter-century of uninterrupted existence speaks volumes about the significance of this international coaching clinic.

About twenty-five or twenty-six years ago, I was having an informal conversation with Donnie Nelson in Los Angeles before a game. As often happens, our discussion turned to basketball. Then he said something that stayed with me: „One day I'd love to bring my father and some of my closest friends to Belgrade and organize a basketball coaching clinic together.” The idea was so genuine and inspiring that I immediately contacted my friend Vlade Divac. Without hesitation, Vlade reached out to Dušan Ivković, who at that time was serving as president of the Serbian Basketball Coaches Association. From a simple conversation and a single phone call, an idea was born – one that eventually grew into something much larger. That is how the first Dušan Ivković Basketball Coaching Clinic came to life.

Twenty-five years later, it is still thriving, bringing together coaches from around the world and serving as one of the most important forums for sharing basketball knowledge and experience. I sincerely hope it continues for many decades to come. ●

S. Vasiljević

Talent is not only the ability to shoot, pass, or understand the game. Energy is talent. Work habits are talent. The way you communicate with teammates, coaches, media members, or club executives is also part of your talent. Your body language is talent. Your attitude toward responsibilities is talent. All of those things together form a player and a human being



Košarka je timska igra, a treneri su njeni čuvari



Pred prestižnu košarkašku klinicu „Dušan - Duda Ivković” razgovarali smo sa trenerom Todom Goldenom o filozofiji igre, evropskom uticaju na NCAA i porukama koje prenosi mladim igračima i trenerima širom sveta. On poručuje da je najveća snaga u otvorenom umu, spremnosti na učenje i zajedničkom rastu - vrednostima koje oblikuju pobedničku kulturu i budućnost igre

V eć tri decenije časopis *Trener* donosi razgovore sa najznačajnijim imenima košarkaške struke, a ovog puta naš sagovornik je gospodin Tod Golden. Njegov učešće na Beogradskoj košarkaškoj klinici „Dušan - Duda Ivković” predstavlja priliku da domaća publika čuje iskustva i ideje jednog predavača koji svojim radom na Univerzitetu Florida inspiriše trenere širom sveta. Na listu uglednih stručnjaka koji su tokom godina delili svoje znanje na ovoj klinici sada se dodaje i njegovo ime.

➤ *Kako ste se osećali kada ste prihvatili poziv da budete predavač na klinici koja nosi ime našeg legendarnog trenera Dušana Duda Ivkovića u Beogradu i Srbiji? Šta za Vas znači da držite predavanja zajedno sa Obradovićem, Mesinom i Kokoškovim?*

– Bio sam izuzetno počastvovan kada sam dobio poziv da budem predavač na ovoj svetski poznatoj klinici. Videti svoje ime pored velikana trenerskog posla koji će takođe biti prisutni jeste nešto što nimalo ne uzimam zdravo za gotovo. Svi oni su treneri sa izuzetnim rezultatima i karijerama, a radujem se prilici da i sam učim od njih.

➤ *Da li su neki srpski treneri uticali na Vas kada ste započinjali trenersku karijeru i ko su uopšte bili Vaši najveći uzori na početku?*

– Oduvek sam imao veliko poštovanje prema stilu košarke koji neguju srpski treneri i igrači. Njihova čvrstina, disciplina i usmerenost na timsku igru izvlače maksi-

mum iz igrača. Kada je reč o mom ličnom razvoju, najveći uticaj na mene imali su Rendi Benet, Kajl Smit i Brus Perl.

➤ *Prošle godine je univerzitet Illinois privukao pažnju u Srbiji jer je u sastavu imao čak pet igrača sa prostora bivše Jugoslavije: Mihaila Petrovića, braću Ivišić - Tomislava i Zvonimira, Davida Mirkovića i Andreja Stojakovića. S obzirom na uspeh koji je tim ostvario, da li to znači da su mladi igrači van SAD danas fundamentalno bolje obučeni od svojih američkih vršnjaka?*

– Nisam siguran da je pošteno reći da su evropski igrači veštiji od mladih američkih igrača, ali ono što mogu da kažem jeste da evropski igrači uglavnom imaju bolje razumevanje timske košarke od svojih američkih vršnjaka. Razvoj igrača širom Evrope mnogo je više usmeren na tim, saradnju i razumevanje igre, dok se u Americi od najranijeg uzrasta veći akcenat stavlja na individualni razvoj igrača.

➤ *Mislite li da će se trend dovođenja evropskih talenata u NCAA nastaviti i da li je to dobro za mlade igrače, NCAA i košarku uopšte?*

– Verujem da će se taj trend nastaviti. Finansijske mogućnosti koje danas postoje kroz modele raspodele prihoda i NIL ugovore predstavljaju značajan faktor. Pored toga, mladi igrači dobijaju priliku da se na visokom nivou takmiče i redovno igraju pred predstavnicima NBA franšiza.

For three decades, Trener magazine has brought conversations with the most prominent names in basketball coaching, and this time our guest is coach Tod Golden. His participation in the Belgrade basketball clinic „Dušan – Duda Ivković“ offers local audiences the chance to hear the insights and ideas of a lecturer whose work at the University of Florida inspires coaches across the globe. With his presence, the list of distinguished experts who have shared their knowledge at this clinic gains another notable name.

› *How did you feel when you accepted the invitation to be a lecturer at the clinic named after our legendary coach Dusan Duda Ivkovic in Belgrade and Serbia? What does it mean to you to give lectures beside Obradovic, Messina and Kokoskov?*

– I was incredibly honored when I received the invitation to be a lecturer at this world-renowned clinic. To see my name next to the other coaching greats that will be in attendance is something I don't take for granted. All these coaches are incredibly accomplished, and I look forward to learning from them as well.

› *Have any Serbian coaches influenced you when you first started as a coach and who were your influences at the beginning of the career in general?*

– I have always had great respect for the style of basketball that Serbian coaches and players exhibit. Their toughness and team focused play brings the best out of their players. As for my personal journey, the three coaches that made the biggest impact on me are Randy Bennett, Kyle Smith, and Bruce Pearl.

› *Last year, Illinois college made the news in Serbia by having five players from the regions of former Yugoslavia on the roster at the same time: Mihailo Petrovic, Ivisic brothers – Tomislav and Zvonimir, David Mirkovic and finally Andrej Stojakovic. Given the success Illinois has had, does that mean that young non-American players are better at fundamentals now than their American peers?*

– I am not sure it is fair to say that European players are more skilled than young American players, but what I will say is that I believe young European players have a great understanding of team basketball compared to their American peers. Development across Europe is more team focused, and learning the game, whereas in America, most young players focus on individual player development from a young age.

Ahead of the prestigious basketball clinic „Dušan – Duda Ivković,” we spoke with coach Tod Golden about his philosophy of the game, the European influence on NCAA basketball, and the messages he shares with young players and coaches worldwide. His core belief is that true strength lies in an open mind, a willingness to learn, and collective growth—values that shape a winning culture and the future of the sport

Basketball is a Team Game, and Coaches Are Its Guardians



- Mladim igračima morate pokazati da vam je stalo do njih kao ljudi, ali i da želite da im pomognete da ostvare svoje individualne ciljeve. Istovremeno, morate im objasniti koliko je važan tim. To nije lako postići, ali upravo je to jedan od ključeva pobjedničke kulture

➤ **Šta ćete iz svog iskustva podeliti sa trenerima iz Srbije, ali i sa kolegama iz celog sveta koji će prisustvovati klinici?**

– Radujem se prilici da predstavim osnovne vrednosti našeg programa na Univerzitetu Florida. Uspeli smo da za samo tri sezone dostignemo sam vrh univerzitetske košarke, a potom i da u četvrtoj sezoni ponovo budemo nosioci broj jedan na NCAA turniru. Želim da pokažem kako mi posmatramo košarkašku igru i šta naš program čini posebnim.

➤ **Koje su najvažnije poruke koje prenosite igračima kada ih učite kako da igraju modernu košarku?**

– Dovodimo isključivo nesebične igrače koji tim stavljaju ispred sebe. Svaki tim ima svoje lidere i najbolje igrače, ali čak i oni koji imaju najveću ulogu u napadu moraju da igraju za tim. Od svih u našem programu zahtevamo vrhunski odnos prema radu, profesionalizam i pravi karakter.

➤ **Koji je danas najbolji način za izgradnju odnosa sa igračima?**

– Mladim igračima morate pokazati da vam je stalo do njih kao ljudi, ali i da želite da im pomognete da ostvare svoje individualne ciljeve. Istovremeno, morate im objasniti koliko je važan tim. To nije lako postići, ali upravo je to jedan od ključeva pobjedničke kulture.

➤ **Košarka se stalno menja. Da li se menjaju i prioriteti trenera kada je u pitanju rad sa igračima?**

– Ne verujem da je tako. Smatram da je najvažnije zadržati fokus na celokupnom razvoju igrača i njego-

vom kompletnom iskustvu. To ostaje suština trener-skog posla.

➤ **Kuda ide košarka u narednoj deceniji i za kakvu budućnost bi mladi treneri trebalo da se pripremaju?**

– To je veoma teško pitanje. Košarka i celokupno okruženje u kojem funkcioniše stalno se menjaju. Naša je odgovornost kao lidera da pratimo trendove, razumemo promene koje se dešavaju i da se na njih pravovremeno prilagođavamo.

➤ **Svedoci smo povratka čvršćih odbrana u NBA ligi, kao i igrača koji mogu da čuvaju gotovo sve pozicije. Da li će se taj trend nastaviti ili će nas uskoro oduševiti neki novi Kari?**

– NBA se vraća fizički zahtevnijoj košarci, što smo mogli jasno da vidimo i tokom finala. Verujem da je Viktor Vembanjama novi NBA „jednorog“, a da će njegov talenat i razvoj u velikoj meri oblikovati sledeću evoluciju igre u NBA ligi.

➤ **Koju poruku imate za trenere koji učestvuju na našoj klinici, jednoj od najcenjenijih u svetu košarke, i kakva su Vaša očekivanja od ovog događaja?**

– Savetovao bih svima da na kliniku dođu otvorenog uma i spremni da uče. Znam da će za mene lično ovo biti izuzetna prilika da napredujem kao trener. Moj cilj je da iz Srbije ponesem makar jedno novo saznanje od svakog predavača koje može pomoći meni kao treneru, ali i našem programu u budućnosti. Očekujem sjajan događaj i veoma sam zahvalan što imam priliku da budem njegov deo. ●

Filip Simić





› **Do you think that the trend of signing European talents in the NCAA will continue and is that good for young players, NCCA and this sport in general?**

– I do believe the trend of young European talents coming to the states will continue. Because of the financial opportunities with rev share and NIL, as well as the high-level opportunities to consistently play in front of NBA franchises.

› **What will you share from your experience with the coaches of Serbia, but also with our guests-coaches that will arrive from all around the world?**

– I am excited to share the core values of our program at Florida. We have been able to reach the pinnacle in our sport after three seasons, as well as another #1 seed in the NCAA tournament in year 4. I am looking forward to showing how we view the game of basketball, and what we believe makes our program special.

› **What are the most important messages that you have for your players when you try to teach them how to play modern basketball?**

– We will only recruit unselfish players who put the team first. Every team has star players, but even the highest-usage players are expected to play for the team. We demand great attitudes and great work ethics in our program from top to bottom.

› **What is the best way to build a relationship with players in this day and age?**

– You must show the young players that you care about them as people, as well as developing them to help them reach their individual goals – while at the sa-

me time, explaining the importance of the team. It is hard to do, but something that is the key to winning.

› **Basketball is constantly changing, do the priorities of coaches related to working with players also change?**

– I don't believe so. Continuing to focus on the holistic experience is key.

› **Where is basketball going in the next decade, what is the future that young coaches should prepare for?**

– This is a very difficult question. Basketball and the landscape are ever-changing. As leaders, it is our duty to continue to monitor the trends and how things are changing, and then adjust properly.

› **We are witnessing the return of the tough defenses in the NBA, players being able to guard almost every position, is that the going to last or will we soon be amazed by some new Curry?**

– The NBA is transitioning back to a more physical game, that was on display in the NBA finals. I believe Wemby is the newest NBA unicorn, and his talents and growth will define the next iteration of the NBA.

› **What message do you have for the coaches participating in our clinic, which has a high rating in the world of basketball, and what are your expectations from this event?**

– I suggest everyone comes to the clinic with an open mind and ready to learn. I know, for me personally, this will be a great opportunity to improve as a coach. My goal is to leave Serbia with a nugget of knowledge from each presenter that can help me as a coach, and our program as a whole as we move forward. I am expecting this to be a great event, and I am grateful to be a part of it! ●

Filip Simić

– You must show the young players that you care about them as people, as well as developing them to help them reach their individual goals – while at the same time, explaining the importance of the team. It is hard to do, but something that is the key to winning

U fokusu njenog rada nalaze se teme kao što su motivacija, pažnja, komunikacija, liderstvo, odnos trener-sportista, razvoj samopouzdanja i stvaranje okruženja koje podstiče dugoročni napredak sportista



Od vrhunskog sporta do mentalnog performansa

**NEVIDLJIVI PROTIVNIK:
DOPAMINSKA KRIZA U
MODERNOM PERFORMANSU**

U svetu elitnog sporta naučeni smo da opsesivno pratimo ono što je vidljivo: reakcije u deliću sekunde, mehaničku preciznost i fizičku spremu. Ali danas se suočavamo s nevidljivim protivnikom koji ne postoji na terenu, već unutar neuronskih puteva naših sportista. „Dopaminski efekat“, vođen hiperstimulacijom i trenutnim zadovoljstvom, postao je tiha pandemija koja ugrožava same temelje vrhunskog performansa. Dok se fokusiramo na fizički oporavak, odvija se neurološka erozija. Ovo nije samo „ometanje“; to je fiziološka promena koja menja hemiju izvrsnosti. Treneri se danas ne takmiče samo protiv protivničkih timova – oni se takmiče protiv „dopaminskog efekta“.

Ivana Jagla predstavlja jedinstven spoj iskustva vrhunskog sportiste i stručnjaka za razvoj performansi u savremenom sportu. Nekadašnja košarkašica prvog tima Barcelone danas radi na edukaciji trenera i unapređenju mentalnih i psiholoških aspekata sportskog razvoja u elitnim sistemima.

Svoje profesionalno iskustvo gradila je u različitim ulogama u vrhunskom sportu. Nakon igračke karijere u Barceloni bila je uključena u rad sportskog sektora jednog od najprepoznatljivijih sportskih brendova na svetu, a kasnije i u razvoj međunarodne agencije za zastupanje igrača. Posebno značajan deo njenog rada vezan je za razvoj mladih sportista i pripremu igrača za prelazak na profesionalni nivo.

Poslednjih godina angažovana je u košarkaškom klubu Bajern iz Minhena, gde kao pomoćni trener za fizičku pripremu i savetnik za razvoj igrača učestvuje u radu sa sportistima koji se suočavaju sa zahtevima vrhunskog profesionalnog sporta. Paralelno s tim, deluje i u sistemu omladinske škole fudbalskog kluba Barcelona, gde se bavi edukacijom trenera, roditelja i sportista kroz programe mentalnog performansa i razvoja ličnih kapaciteta.

U fokusu njenog rada nalaze se teme kao što su motivacija, pažnja, komunikacija, liderstvo, odnos trener-sportista, razvoj samopouzdanja i stvaranje okruženja koje podstiče dugoročni napredak sportista. Posebnu pažnju po-



svećuje praktičnoj primeni psihologije u svakodnevnom trenaznom procesu, nastojeći da naučna saznanja preveđe u konkretne alate koje treneri mogu koristiti na terenu.

Ovogodišnji je predavač na Beogradskoj košarkaškoj klinici „Dušan Ivković“, gde će održati predavanje na temu „**Nevidljivi protivnik: dopaminska kriza u savremenim performansama**“. U okviru ove teme govoriće o uticaju savremenog digitalnog okruženja na pažnju, motivaciju i navike sportista, kao i o izazovima s kojima se treneri susreću u radu s novim generacijama sportista.

Njeno iskustvo, koje obuhvata vrhunsko takmičenje, razvoj igrača, mentalni performans i edukaciju trenera, čini je jednim od interesantnijih stručnjaka nove generacije koji povezuju sportsku praksu i savremena naučna saznanja. ●

S. Jovanović

From elite sport to mental performance

Ivana Jagla represents a unique combination of elite athletic experience and expertise in performance development within modern sport. A former first-team basketball player for FC Barcelona, she is now actively involved in coach education and the advancement of mental and psychological aspects of athlete development in elite performance environments.

Throughout her professional career, she has held various roles in high-performance sport. Following her playing career in Barcelona, she became involved in the sports sector of one of the world's most recognized sporting organizations and later contributed to the development of an international player representation agency. A particularly significant part of her work has been dedicated to the development of young athletes and preparing players for the transition to the professional level.

In recent years, she has been engaged with FC Bayern Munich Basketball, where she serves as an Assistant Strength and Conditioning Coach and Player Development Consultant, working with athletes facing the demands of elite professional sport. At the same time, she is involved in the FC Barcelona youth academy system, where she works with coaches, parents, and athletes through mental performance and personal development programs.

Her areas of expertise include motivation, attention, communication, leadership, the coach-athlete relationship, confidence building, and the creation of environments that foster long-term athlete development. She places particular emphasis on the practical application of psychology within the daily training process, translating scientific knowledge into concrete tools that coaches can implement on the court.

This year, she will be a featured speaker at the Belgrade Basketball Clinic "Dušan Ivković", where she will deliver a lecture entitled *The Invisible Opponent: The Dopamine Crisis in Modern Performance*. Through this presentation, she will explore the impact of today's digital environment on athletes' attention, motivation, and behavioral habits, as well as the challenges coaches face when working with new generations of athletes.

Her experience, encompassing elite competition, player development, mental performance, and coach education, positions her among a new generation of professionals successfully bridging the gap between sports practice and contemporary scientific knowledge. ● **S. Jovanović**

Her areas of expertise include motivation, attention, communication, leadership, the coach-athlete relationship, confidence building, and the creation of environments that foster long-term athlete development



THE INVISIBLE OPPONENT: THE DOPAMINE CRISIS IN MODERN PERFORMANCE

In the world of elite sports, we are trained to obsess over the visible: the split-second timing, the mechanical precision, and the physical conditioning. But today, we face an invisible opponent that doesn't live on the field, but within the neural pathways of our athletes. The "Dopamine Effect", driven by hyper-stimulation and instant gratification, has become a silent pandemic, threatening the very foundations of high performance.

While we focus on physical recovery, a neurological erosion is taking place. This isn't just about "distraction"; it is a physiological shift that alters the chemistry of greatness. Coaches aren't just competing against opposing teams – they are competing against The "Dopamine Effect".

Igra s karakterom je RECEPT



Borbenošću, dobrim karakterom i ponosom nadoknadi se mnogo toga. Sada nam nedostaje ta jedna pobeda za idealnu sliku, ali imamo priliku da u oba predstojeća prozora stignemo sve što želimo



Posle iscrpljujuće i izazovne klupske sezone, u kojoj je dospeo i do finala Evrokupa, kormilar „orlova“ bez dana pauze uleće u nova iskušenja s reprezentacijom. U kratkom vremenskom roku valja se spremati za nastavak kvalifikacija za svetski kup 2027. godine u Kataru

Pune ruke posla za selektora seniorske reprezentacije Srbije Dušana Alimpijevića, naročito u ovom periodu. Navikao je mlađi stručnjak na težak ritam i velike izazove, pre svega na klupskom planu, ali odvažno gazi i reprezentativnom scenom.

Kada ovaj broj Trenera izađe iz štampe, znaće se da li je vredni i ambiciozni srpski stručnjak osvojio titulu šampiona Turske na kormilu Beşiktaša. Kako god, Alimpijević je za nekoliko sezona u Turskoj ostvario niz istorijskih rezultata i ne planira da se na tome zaustavi.

Posle iscrpljujuće i izazovne klupske sezone, u kojoj je dospeo i do finala Evrokupa, kormilar „orlova“ bez dana pauze uleće u nova iskušenja s reprezentacijom. U kratkom vremenskom roku valja se spremati za nastavak kvalifikacija za svetski kup 2027. godine u Kataru. Najpre za revanš mečeve sa selekcijama Švajcarske (2. jula) i Bosne i Hercegovine (6. jula), a potom za drugu rundu u avgustu.

Prvi, novembarski FIBA kvalifikacioni prozor doneo je našoj selekciji dvostruki uspeh, pobeđe nad nacionalnim timovima Švajcarske i Bosne i Hercegovine u novembru, a zatim je plaćen ceh nepravdnoj, višoj sili, zbog koje srpski tim ne može da igra u najjačem sastavu, pa su u februaru i martu usledila dva poraza od daleko kompletne selekcije Turske.

Reprezentacija Srbije spada u najugroženije selekcije u FIBA prozorima, s obzirom na broj naših reprezentativaca u NBA ligi i u Evroligi. Poznata je zabrana igračima NBA lige da igraju tokom klupske sezone za svoje zemlje, a evroligaški klubovi o tome odlučuju po svojoj savesti.

– Dešavaju se, zaista, razne nezgodne stvari u pro-

zorima. Recimo da se igrač nađe u situaciji da potvrdi učešće u reprezentaciji svega nekoliko dana pre utakmice. Zatim da u jednom prozoru računate na dva različita sastava za dve utakmice koje se igraju u razmaku od dva-tri dana. Trudimo se da se izborimo s takvim okolnostima na najbolji način – objašnjava Dušan Alimpijević.

Svakako, naporan ritam igranja reprezentativaca u klubovima utiče fizički i psihički da na pripreme nacionalnog tima ne dođu u idealnoj formi.

– Klupska sezona traje veoma dugo i sve to ostavlja posledice. Pokušali smo u Turskoj da olakšamo situaciju i korigujemo kalendar plej-ofa, ali ipak, sve se to oteglilo. Srećom ili nesrećom, nemamo naše reprezentativce u turskoj ligi, osim nas iz stručnog štaba.

Kako bilo, zna se Alimpijevićev moto: „Odbijamo da se predamo, igramo do samog kraja, svim srcem, karakterom“, koji se, naravno, primenjuje iz sve snage u reprezentaciji.

– Utakmice prvog prozora igramo 2. i 6. jula, a pre toga imaćemo najverovatnije i jedan kontrolni meč. S obzirom na sve obaveze, iskoristili smo maksimalno ovaj period za razgovore s reprezentativcima, pre svega o njihovom zdravstvenom stanju. Zdravlje je uvek na prvom mestu, a posebno posle teške klupske sezone. Zbog fizičkog i mentalnog opterećenja i zasićenja potrebno im je osveženje.

Više puta je prvi stručnjak srpskog tima isticao zadovoljstvo zbog angažovanja igrača na dosadašnjim kvalifikacionim utakmicama, navodeći da su pružili maksimum. Naravno, zadovoljan je novembarskim poredama nad selekcijama Švajcarske i BiH, naročito načinom na koje su izvojevali, ali i pristupom duelima s Turcima, bez obzira na poraze.

– Imali bismo idealnu situaciju da smo savladali Turke na jednoj od te dve utakmice. Moglo je da bude bolje, ali isto tako, moglo je i znatno gore. Pratilo nas je strahovito mnogo problema u prvim prozorima, posebno prilikom formiranja sastava. Veoma sam zahvalan svim momcima koji su došli, borili se maksimalno, odigrali vrhunski i pokazali karakter.

Alimpijević ističe da su upravo mečevi s Turcima pravi pokazatelj kako igrač treba da se bori za svoju reprezentaciju.

– Borbenošću, dobrim karakterom i ponosom nadoknadi se mnogo toga. Igrali smo s jačim i kompletnijim timom Turske na jednu loptu, sa samo jednim igračem s poslednjeg Evropskog prvenstva, dok je protivnik imao čak devet igrača s tog šampionata. Zato moram da budem zadovoljan načinom na koji smo odigrali. Sada nam nedostaje ta jedna pobeda za idealnu sliku, ali imamo priliku da u oba predstojeća prozora stignemo sve što želimo.

Ono što posebno raduje, ovogodišnja dilema oko (ne)igranja Nikole Jokića veoma kratko je trajala i rešena na najbolji način.

– Oko toga nije bilo dileme od prvog momenta, Jokićevo igranje je nesporno. S njim sam u stalnom kontaktu otkako sam postao selektor, a poznajemo se još iz dana kada sam radio u Vojvodini. Komunikacija s tim čovekom se odvija na najjednostavniji način, on zaista živi za reprezentaciju i posvećen je svemu tome. Tokom prethodnih prozora davao je direktnu podršku i zahvalnost saigračima, non-stop je bio uz nas, na ovaj ili onaj način.

Verujemo da će „orlovi“ uspeti da se spremne najbolje što mogu u ovoj situaciji, pa da u julu očekujemo košarkaške spektakle i trijumfe. Pred avgustovski prozor biće mnogo više vremena za pripreme, u okviru kojih je predviđen i prijateljski dvomeč sa ekipom Francuske, a lepe vesti su da će „orlove“ tada pojačati kapiten Bogdan Bogdanović i Nikola Milutinović.



– Bogdanović ima situaciju koju rešava s klubom, kao i manje zdravstvene probleme. Izvesno je da će prekosčiti julsku akciju, ali biće s nama za avgustovski prozor – dodao je Alimpijević.

Što se tiče Nikole Milutinova, iskusni centar u dogovoru sa selektorom preskače julski prozor zbog izuzetno naporne klupske sezone, u kojoj je osvojio šampionat Evrope i Grčke.

Dakle, vrelo košarkaško leto je pred nama, verujemo da će „orlovi“ u potpunom sastavu pokazati pravu snagu i svu raskoš košarke. ● **N. Spasojević**



VAŽNI OKRŠAJI U JULU

„Orlovima“ ovog leta predstoje velika iskušenja u nastavku kvalifikacija za svetski kup 2027. Najpre u okviru julskog prozora igraju revanš susrete sa selekcijama Švajcarske (u gostima, 2. jula) i Bosne i Hercegovine (u Beogradu, 6. jula).

Inače, po tri najbolje ekipe iz svake grupe idu u drugi krug kvalifikacija, a u toj fazi formiraće se nove, četiri grupe sa po šest timova. Svi rezultati i bodovi osvojeni u prvoj fazi protiv timova koji su takođe prošli u drugu rundu prenose se u tu fazu takmičenja.

SELEKTOR NA SLATKIM MUKAMA

Selektor Alimpijević je na širi spisak reprezentacije uvrstio 18 kandidata za julski kvalifikacioni prozor.

Na toj listi se nalaze: Vasilije Micić (Hapoel), Aleksa Avramović (Dubai), Stefan Miljenović (Crvena zvezda), Jovan Novak (King Ščecin), Arijan Lakić (Partizan), Filip Barna (FMP), Ognjen Dobrić (Crvena zvezda), Nikola Đurišić (Crvena zvezda), Nemanja Dangubić (Dubai), Dejan Davidovac (Crvena zvezda), Stefan Momirov (Spartak), Tristan Vukčević (Vašington Vizardsi), Nikola Tanasković (Budućnost), Nikola Jović (Majami Hit), Strahinja Gavrilović (Igokea), Nikola Jokić (Denver Nagetsi), Dušan Ristić (Kawasaki Brejv Tanders), Uroš Plavšić (Bordo). Stručni štab pored Alimpijevića čine: Vladimir Jovanović, Ognjen Stojaković, Milenko Bogičević i Tomislav Tomović. Kondicioni treneri su Marko Sekulić, Marko Stanojević i Stefan Radojičić. U medicinskom timu su doktori Dragan Radovanović, Nebojša Mitrović i Boris Vukomanović i fizioterapeuti Veljko Nikolić, Milorad Ćirić i Predrag Jovičić. Konačan spisak od 12 igrača za mečeve sa Švajcarskom i BiH selektor će da precizira krajem priprema koje su 22. juna startovale u Beogradu.



Dok se drugi budu pripremali za Svetsko prvenstvo, Srbija će postavljati temelje za budućnost. Selektor Miloš Pavlović je za avgust planirao okupljanje ekipe, jednako važno kao i da su u pitanju pripreme za neko takmičenje

Sistem kreiram prema igračicama

Hambrug će od 4. do 13. septembar biti domaćin najboljim ekipama sveta. Njih 16 krenuće u poteru za SAD, četvorostrukim uzastopnim šampionkama Mundobasketa. Nažalost, među tim ekipama neće biti Srbije.

Neuspeh na Evropskom prvenstvu prošlog leta, prekinuo je kontinuitet učešća naših najboljih košarkašica na velikim takmičenjima. Ali – to ne znači i da će naše dame ovog leta odmarati. Jer – neće!

Dok se drugi budu pripremali za Svetsko prvenstvo, Srbija će postavljati temelje za budućnost. Selektor Miloš Pavlović je za avgust planirao okupljanje ekipe, jednako važno kao i da su u pitanju pripreme za neko takmičenje.

Objasnio je...

- U suštini, ideja je da iskoristimo ovo leto za upoznavanje. Promena trenera se desila iznenada, pred novembarski prozor, kad je sezona bila u toku i kada nije bilo prilike za ozbiljnije pripreme i neki veliki rad. Zato želim da se okupimo svi zajedno, kako bismo radili na koheziji u timu, međuljudskim odnosima, da veze budu još jače...

Naravno – radiće se i na košarci. Jer – Srbiju od 11. do 17. novembra čeka prvi prozor druge runde kvalifikacija za Evropsko prvenstvo 2027, koje je cilj ka kome idu naše košarkašice.

- Sada ćemo imati i malo više prostora da se postave neke taktičke stvari na kojima do sada nismo imali prilike da radimo. Želimo da učinimo sve kako bismo u kvalifikacije ušli što spremniji. Nažalost, ovog leta nemamo takmičenje, ali to nam ostavlja prostor da radimo više, da ne bismo došli u situaciju da pred mečeve u novembru imamo bilo kakve probleme.

Ako je potrebno podsećati, prvi krug kvalifikacija naše dame su završile bez greške... Ali – nikoga, ponajmanje bilo koga u našem timu nije potrebno podsećati da nas čeka mnogo teži zadatak. Na to je ukazao i Pavlović.

- Ovaj deo kvalifikacija će biti mnogo zahtevniji, kvalitetniji su protivnici, Slovačka, Grčka, Holandija... Tu su i tri utakmice u prozoru, veći je ulog... Mi ništa još ništa nismo uradili, i dalje smo na nuli. Zato želimo da sada napravimo sistem, kako bismo i ovaj deo kvalifikacija prošli dobro.

Svakako – polazna tačka je dobra. Dva okupljanja, četiri pobeđe iz dva prozora prve runde kvalifikacija.

- Znamo se, tačno je. Ali, potrebno je malo dublje da se razgovora sa igračicama šta se pojedinačno od koje očekuje po pozicijama, da uđemo u širu priču u odnosu na onu koja je usko vezana za taktiku, da postavimo osnove... Sve to će biti baza za dalji rad i pripreme za Evropsko prvenstvo 2027. koje je prvi cilj.

Dalje...

- Treba okupiti ekipu, upoznati se kroz individualne razgovore, pa i da vidimo gde su u kondicionom smislu. Da se napravi baza. Ideja je i da ih uvedemo u sezonu na dobar način, da učimo sve da budu spremne kao bi se maksimalno izbegle povrede... Mnogo toga nas čeka. Radićemo i na taktici, biće postavljeni osnovni principi napada i odbrane. Sada ćemo više insistirati na detaljima za koje nismo imali vremena do sada. Sve kako bi naša realizacija bila veća. Uvek volim da kreiram sistem prema igračicama kako bismo iz svih izvukli najbolje.

Iako je rano o tome pričati, Pavlović očekuje da će na okupu imati reprezentativke sve na koje računa.

- Do sada nikada nije bilo problema kada su dolasci u pitanju. Devojke su svesne ozbiljnosti situacije, reprezentaciji uvek pristupaju na pravi način.

Ovo je idealna prilika da se vide i neka nova lica.

- Biće novih imena, kako iz domaćeg takmičenja, tako i sa koledža u SAD. Ideja je da se pre početka priprema naprave i kontrolni treninzi igračica koje su u Americi. Ovo slobodno leto moramo da iskoristimo na pravi način, da se ne propusti nijedna igračica, gde god da postoji. Sve one su na vratima seniorskog tima, neke će možda kroz ta vrata proći odmah, neke kroz godinu-dve. Ali one su naša budućnost i perspektiva. Zato je i ovo okupljanje važno – poručio je Miloš Pavlović, selektor ženske reprezentacije Srbije. ●

Biljana Kostreš



Dobio sam i više od onoga što sam mogao da sanjam

O veri u proces, međusobnom poverenju, lekcijama koje je kroz karijeru savladao, stvarima koje su važnije i od trofeja

Duško Vujošević je govorio: „Ono si što čuješ, vidiš, pročitaš“. Rečenica koju je tokom ovog razgovora pomenuo i jedan od njegovih najboljih učenika – Vlada Jovanović. On ovih dana o sebi i svom klubu „čuje, vidi, čita“ da je šampion Srbije. Da je upisao svoje ime na najslavnije stranice klupske istorije subotičkog Spartaka.

U razgovoru za magazin Trener Jovanović je više puta citirao svog učitelja, kako je i sam rekao – čoveka koji je ostavio najveći uticaj na njega. Ne samo u trenerskom poslu. Pričao je i o tome koliko sport zapravo i ume da ne bude fer, koliko karijera trenera nije ravna linija, da je važno verovati u sebe, ali da je jednako važno – ako ne i bitnije – da osetiš da imaš poverenje ljudi sa kojima radiš... Na kraju, i da postoje stvari važnije od trofeja.

A to što je s njim za kormilom Spartak došao do šampionskog trona, Jovanović je opisao jednom rečju...

– Poduhvat!

I zaista, bio je to istinski poduhvat. Ali kako je Jovanović želeo da naglasi, rezultat koji je Spartak ostvario ne treba meriti samo tim trofejom, iako najvrednijim u klupskoj riznici u Dudovoj šumi.

– Svestan sam da smo napravili veliki rezultat. Međutim, svestan sam i da to nije proizvod niti rada ni ove godine, niti ovog meseca, treninga, niti je stvar trenutne inspiracije, već je proizvod procesa koji traje prethodne četiri godine.

Za to vreme je urađeno mnogo toga...

– Pre svega ovoga Spartak je imao dve sezone u kojima su moje kolege dizale tim iz jednog u drugi nivo takmičenja, da bismo uopšte došli u nivo takmičenja gde možeš nešto da osvojiš, kao na primer ovaj KLS. Krenuli smo iz sprske lige, osvojili Prvu B, iz koje smo otišli u KLS, kroz koji smo zatim dobili pravo igranja u ABA 2. Osvojili smo to takmičenje i plasirali se u ABA ligu, gde smo poslednje dve godine.

Tu je zastao, pa podvukao nešto o čemu te dve godine stalno priča...

– Rezultat može biti kao ovo što smo mi sada napravili. Ali kada niste klub koji je favorit u bilo kom takmičenju, kvalitet vašeg rada mora da se vidi i u nekim drugim stvarima. Pre svega, da budete standardan ABA ligaš, da budete učesnik plej-ofa, što mi jesmo u poslednje dve godine. Pa i da stalno dižete letvicu. Pokušavamo da takvim izazovima ceo sistem, koji je novi, krhak i mali, držimo u nekoj vrsti intenziteta i pozitivnog stresa da bismo mogli da napravimo iskorak. Tako smo došli i do ideje da bi Liga šampiona bila izazov za nas, pa smo igrali i to takmičenje, plasirali se u drugi deo.

Ukratko...

– Sve ovo su bili ciljevi, kao i rezultat procesa koji traje četiri godine. Normalno, uvek se ljudi hvataju za trofej. Međutim, i da nije bilo tog pehara, mi smo malim koracima sve ovo vreme išli napred.

Za trenere kažu da im je kofer uvek spakovan u nekom uglu sobe... Danas su tu, bez ikakve garancije da će na istom mestu biti i sutra. U atmosferi gde klubovi lako menjaju trenere, Jovanović je prošle sezone potpisao novi ugovor koji ga sa Spartakom veže do 2030. godine. Koliko mu je to vrsta sigurnosti značila i olakšala ceo proces o kom priča? Jovanović je ponudio dva odgovora.

– Najkraće rečeno – mnogo mi znači.

Nešto duže...

– Da bi se uspostavio bilo kakav sistem, morate imati vertikalnu upravljajuću strukturu: predsednik, generalni menadžer, sportski direktor, trener... pa onda ceo staf koji ima veliku obaveznu da servisira tim, na kraju tu su i igrači. To mora da postoji!

VEĆ POČELE PRIPREME ZA SLEDEĆU SEZONU

Sezona nije bila ni završena, a u Spartaku su se već okrenuli sledećoj.

– Imamo malo ljudi u klubu, ali ljudi s kojima radim imaju kvalitet da ovaj košarkaški klub smatraju kao svoju kuću. To mi je važnije od broja. Podelićemo poslove, možda ćemo raditi i više nego što bi trebalo, ali ponosni smo zato što rade za Spartak kao da je njihova kuća. Već se bavimo sledećom sezonom, koliko nam vreme i obaveze dozvoljavaju. Ja sam još u Subotici, malo radimo s mladim igračima, sa onima koji su bili povređeni, s njima rade Milica, naš fizioterapeut, Raša, kondicioni trener, kao i treneri Sloba i Đorđe, oni i danas rade. Polako pravimo i selekciju za sledeću sezonu – poručio je Vlada Jovanović.



- Prvi i poslednji trofeji su jako bitni, imaju svoju težinu! Ako si svestan svojih vrlina i mana, time dokazuješ da možeš da ideš dalje, da imaš vrednost. Sam sebi dokazuješ da traješ. Nikome drugom. Niti ja to želim, niti mi je to cilj. Dule je umemo da kaže da nema ništa lako. Svaki pehar ima svoju težinu i svaki ima svoju lepotu kada se sve završi.

A opet, da bi se uspostavio sistem, potrebno je vreme. To često pominjem, a naučio sam i prihvatio od kluba u kome sam proveo veliki broj godina – Partizana i velikog trenera kao što je Dule Vujošević, koji je bio značajan za formiranje moje trenerske ličnosti. U kratkom vremenskom periodu sistem nije garancija velikih stvari. Ali u dugačkom vremenskom periodu klub može da se nada da će da pravi iskorak. Ne mora to, opet kažem, da bude trofej, već različite vrste iskoraka. U smislu da napreduje, da se plasira u više rangove takmičenja, promoviše mlade srpske igrače, možda da i neki domaći igrači, koji više nisu mladi ali pre nisu dobili pravu priliku, prođu kroz sistem, da se na neki način košarkaški oporave, pa do toga da ako imate igrače koji su dolazili iz drugih zemalja, od vas idu na viši nivo. To je jako važno za imidž kluba.

Preduslov svega je...

– Da bi se to desilo, bitno je da predsednik, čovek koji vodi klub, zna šta hoće u određenom vremenskom periodu ispred njega. Ne šta hoće da radi u narednih mesec dana, već na šta hoće da njegov klub liči. Onda treba da izabere čoveka koje može da mu to donese i da mu da poverenje. Ne znam drugačiji način kako može da se dođe do nečega. Meni ovo poverenje prija i znači mi. Sigurno da i ljudima koji su oko mene, ali i ljudima s kojima radim, uliva dozu samopouzdanja da sam ja deo celog sistema. Da zajedno ovaj brod provedemo kroz različite periode. Nekad je to lepo vreme, ali nekad je i bura. Znamo šta je cilj, a ta vrsta poverenja koju imamo uliva nam snagu i nadu da ćemo ostvariti ciljeve koje smo postavili na početku sezone.

Pomenuo je bure... Koji je to momenat u sezoni bio najburniji, najteži da se prevaziđe da bi se došlo do trona, pitamo.

– Ništa specifično – uzvratilo je Jovanović.

Uostalom, ništa što se ne dešava i na drugim mestima, u najvišim rangovima takmičenja...

– Normalno je da novinari pišu o velikim klubovima i najvećim takmičenjima kakvo je Evroliga, pa pišu o dobrim igrama, ali mnogo više kada su klubovi u krizi. Ni mi nismo oslobođeni trenutaka kada nismo u dobroj timskoj formi, koja varira zbog milion stvari. Ovo je timski sport, sezona traje 10 meseci, nije to jedna liga, već velikih broj utakmica, što ste bolji, sve je već broj. Tu je 12 igrača u timu, petorica na terenu... Mnogo faktora utiče, a vi kao sistem morate da imate otpornost prema tome. A morate da imate i spremne scenarije za krizne situacije, gde je opet najvažnija reč – poverenje. Vera uprave kluba u trenera, ali i trenera u igrače, u ljude s kojima radi, da će uspeti da izađu iz toga. Jer dovoljno je da jedan igrač ispadne iz forme, definitivno će se odraziti na tim. Ubacićete drugog, ali on možda nije taj nivo kvaliteta...

Tu su i drugi objektivni faktori.

– Dovoljno je da vam se jedan igrač povredi, a nama prva petorka ove sezone nije igrala 39 utakmica! Mi smo 39 utakmica bili bez igrača koji su veoma važni za tim. Onda posežete za do selekcijom. Svako uključivanje igrača, nebitno da li je to vrhunski igrač ili čovek, poljuljaće hemiju.

I opet...

– Poverenje! Lakše je ako znamo gde smo krenuli, šta su nam ciljevi i da svi znamo da u ovom poslu postoje takve situacije. Ove godine smo stigli do iste tačke gde smo bili i prošle, ali sada je put bio duži i daleko teži. Do plej-ofa ABA lige smo išli kroz plej-aut. Trebalo je u trenutku ispadanja u plej-aut održati tim zajedno, motivisati ga, opet ubediti da su ciljevi koje smo zacrtali i dalje

ispred nas, a ne iza kao što se u tom trenutku činilo. Imao sam čast i sreću da sam radio s dobrim košarkašima i dobrim ljudima i zajedno smo uspeali u tome.

Sezonu su završili trofejom u KLS-u. Prvi za Spartak, ali u ličnoj riznici Vlade Jovanovića treći namenjen šampionu Srbije. Računajući, naravno, otkako radi samostalno. Prethodna dva osvojio je s Partizanom, s kojim je dva puta bio i osvajač Kupa Koraća, jednom prvak ABA lige. S juniorima Srbije dva puta je išao do evropskog trona. Kažu da je poslednji pehar uvek najdraži jer je dokaz da trajete. Koje mesto pripada ovom koji je nedavno osvojio u Nišu, pitamo. Jovanović kaže...

– Prvi i poslednji trofeji su jako bitni, imaju svoju težinu! Ako si svestan svojih vrlina i mana, time dokazuješ da možeš da ideš dalje, da imaš vrednost. Sam sebi dokazuješ da traješ. Nikome drugom. Niti ja to želim, niti mi je to cilj. Dule je umeo da kaže da nema ništa lako. Svaki pehar ima svoju težinu i svaki ima svoju lepotu kada se sve završi. Da bi se osvojio neki trofej, moraju da se naprave jako kvalitetne stvari, i to u dugačkom vremenskom periodu. Zahvalan sam što ostavljam neke tragove. Tu mislim na sve ono što dovede, ne mene, već ceo sistem, do nečega. Na kraju krajeva, broj ljudi s kojima sam radio i ove godine i svih pre toga, to je najveći trofej koji imam u dosadašnjem radu.

Između prvog samostalnog trofeja na klupi Partizana i ovog koji je osvojio kao trener Spartaka prošlo je 15 godina. Koliko je sada drugačiji trener u odnosu na tu 2011?

– Mnogo sam drugačiji! U svakom aspektu. Što se tiče pedagogije i psihologije, a o košarci neću ni da pričam, tu je i najveća razlika. Ali u svemu je razlika. Mi smo svi produkt srpske škole košarke, koja se naslanja na jugoslovensku. Znamo šta je to značilo u evropskim i svetskim okvirima i na to sam ponosan. Da li i dalje znači, to je već pitanje za neki okrugli sto.

Vratio se na početke.

– Nisam mogao da se formiram tokom igračke karijere, već sam to uradio kao trener. Moj košarkaški identitet se menjao iz godine u godinu. Kao što Dule kaže – ti si ono što vidiš, čuješ ili pročitaš. Imao sam i tu sreću da sam radio sa Acom Janjićem, čuvenim profesorom iz „20. oktobra“ i trenerom Partizana. Posle sam došao kod Duleta u prvi tim. I normalno da sam kao mlad trener, bez igračkog iskustva, upijao ili prihvatao sve ono što je on radio i pričao tih pet godina koliko smo sarađivali. On me dosta promenio. Ali nije bilo lako.

Nije imao problem da prizna...

– Jedno vreme sam se tražio. Definitivno nisam ličnost kao što je Dule. U mojim prvim samostalnim sezonama njegov uticaj je bio toliko veliki da sam tada, kad pogledam sebe sa strane, i dosta podsećao na Duleta što se tiče i košarke i ponašanja. Normalno da se posle toga prilagođavaš i tvoja ličnost izlazi na površinu. Kasnije sam radio i s Lukom Pavićevićem u reprezentaciji i oni mi je otvorio neki drugi pogled na košarku. Sa Saletom Obradovićem, takođe, opet neki drugi pogled. Da ne pričam o ljudima koji su ostavili najveći trag. Ne znam ko od našeg trenerskog esnafa neće reći da mu je Željko Obradović uzor. Nisam imao tu sreću da radim s njim, iako sam u nekim delovima karijere stvarno to želeo. To bi bilo ogromno iskustvo za mene, kao što je bio rad s Duletom.

Sada je trener s jasnim potpisom.

– Formirao sam se uz velike trenere, negde se to posle sleglo. I moja ličnost je u ovim godinama došla do izražaja i sve to složila u toj biblioteci. Sad je to što je.



Da li se ima neko „šta bi bilo da je bilo“, nešto za šta zna da je moglo drugačije? Osmeh koji je prethodio odgovoru dovoljno je rekao.

– Moglo je drugačije toliko toga! Ali s obzirom na to da sam ja realno bio autsajder kao trener, moram da kažem da je ovo što sam dobio i više od onoga što sam mogao da sanjam. To je realnost. Pravio sam i ja greške, grešili su i ljudi oko mene. Možda su neka moja očekivanja u nekim trenucima bila viša, a nekada realno i manja. Uvek te život, a pogotovo sport, iznenadi.

Recimo...

– Pomenuli ste te moje prve trofeje iz Partizana i tada sam mislio ko zna gde ću ja završiti za deset godina. Naravno, u pozitivnom smislu. Ali život, sport, a posebno trenerska karijera, uopšte nisu linearni. Čovek mora da bude svestan da rezultati dolaze i odlaze, ima ih dobrih, ima ih loših. Bićeš prepoznat u jednom trenutku, dobićeš priliku, u drugom trenutku nećeš biti prepoznat, nećeš dobiti priliku ili će ti se uzeti šansa.

Zato je jedino važno...

– Moraš da veruješ u proces i da ne odustaješ od onog što ti jesi. Svaka replika nije dobra. Na kraju, nije stvar ni verovanja. Sad kada sam iskusan trener, znam da uživanje u trofeju ne može baš dugo da traje. Sport nije pošten do kraja. Vi možete da napišete dobru knjigu ili da naslikate dobru sliku i možete to da ponovite za tri godine ili pet. Ali ovde se dešava da u sredu igrate dobro i pobedite, ali ako u subotu izgubite, više niste ni dobar trener niti dobar igrač. Ako osvojite dva trofeja, a treći ne, niste više dobar trener.

Zato je važno...

– U celoj toj situaciji morate pre svega da verujete u proces, stvarno. I, važnije, da uživate u njemu. Uživate u tome, s ljudima s kojima radite. Okej, budite srećni kada dođe rezultat. Ali ako ne dođe, u tom izvlačenju pouka i učenju iz toga – opet uživajte. To je trenerski posao! To je fenomenalan posao!

A koliko je trebalo da dođe do te spoznaje?

– Uf, uf... – neka to bude odgovor, uzvratilo je Jovanović.

Ima i duža verzija...

– Koliko hoćeš! Ne znam da li je moguće sa 28, pa čak i 38 godina, da dođeš u situaciju da to kažeš. Naravno, ovde gledam samo sebe. Dolazio sam iz pozicije „anderdoga“. Da nisam uzeo te trofeje s Partizanom, koji jesu moji, ali moram da kažem i da su bili proizvod celog sistema koji je bio mnogo jak, postavljen, ne znam šta bi bilo sa mnom, kako bih uspeo da se izborim. To je bio je-

dan od trenutaka gde sam očekivao manje, a dobio više. Dok sam posle Partizana očekivao više, a dobio manje.

Kako je rekao – to je taj životni balans.

– Trebalo mi je mnogo vremena da shvatim, ne znam ni da li sam do kraja uspeo, ali se stvarno trudim da se smirim. Ne samo u sportu već i u životu, da bi doneo prave odluke, vodio ljude, moraš da budeš miran. Tu su i pritisci svih strana – uprava, javno mnjenje, novinari koji – čini mi se nekad – čekaju lošu vest, jer se to više čita. U velikim klubovima je veliki i pritisak navijača. Ako nisi miran, ti si već na korak od ambisa. To je jedan od glavnih kvaliteta trenera. Kada pričamo o onim velikima, svi su to imali.

Za sve ove godine radio je s mnogo igrača koji su kasnije napravili velike karijere. U važnom delu njihovog razvoja imao je ozbiljan uticaj. On o tome ne voli da priča. Kaže da nema potrebu da to deli s javnošću. Ali to je ste nešto što posao trenera čini lepim. A njega čini i ponosnim.

– Velika satisfakcija! Ne znam da li to pokazujem, a sigurno ne pričam o tome ako me ne pitaju. Radio sam s velikim brojem igrača, što je manje bitno od informacije da su mnogi od njih postali veliki igrači. Stvarno sam na to ponosan. Čini mi se i degutantno i ružno da se trener hvali time. Ali kad me već pitate, reći ću – na to sam izuzetno ponosan. S velikim brojem igrača se i ne čujem, ne gajim tu vrstu odnosa. Ali kada se vidimo, imamo taj odnos i emociju, rekao bih – veliko uzajamno poštovanje, šta smo dali jedni drugima. Na to sam ponosan... To je ono što ovaj posao čini lepim. Neki su krenuli kod mene kao deca, a sada su seniori.

Nisu svi ni postali košarkaši, neki su funkcioneri...

– Neki će možda doći da budu i meni funkcioneri – dodao je uz osmeh. – Ne pričam samo o sportistima već o arhitektama, inženjerima, doktorima, advokatima koji me sretnu na ulici. To mi je fenomenalno. Još iz vremena kada sam radio sa čika Acom Janjićem, gde je prošao veliki broj igrača u Bloku 70. Ti ljudi su sada ostvareni u raznim sferama života. Nekada ne mogu ni da prepoznam sve te ljude jer je prošlo mnogo vremena. A onda se neko zaleti na mene, čovek advokat ima 35 godina, dvoje dece i obrati mi se sa: „Treneru“.

Za kraj – Jovanović je poentirao...

– Bio sam oduševljen odnosom koji su imali bivši igrači prema Aci Janjiću. To mi je bilo fenomenalno. Mi sad pričamo o trofejima, a i to je jedna vrsta trofeja i rezultata, ako se stvarno posvetiš ovom poslu. ●

Biljana Kostreš

Foto: KLS.Lp

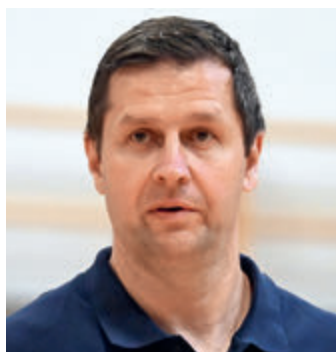
UBEDILI SMO SUBOTIČANE DA SMO OZBILJNI

Uspeh Spartaka naišao je i na lepu podršku Subotičana.

– Drugačije, lepo... Ipak su ljudi ovde dugo bili bez vrhunske košarke. Bez obzira na to što su se ovde stvari menjale, mislim da nisu do kraja verovali u nas, u našu istrajnost, ali uspele smo da ih ubedimo da smo ozbiljni. U ovom trenutku imamo lepo navijačko jezgro. Moram da se pohvalim da imamo mnogo dece na utakmicama, što mi je posebno drago. Podržavaju nas, ali navijači umeju da nagrade i protivnika, ne samo dobar potez već i taj nekakav košarkaški legasi. Imali smo dosta gostiju iz svih sportova, koji su bili vrhunski, subotička publika to ume da prepozna i pozdravi. Svi nose lepe slike s naših utakmica – rekao je trener Spartaka.

- Da bi se uspostavio bilo kakav sistem, morate imati vertikalnu upravljajuću klubom: predsednik, generalni menadžer, sportski direktor, trener... pa onda ceo staf koji ima veliku obavezu da servisira tim, na kraju tu su i igrači. To mora da postoji! A opet, da bi se uspostavio sistem, potrebno je vreme.

Principi igre, korišćenje prednosti i donošenje odluka



Problem s kojim smo se dugo u Nemačkoj suočavali bila je selekcija mladih igrača, odnosno identifikacija talenata. Mi smo s vremenom promenili te principe selekcije i generalno kakve igrače uopšte tražimo. Naš primarni zadatak sada je da identifikujemo mlade igrače od 14-15 godina, za koje se pretpostavlja da će za deset godina biti nosioci seniorske reprezentacije. U tom kontekstu, naš je posao da identifikujemo najveće talente prema kriterijumu da li oni mogu da budu dovoljno dobri za seniorsku reprezentaciju

Pre nego što pređemo na samu temu, potrebno je donekle razumeti sistem iz kog dolazim. U Košarkaškom savezu Nemačke sam od 2013. godine i to je period u kom smo dosta toga promenili. Naravno, u razvoju mladih igrača klubovi i dalje imaju veliku ulogu, ali sa aspekta saveza radimo na regionalnom principu organizacije. Inicijalna selekcija talenata se radi po regionima i ona startuje u dobi od 12-13 godina, te se kontinuirano obavlja do njihove 15. godine. Od 15. Nastupamo mi kao savez sa svojim modelom. Čak i dok su talentovani igrači još uvek na regionalnom nivou, moja je uloga da s njihovim regionalnim trenerima sarađujem i dajem određene smernice i uputstva, ali oni i pored toga imaju autonomiju u svom radu.

Problem s kojim smo se dugo u Nemačkoj suočavali bila je selekcija mladih igrača, odnosno identifikacija talenata. Mi smo s vremenom promenili te principe selekcije i generalno kakve igrače uopšte tražimo. Naš primarni zadatak sada je da identifikujemo mlade igrače od 14-15 godina, za koje se pretpostavlja da će za deset godina biti nosioci seniorske reprezentacije. Greška koja je u prošlosti pravljena je da se više pažnje obraćalo na to ko je dobar ili dominantan trenutno, u datom uzrastu, pritom zanemarujući to da li on može biti dovoljno dobar u seniorima. U tom kontekstu, naš je posao da identifikujemo najveće talente prema kriterijumu da li oni mogu da budu dovoljno dobri za seniorsku reprezentaciju.

Moramo u obzir uzeti činjenicu da Nemačka ipak nije primarno košarkaška zemlja, iako je u poslednje vreme njena popularnost na uzlaznoj putanji. Stoga se vodimo idejom da najpre selektiramo igrače koji su atletski nadareni, te da ih potom, nakon te primarne selekcije, pokušavamo da naučimo košarci i principima igre, adekvatno njihovom uzrastu. Takođe, multikulturalnost i demografska slika Nemačke, u koju dolaze ljudi sa svih strana sveta, nam omogućava široku bazu atletski nadarenih talenata iz koje pokušavamo da selektiramo prema prethodno opisanim principima.

Pored ovog problema u identifikaciji talenata te njihovom selektiranju, još jedna teškoća s kojom smo se suočavali jeste takmičarski imperativ u mladim kategorijama, gde je prevashodni cilj da se pobeđi na utakmicama, osvoji turnir ili prvenstvo i sl. Ovako postavljene stvari zapravo dovode do toga da su treneri ti koji diktiraju uslove igre, njene principe i zahteve, a igrači su tu da u delo sprovedu zamisli trenera. Ovo nije način kako se kod mladih igrača treba razvijati kreativnost i ukoliko se oni podvrgnu ovakvom sistemu i ovakvim takmičarskim zahtevima, onda ti talenti zapravo postaju samo oruđe u rukama trenera ili sistema za koje nastupaju. I tu nije prevashodni cilj da se vodi računa o njihovom igračkom razvoju, već da sistem profitira od ishoda takmičenja, tj. pobeđe. Mladi igrač zapravo traži uslove i situacije u kojima može da napravi grešku, ili čak da mu se istrpe odre-

đeni ljudi potezi, jer samo tada on ide ispravnim putem razvoja i samo na taj način možemo računati na to da će se kod njega razviti igračka kreativnost.

Međutim, i pored svega navedenog – sistem treba da prepozna igrače koji su u stanju da se razvijaju čak i mimo samog sistema. Jedan od takvih primera je i jedan od nosilaca naše reprezentacije Denis Šreder, koji se probio ne zahvaljujući sistemu, nego uprkos njemu, jer je bio uporan, a na izvestan način čak i buntovnik.

Na osnovu svega prethodno navedenog nameće se zaključak da je prvi i osnovni cilj koji mi imamo u našem radu da se mladim igračima dosta toga istrpi kako bi se oni razvijali, pa čak i na osnovu svojih ličnih grešaka, te da na taj način dobijemo potencijalne reprezentativce za seniorsku ekipu.

Nakon što smo stekli uvid u širu sliku rada unutar našeg saveza, pređimo sada na određene elemente oko organizacije treninga, tj. šta je cilj pojedinačnog treninga ili pak trenažnog procesa ukupno. Generalno, jedan od ciljeva koji imamo jeste da igrače stavljamo u situacije da donose odluke. I to obično pokušavamo da radimo uz prisustvo odbrane, odnosno težimo tome da smanjujemo njihov izolovan rad – izolovan sa aspekta, recimo, napada koji ne uključuje odbranu nego da oni rade po nekim prethodno predeterminisanim uslovima i zadacima. Dakle, za njih kroz trening kreiramo uslove u kojima mogu da nađu određene solucije za koje mislimo da su dobre.

Takođe jedna od stvari koju pokušavamo da u našem uzrastu probudimo kod naših igrača jeste sposobnost sopstvene organizacije. U treningu težimo da ođemo nešto dalje od modela gde trener organizuje čitav trening, a igrači samo ispunjavaju zadatke – mi zapravo od naših mladih talenata tražimo da se bolje sami organizuju, jer je upravo to što ih jednog dana čeka u igri vrhunskog nivoa, a na koju želimo da ih dovedemo.

Naravno, pokušavamo da se u radu i izboru sredstava vodimo time kakvom selekcijom igrača raspoložemo u datom uzrastu. To bi značilo da naš način igre diktira selekcija, odnosno da li su u toj određenoj ekipi bekovi dominantni, te je stoga onda i naša igra više usmerena na spoljašnje pozicije, odnosno da li dominiraju visoki igrači, gde onda fokus igre težimo da prebacimo unutra. Naša generalna razmišljanja i filozofija su da se mi kao treneri prilagođavamo ekipi i da na osnovu kvaliteta ekipe biramo način igre, a ne obrnuto.

Pređimo sada na konkretne stvari kojima ćemo se baviti u okviru današnjeg predavanja. Prva i osnovna stvar o kojoj govorimo jeste prednost. Da bismo razumeli na koji način se prednost ostvaruje u košarci, treba najpre da klasifikujemo prednosti. One se mogu ostvariti i ispoljiti na više načina: recimo, prednost u poziciji u smislu rastojanja od igrača koji nas čuva, gde on može biti obiden ili pak dovoljno daleko od nas kao napadača s loptom da se šut uputi. Mismatch je takođe određena vrsta prednosti za napad. Pored toga, ona može biti i brojčana u smislu igre

2:1, 3:2 i sl. Prednost se takođe može ostvariti u tranziciji i ona ne mora nužno da bude izražena u brojevima, iako to jeste često slučaj — prosto, u tranziciji imamo mnogo veću početnu brzinu i raspoloživi prostor u odnosu na protivnika, što omogućava ostvarivanje određenih prednosti. Na nešto višem nivou kompleksnosti vidimo prednosti koje su nastale kao posledica igre iz Pn'R-a, odnosno situacijama kada odbrana igra agresivno na dribleru. U određenom trenutku su dva igrača odbrane posvećena igraču s loptom i onda dolazi do izlaznog pasa van blokade na lopti, gde dalje napad insistira na materijalizaciji nastale prednosti. Međutim, ovde je vrlo važno napomenuti da u radu s mladim talentovanim igračima prvo pokušavamo da ih naučimo kako da prepoznaju i iskoriste prednost, odnosno kako da se snalaze u uslovima već prethodno ostvarene prednosti. Tek nakon toga detaljnije insistiramo na tome kako da se ta prednost kreira i ostvari kroz igru. Razlog za ovakav pristup čitavoj materiji, i prednosti kao konceptu, jeste da se u prethodnim vremenima u našem radu podrazumevalo da igrači već znaju kako da materijalizuju prednosti nastale u igri. Međutim, to u stvarnosti nije bilo tako i dosta puta smo bili u situacijama da naši igrači ne umeju da prepoznaju i iskoriste prednost, te smo stoga i promenili pristup i redosled obuke. To bi dalje značilo da mi kao treneri imamo obavezu da najpre stvorimo situacije za igrače u kojima oni već imaju prednost, koja je u početku dosta velika, i onda radimo na tome kako se ta prednost rešava i materijalizuje. Dalje, s vremenom smanjujemo tu prednost dok ne dodemo u neke neutralne situacije gde prednosti zapravo i nema. I tek onda, od tog trenutka, radimo na određenim situacijama kako da se prednost stvori, uz prethodnu pretpostavku da je njihovo „kažnjavanje” i materijalizovanje već savladano.

Čak i u situacijama gde se insistira da igrači prepoznaju prednost i da je materijalizuju, mi imamo neka jasno postavljena pravila kako do tog kažnjavanja prednosti treba da dođe. Prvo pravilo na kome insistiramo je da odluka pri kažnjavanju prednosti mora da bude doneta brzo i isto tako sprovedena podjednako brzo.

Jedna od najčešćih situacija koje se dešavaju u igri jest igra protiv prilaska u odbrani, odnosno Closeouta. Napadač s loptom O1 na vrhu reketa probija svog čuvara X1 (dijagram 1), i odbrambeni X2 vrši kratku pomoć Stun i nakon toga i vraćanje (Closeout). S obzirom na to da je linija pomoći kratka i da se odbrambeni X2 nakon pomoći vrlo brzo i vraća, samim tim je i prednost kratka i naš napadač O2 mora veoma brzo doneti odluku i odluku je sprovesti.

Naravno, kada govorimo o kvalitetu odluke koju napadač donosi, to ne obuhvata samo način kako će on kazniti svog čuvara u prilasku. Radi se i o tome da li će napadač doneti odluku zasnovanu na svojim jačim stra-

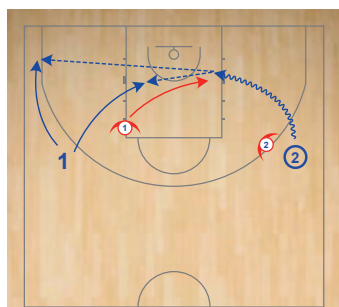
nama i prednostima u odnosu na direktnog čuvara. Na primer, igrač koji nije primarno šuter ne treba da kažnjava Closeout šutem; on u svakom trenutku i u svakoj odluci treba da bira rešenja koja odgovaraju njegovim sposobnostima.

Nakon prethodno opisanog prvog pravila o brzom donošenju odluke, naredno pravilo koje pokušavamo da u svakoj situaciji sledimo jeste da jedan igrač odbrane ne može da čuva dvojicu napadača (One cannot guard two). To bi u praksi značilo da nakon što se odbrana potpuno posveti nekoj situaciji, mi moramo da prethodnu stečenu prednost zadržimo i uvećamo je tako što ćemo dodati loptu do saigrača. Na taj način zapravo pasom igramo protiv svake reakcije odbrane do trenutka kada se pronalazi igrač koji je u najpovoljnijoj poziciji da uputi šut. Napadač O2 s loptom na krilu probija svoga defanzivca (dijagram 2) i time provocira reakciju i pomoć odbrambenog X1 na strani pomoći. Mi u ovim situacijama svakako ohrabrujemo našega napadača O1 da radi utrčavanje s te krilne pozicije, odakle je pomoć inicijalno krenula. Druga opcija za njega bi bila da prati nivo lopte i otvori se ka korneru na strani pomoći za izlazno dodavanje (Kickout) iz prodora i da se na taj način kreira otvoren šut. Bez obzira na poziciju s koje je pomoć krenula, napadač O1 ne sme da dozvoli da se odbr. X1 nalazi između njega i lopte, odnosno mora da koriguje svoju poziciju shodno tome gde se nalaze i lopta i njegov lični čuvar. Uputstvo koje u toj situaciji dajemo igraču bez lopte je „Lopta mora da te vidi”.

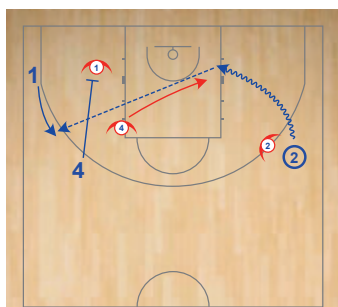
Dodatna opcija koju za nešto starije igrače možemo da uključimo u ovaj princip „produžavanje prednosti” odnosi se na saradnju dva igrača putem blokada bez lopte na strani pomoći. Napadač O2 prodire s desnog krila prema čeonj liniji (dijagram 3) i time izaziva pomoć defanzivca X4. U tom trenutku O4 postavlja donju blokadu (Pindown ili Pin) za napadača O1, koji se otvara na krilnu poziciju za šut. S druge strane, opcija za napadača O1, koji se u ovom slučaju nalazi na levoj krilnoj poziciji, jeste da primi blokadu koja dolazi iz kornera (tzv. Hammer) i da se otvori ka tom korneru za šut.

Treća stvar na kojoj insistiramo nakon ostvarene prednosti je da, ukoliko dođe do izlaznog pasa iz prodora, taj igrač koji je napravio penetraciju i dodao loptu van nakon skupljene odbrane izvrši relokaciju i nakon napadnute dubine (Paint touch) ponovo raširi. Bez obzira na to što je nakon prodora i dodavanja igrač u određenom zamahu (dijagram 5), težnja je da čak i nakon njegovog prodora zadržimo Spacing i dovoljno rastojanje između svih naših igrača na perimetru, a upravo imajući na umu narednu akciju koja bi mogla da sledi od igrača kome je lopta dodata. U ovom slučaju, to bi mogao biti prodor O1, koji opet zahteva ispravan raspored.

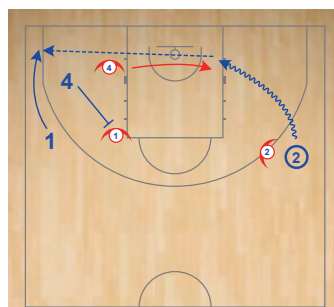
Čak i u situacijama gde se insistira da igrači prepoznaju prednost i da je materijalizuju, mi imamo neka jasno postavljena pravila kako do tog kažnjavanja prednosti treba da dođe. Prvo pravilo na kome insistiramo je da odluka pri kažnjavanju prednosti mora da bude doneta brzo i isto tako sprovedena podjednako brzo



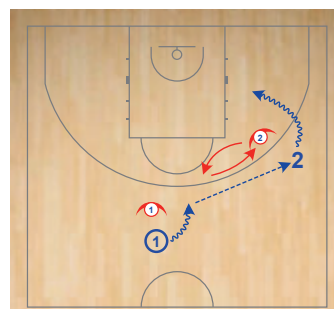
DIJAGRAM 02



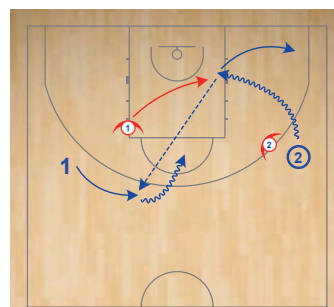
DIJAGRAM 03



DIJAGRAM 04



DIJAGRAM 01



DIJAGRAM 05

Jedan od naših zadataka je da igrače osposobimo da igraju na više različitih pozicija sa aspekta mesta na terenu. Isto tako želimo da naši igrači budu adekvatno obučeni da igraju protiv različitih tipova odbrambenih igrača, u smislu njihove pokretljivosti, fizičke snage, atletskih sposobnosti ili pak nekih drugih kvaliteta, odnosno nedostataka

Jedan od naših zadataka je da igrače osposobimo da igraju na više različitih pozicija sa aspekta mesta na terenu. Isto tako želimo da naši igrači budu adekvatno obučeni da igraju protiv različitih tipova odbrambenih igrača, u smislu njihove pokretljivosti, fizičke snage, atletskih sposobnosti ili pak nekih drugih kvaliteta, odnosno nedostataka. Uvek učimo igrače da moraju da znaju dve stvari, i govorimo im sledeće: „Moraš da znaš ko si ti i takođe moraš da znaš ko je naspram tebe.“ Poenta je da čak i u ranom dobu naši igrači treba da budu osposobljeni da prepoznaju svoje jake strane, odnosno mane protivnika, tj. svoga direktnog čuvara, kako bi mogli da ispravno iskoriste sve svoje eventualne prednosti.

Jedna od vrlo jednostavnih vežbi koje koristimo u ovu svrhu osposobljavanja igrača za igre na različitim mestima na terenu je situacija 1:1. Odbrana u ovoj vežbi je poludirigovana, u smislu da defanzivac ne igra da zaista zaustavi igrača s loptom, već da mu pomogne tako što će da mu pruži dovoljan otpor koji napadač može osetiti i da ostvari kontakt s njim. Dvojica iz para, jedan napadač, jedan odbrambeni, kreću na liniju za tri poena i obojica su licem okrenuti ka košu (**dijagram 6**), dakle stoje rame uz rame. Na određeni signal napadač kreće da se probija ka košu, a defanzivac ima tri opcije, tj. tri različita načina na koje može igrati odbranu: može najpre da prati napadača rame uz rame i da ostane a njim u kontaktu do kraja prodora; druga opcija je da odbrambeni može da se postavi na liniju prodora, tj. da postavi svoje telo između napadača i koša; i na kraju, treća opcija je da ide iza napadača s loptom u odnosu na koš i da pokušava na izvestan način da mu oteža završnicu.

Ono na čemu takođe insistiramo u ovoj vežbi jeste da parovi sukcesivno idu odmah jedan za drugim. Čim napadač završi svoju akciju, odbrambeni igrač ima zadatak da pokupi skok i nakon toga odmah kreće naredni par. Podsetimo se da smo već ranije pričali o tome kako tražimo od svojih igrača da se sami organizuju i ovo je upravo jedan od načina, gde mi kroz kaos koji kreiramo njih teramo da sami odlaze na svoje zadato mesto u vežbi odmah pošto je njihov prethodni zadatak završen. Nakon što je svih šest parova završilo igru 1:1, u narednom krugu odbrambeni i napadač menjaju svoja mesta i uloge, dok se ne završi čitav ciklus, i tek nakon toga parovi menjaju svoju poziciju na terenu.

Jedna od sposobnosti kojima težimo da naučimo naše igrače jeste da reorganizuju ili na određeni način resetuju igru 1:1 u situacijama kada i dalje poseduju pravo driblinga. To znači da prepoznaju trenutak kada ih je odbrana iskontrolisala (**dijagram 7**), ali umesto da nastave istu akciju ili odmah pokušaju da uhvate loptu, treba da se povuku (Backpedal), odnosno vrate se do linije za tri

poena, reorganizuju igru 1:1 protiv istog čuvara i pripreme sledeću pobedu.

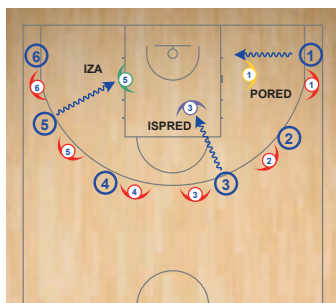
Ukoliko napadač nije uspeo da ostvari prednost do trenutka kada bi trebalo da je već započeo realizaciju, on ne mora nužno da se vraća driblingom na perimetar; može da nastavi da dribla kroz dubinu. Taj se potez naziva „Nash Move“ (**dijagram 8**), a naravno po nekadašnjem NBA igraču Stivu Nešu, i često se koristi u modernoj košarci u situacijama kada je napadač zaustavljen. On tada nastavlja da dribla kroz reket prema drugoj strani, prolazi ispod koša i započinje akciju šuta (ili pak dodavanja) nakon što je driblingom stvorio određenu prednost u srcu reketa.

Opšte je poznata činjenica da se moderne odbrane ne oslanjaju isključivo na individualne kvalitete igrača. Težnja je da se odbrana u svakom trenutku igra kolektivno. To znači da, ukoliko je jedan od odbrambenih igrača probijen, za njega dolazi pomoć njegovih saigrača, prema već uspostavljenim principima kolektivne odbrane i pomoći u odbrambenom sistemu. Mi želimo da naše napadače obučimo da igraju protiv pomoći i da su u stanju da uspešno realizuju prednost koju su prethodno stvorili u igri 1:1, pa čak i u situacijama kada se na prodor pomaže.

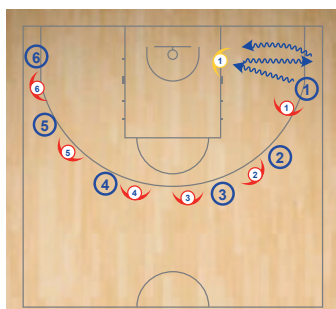
Po tri para igrača stoje sa svake strane terena na krilnim pozicijama (**dijagram 9**). Jedan iz para je napadač i ima loptu dok je drugi odbrambeni. Za to vreme ispod koša na strani pomoći blizu čeonke linije imamo jednoga igrača čiji je zadatak da na prodor pomaže. Na određeni znak napadač uspostavlja svoj prodor. Takođe smo u poludirigovanoj odbrani kao i u prethodno opisanim vežbama. Napadač teži da realizuje prednost koju je ostvario na perimetru. Međutim, ovaj put to radi nakon što na njegov prodor dolazi pomoć sa strane pomoći. U nastavku, i nakon završetka sekvence igrači menjaju mesta i rotiraju se prema prikazanom principu. Težište vežbe se prebacuje na drugu stranu, u ovom slučaju levu napadačku, i par započinje novu sekvencu (**dijagram 10**).

Ovde je takođe vrlo važno napomenuti da, kao i u prethodno opisanoj vežbi (i u svemu što inače radimo), od naših igrača tražimo da vrlo brzo menjaju svoje uloge i mesta na terenu. Upravo to ih u igri očekuje: moraju sami da se dobro organizuju i efikasno i brzo prelaze na naredne zadatke.

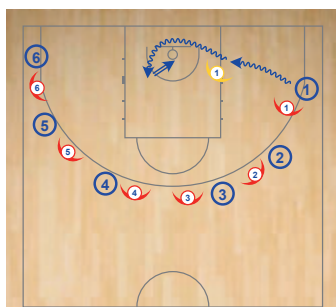
S obzirom na to da težimo tome da kod igrača razvijemo sposobnost donošenja brzih i adekvatnih odluka, prethodnu vežbu možemo usložniti: uvodimo napadača koji igra odmah pored odbrambenog igrača na strani pomoći (**dijagram 11**). Time faktički ova vežba postaje 2:2 i u okviru nje napadač s loptom mora da prepozna situaciju, odnosno da li ima dovoljno prednosti za realizaciju ili je potrebno da li isprovociranu pomoć u odbrani reaguje dodavanjem do slobodnog saigrača. S



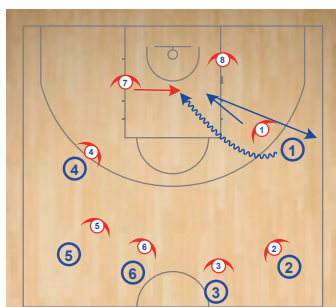
DIJAGRAM 06



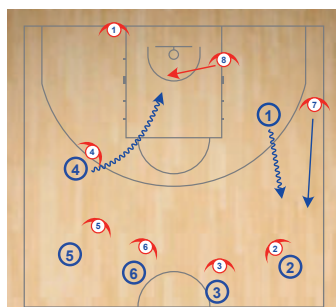
DIJAGRAM 07



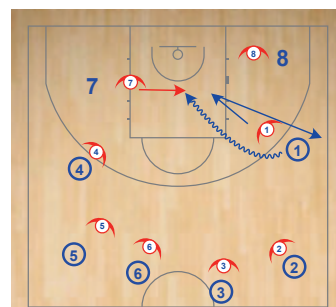
DIJAGRAM 08



DIJAGRAM 09



DIJAGRAM 10



DIJAGRAM 11

druge strane, taj njegov saigrač bez lopte ima obavezu da u svakom trenutku bude otvoren za prijem dodavanja i da nikako ne dozvoli svom direktnom čuvaru, koji pomaže na prodor, da se nađe na liniji dodavanja između njega i lopte.

Jedan od načina na koji možemo da usložnjavamo zadatke unutar igre 1:1 jeste da iz određene poludirigovane odbrane prelazimo u situacionu. Igrači se ponovo raspoređuju u parove, gde je jedan napadač, a drugi odbrambeni. I u ovoj vežbi obojica stoje licem okrenuti ka košu, gde je odbrambeni igrač bliže čeonj liniji, a napadač nadriblava od centra ka krilu (**dijagram 12**). Napadač je u početku samo pasivan i dribla loptu lagano se krećući ka krilu, međutim, u svakom trenutku on može da uđe unutar linije za tri poena i od momenta kad zgaži unutar prostora za 3p, od tog trenutka vežba postaje situaciona. Napadač može da u svakom trenutku fintira ulazak unutar 3p, dok defanzivac ne sme da reaguje na tu fintu i da ukorači unutar linije ako napadač nije i sam ušao u taj prostor. Takođe, napadač može naglo da zaustavi svoje kretanje, a odbrambenom je zabranjen bilo kakav kontakt van linije za 3p, odnosno pre nego što vežba postane situaciona. Konačno, zbrajaju se poeni i kroz samu vežbu se traži pobednik od dvojice iz para, čime zapravo u vežbi dobijamo i takmičarski karakter.

Prema već prethodno opisanom principu usložnjavanja vežbe, gde ubacujemo čitanje pomoći, tako i ovde možemo da dodamo jedan par igrača na strani pomoći. Time faktički ovu vežbu iz igre 1:1 pretvaramo u 2:2 (**dijagram 13**). Tražimo od odbrambenog X3 da pomaže na prodor od trenutka kad je vežba postala situaciona i, naravno, nakon toga sledi sve što ide posle pomoći: izlazni pas iz prodora, relokacija igrača i zauzimanje ispravnog rastojanja i Spacinga na perimetru nakon što je dodao loptu i sl.

U nastavku ćemo se nešto više baviti šutem, odnosno o načinima kako donositi ispravne odluke u vezi sa šutom. Odluka da se šut uputi ili ne uputi takođe iziskuje određeni nivo obučenosti, a pre svega traži dobro prepoznavanje prethodno stečenih prednosti i odnosa na terenu. U tu svrhu možemo koristiti narednu vežbu, koja je po svom kontekstu vežba brojčane prednosti za napad, i to 2:1. Tražimo prepoznavanje situacija Closeouta i reakcije koja donosi šut ili dodavanje.

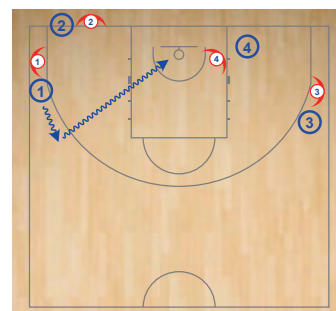
Odbrambeni igrač s loptom je na ivici reketa i ispred sebe ima dva napadača (**dijagram 14**), po jednog u kornoru i na krilu. Defanzivac bira kome od njih dvojice dodaje loptu i ka mestu gde je dodao vrši prilazak. Zadatak napadača koji je primio loptu je da oceni da li je taj prilazak kratki Closeout – odnosno da li se odbrambeni zaustavlja ranije, i u tom slučaju se odmah upućuje šut. S druge strane, imamo situaciju da odbrambeni igrač radi dugi Clo-



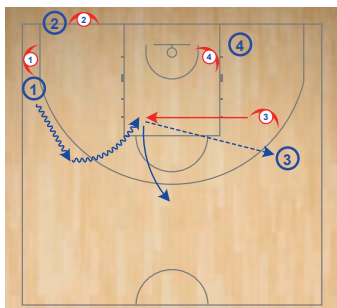
seout, odnosno prilazi izuzetno agresivno lopti i vrši veliki pritisak na šut. Tada napadač koji je primio loptu prosleđuje do svog slobodnog saigrača. Tokom čitave sekvence napadači mogu da razmene najviše dva dodavanja.

Dalja progresija prethodno opisane vežbe nas vodi u situaciju igre 3:2, gde dvojica odbrambenih igrača započinju sekvencu jedan iza drugoga (**dijagram 15**) – gornji bliže linije za tri poena, drugi u sredini reketa, dok su tri napadača raspoređena po jedan na vrhu kapice i na dva krila. Odbrambeni igrač koji ima loptu dodaje do jednog od napadača – može da bira kome god, te odmah potom radi Closeout. Napadač koji prima loptu prosleđuje je do jednog od dva saigrača, a taj pas pokriva drugi defanzivac koji dolazi iz reketa. S obzirom na to da u ovoj vežbi imamo povećan broj igrača u odnosu na prethodnu, tako je i logično da umesto prethodno dva dodavanja sada imamo pravo na tri pasa za napadače.

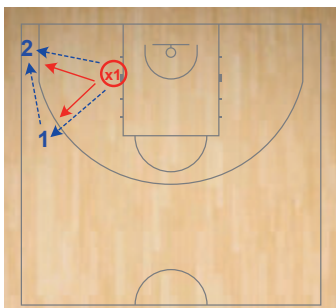
Jedna od vežbi koju možemo koristiti za unapređenje donošenja odluka vezano za šut je, za razliku od prethodno opisane, ovaj put iz kretanja. Igrači su ponovo raspoređeni u grupe od tri, gde su dvojica napadači, a jedan odbrambeni. Sekvenca kreće tako što odbrambeni stoji pored napadača u kornoru (**dijagram 16**) i obojica su okrenuta licem ka terenu. Napadač s loptom dodaje do svog saigrača i odmah nakon što je dodao ide da u punom sprintu primi loptu na perimetru. Odbrambeni igrač ima zadatak da dodirne nogom ivicu reketa i potom radi Closeout na napadača koji prima loptu otprilike u produžetku linije slobodnih bacanja. Ograničenje za napadača je jedan dribling koji on može, ali i ne mora da napravi. Tra-



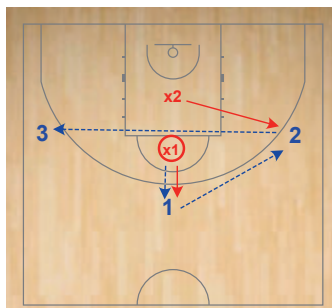
DIJAGRAM 12



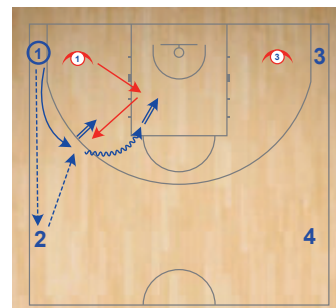
DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 14



DIJAGRAM 15



DIJAGRAM 16



dovoljan Range za taj šut. Iz jednog driblinga mora da se uputi šut za 3p.

Vratimo se sada na početak, gde smo se dotakli zamisli da najpre predstavimo široku sliku, pa da onda idemo ka sitnijim detaljima, da bismo ponovo završili sa širim pristupom. Upravo ovde dolazimo do sledeće vežbe, odnosno situacije 3:3, gde mi kao treneri kreiramo prednost za naše igrače, a koju oni dalje treba da prepoznaju i materijalizuju. Imamo tri napadača na spoljnim pozicijama, po jedan na vrhu reketa, krilu i u korneru (**dijagram 19**), i svaki ispred sebe ima svog odbrambenog igrača. Sekvenca počinje tako što napadač na visokoj poziciji nadriblava ka tri poena i u tom trenutku približava loptu svom direktnom čuvaru. Nakon što se njih dvojica nađu na adekvatnom rastojanju, napadač s loptom dribla u stranu (tehnički – palac „izvrnut“ ka podu, i da se sa što manje driblinga pokrije što veći prostor) – od tog trenutka vežba postaje situaciona. Napadač ima obavezu da prepozna koja je strana otvorena za prodor, odnosno koju mu situaciju ostavlja njegov defanzivni X1. S obzirom na to da je naglasak na pomeranju napadača na perimetru i praćenju napadača s loptom, dvojici igrača koji igraju bez lopte uskraćujemo mogućnost utrčavanja. Dakle, Cutovi nisu dozvoljeni u ovom delu vežbe. Naravno, nakon što je dribler ostvario inicijalnu prednost, insistiramo na svim principima o kojima je prethodno bilo reči: da li se radi o prepoznavanju prednosti, o praćenju nivoa lopte, sposobnosti da se resetuje igra 1:1, efikasnim dodavanjima ka perimetru iz prodora isl.

U narednoj vežbi simuliramo uslove prednosti uz pomoć trenera, u igri 4:4. I ovde igrači napada, a konkretno O1, od koga čitava sekvenca i počinje, moraju da čitaju zadatak koji trener daje. Napadač s loptom počinje u korneru (**dijagram 20**) i dodaje do trenera koji se nalazi otprilike na krilnoj poziciji. Trener po prijemu vrši jednu od dve radnje: pokazuje unutrašnji, u ovom slučaju levi dlan, koji odbrambeni igrač mora da dodirne i overi, što bi značilo napadaču da se probija u svoju desnu stranu nakon uručjenja od trenera. S druge strane, ukoliko trener ispivotira leđnim pivotom i pritom otkloni loptu od odbrane, onda defanzivac mora da uručjenje brani preko i napada se sredina. Kompleksnost koju dodajemo u ovoj vežbi, a recimo u odnosu na prethodnu, jeste da su sada dozvoljena utrčavanja.

Sve ove vežbe i prethodno opisane situacije nisu toliko važne – važnija je ideja, segment koji želimo da treniramo. I sposobnosti igrača koje želimo da razvijamo. Pokušavamo da nađemo vežbu, od 1:1 do 4:4 ili 5:5, da igrače iznova i iznova stavljamo u situacije da donose odluke. Uspeh zavisi od napretka, od toga koliko mi utičemo na njih, ali i koliko su oni sami u stanju da dođu do rešenja. ●

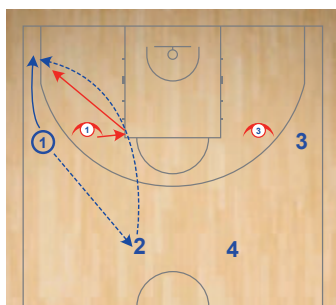
Priredio: Aleksandar Virijević, viši košarkaški trener

Sve ove vežbe i prethodno opisane situacije nisu toliko važne – važnija je ideja, segment koji želimo da treniramo. I sposobnosti igrača koje želimo da razvijamo. Pokušavamo da nađemo vežbu, od 1:1 do 4:4 ili 5:5, da igrače iznova i iznova stavljamo u situacije da donose odluke. Uspeh zavisi od napretka, od toga koliko mi utičemo na njih, ali i koliko su oni sami u stanju da dođu do rešenja

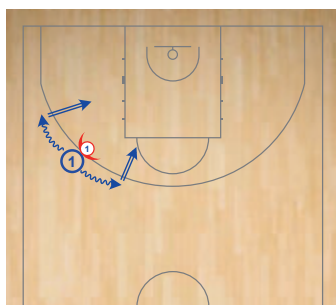
žimo da se realizacija radi šutem – bio to šut direktno iz prednosti, u Catch-and-Shoot opciji ili pak iz uspostavljenog driblinga i zaustavljanja, odnosno kao Pull-up Jumper.

Jednostavna varijacija na prethodno opisanu vežbu jeste sledeća: sada se kretanje ne radi ka lopti, već od lopte (**dijagram 17**): pomeramo napadača koji ima loptu tako da mu inicijalno mesto bude u produžetku linije slobodnih bacanja. Nakon početnog dodavanja, napadač se sprintom otvara u korner. Defanzivac, kao u prethodnoj situaciji, ima zadatak da dotakne ivicu reketa i odmah nakon toga vrši Closeout na napadača u korneru. Kao i u prethodnoj varijanti, i ovde važi pravilo jednog driblinga, a varijacija koju u svakom trenutku možemo da izvedemo tiče se brojanja poena. Šutevi pogođeni direktno iz prijema i van linije vrede tri poena. Šutevi s poludistance, odnosno Pull-up Jumper, važe jedan poen. Time dodajemo određene elemente unutar vežbe koji još više ističu značaj šuta direktno iz prijema.

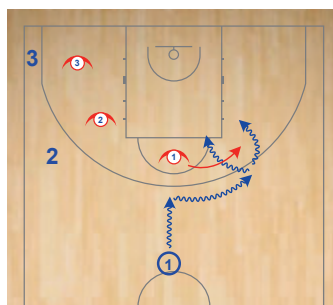
S obzirom na to da insistiramo na brzini kako u donošenju odluke tako i u izvođenju i upućivanju šuta, u tu svrhu možemo koristiti sledeću vežbu: igrači su raspoređeni u parove gde je jedan defanzivac, a drugi napadač s loptom (**dijagram 18**). Obojica su okrenuti ka košu, a napadač drži loptu ispred sebe sa obe ruke, a lopta dodiruje leđa odbrane. Sekvenca postaje situaciona u trenutku kad napadač skloni loptu s leđa defanzivca. U tom momentu napadač može da uradi jedan dribling sa otklonom u stranu ili čak i unazad ukoliko oseća da ima



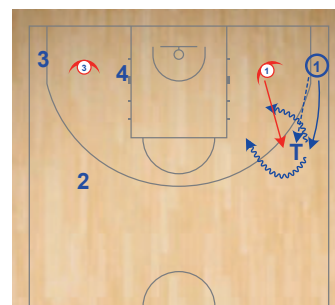
DIJAGRAM 17



DIJAGRAM 18



DIJAGRAM 19



DIJAGRAM 20

Značaj i primena kontakt igre u napadačkim situacijama

Najveću razliku često ne prave komplikovane akcije i taktičke zamisli, već sitni detalji. Upravo o tim detaljima danas želim da govorim. Savremena košarka postala je izuzetno brza, fizički zahtevna i takmičarski agresivna. Igrači su snažniji, brži i atletski dominantniji nego ranije. Zbog toga sposobnost igranja u kontaktu predstavlja jednu od najvažnijih karakteristika uspešnog košarkaša. Mnogo mladih igrača poseduje dobru tehniku vođenja lopte, kvalitetan šut i solidnu koordinaciju, ali kada dođu u situaciju da igraju protiv fizički jačeg protivnika, vrlo često gube prednost upravo zato što nisu naučili da koriste svoje telo. *Kontakt igra nije grubost. Kontakt igra je veština. To je sposobnost da igrač koristi svoje telo kako bi stvorio prednost, zadržao ravnotežu, kontrolisao prostor i završio akciju uprkos pritisku odbrane.*

Jedna od prvih stvari koju pokušavam da objasnim igračima jeste da se razlika između dobrog i vrhunskog igrača često krije u detaljima koje većina ljudi i ne primećuje. Na primer: igrač primi loptu leđima okrenut ka košu, odbrambeni igrač je iz njega, većina mladih igrača odmah pokušava da krene u dribling ili da napravi okret. Međutim, vrhunski igrač najpre koristi telo. Mnogo je važno kako koristimo svoje telo. Kako koristimo ruku. Kako koristimo laktove. Kako koristimo rame. Kako koristimo celo telo pri podizanju. Kako koristimo podlakticu, položaj stopala. Znači, to su mnogo važne stvari. Jednim malim kontaktom uspevamo da izbacimo protivnika iz ravnoteže za svega nekoliko centimetara. Tih nekoliko centimetara često predstavljaju razliku između uspešnog polaganja i izgubljene lopte. Kada igrač izgubi centar ravnoteže, makar na trenutak, napadač dobija ogromnu prednost. Zato ne smemo da učimo igrače samo tehničkim elementima. Moramo da ih učimo kako da koriste svoje telo.

Obično kad radim individualno, da ne bih stavio čunjeve, kažem igraču da ponese svoje patike. I onda umesto čunjeva stavim patike. Te patike otprilike pokazuju položaj stopala odbrane na markiranju. U radu s mladim kategorijama stalno insistiram na pravilnoj upotrebi ramena. Kada igrač napravi promenu pravca ili fintu, njegova prva reakcija ne sme da bude bežanje od protivnika. Kada napravi promenu pravca, mora da prolazi pored odbrane. Način prolaska zavisi od udaljenosti odbrambenog igrača. Ako je odbrana blizu, nakon promene kroz noge odmah ide ukršteni korak. Već tada prema rame koje će biti u kontaktu sa odbranom. Levim ramenom napada levo rame odbrambenog igrača i prolazi preko njega. Ako je odbrana malo pomerenjena, prvi korak ne mora da bude ukršteni. Može da bude direktan korak ka odbrani, ali je princip isti – rame ide u kontakt i napadač prolazi što bliže igraču. Veoma je važno da se kontakt ostvari odmah na početku akcije i da napadač bude što bliže odbrani.

Ako igrači prilikom vežbi mnogo obilaze čunjeve u stranu, mogu da se postave dodatni čunjevi koji ograničavaju prostor za prolaz. Time se napadač primorava da prođe kroz zadati koridor. Na taj način ga učimo da ne beži od odbrambenog igrača, već da ga napadne ramenom i odmah uđe u kontakt. Onog momenta kada igrač u startu uđe u kontakt, on dobija mnogo. Druga stvar, kada je to uradio i kada je krenuo, mora da drži kontakt i da gleda šta se dalje dešava u napadu.

Pet stvari koje radim sa igračima za završnicu u kontaktu. Vraćamo se na situaciju da sam napravio fintu, krenuo u kontakt i održao kontakt.

Prva stvar: Kada se igrač malo pomerio, insistiram da prvi korak ide malo od njega, a drugi korak u njega. Tada pokušavam da izmamim foul. Ako nema odbrane, nema ni kontakta. Ali obično kada visoki igrač čuva niže i fizički slabijeg, taj niži igrač želi da iznudi foul. Krene napred i misli da će da prođe ili zaroni ka košu. Međutim, ne ide tamo, nego ulazi u njega i iz tog kontakta završava. To je veoma važna stvar.

Druga stvar: Napravio sam fintu, krenuo i ušao u kontakt. Sada držim kontakt. Odbrambeni igrač je jači. Ušao sam u kontakt, udaram loptu na unutrašnju nogu i ulažem još više u njega. Iniciram još jači kontakt i onda idem na završnicu. Ponavljam. Prva stvar je kada nije bilo kontakta, igrač trči i završava. Druga stvar je kada sam uhvatio kontakt, držim ga, održavam ga, udaram loptu na unutrašnju nogu, pravim još jači kontakt i onda završavam. Ako si fizički slabiji, ulaziš u kontakt da bi se oslobodio kontakta.

Treća stvar: Napravio sam promenu, fintu ili bilo šta i krenuo. Ušao sam u kontakt, a odbrambeni igrač pritiska i drži ruku. Čim vidim da je ruka ostala na meni, reakcija je trenutna. Odmah povlačim loptu gore. To je već foul. Napravio sam kontakt, osetio ruku, hvatam taj kontakt i odmah izlazim gore na foul.

Četvrta stvar: Napravio sam fintu, krenuo, ali je odbrambeni igrač jako izašao na moj pravac. Krećem korakom, privlačim drugu nogu tako da izgleda kao korak, ali nije, i prolazim na drugu stranu. Krenuo sam podlakticom u kontakt. Kada sam ostvario kontakt podlakticom, privukao sam nogu i odmah nastavio drugom nogom u pravcu prodora.

Peta stvar: Kada je odbrambeni igrač mnogo fizički jači. Nije bitno da li je bila finta, centarski rad ili ista pozicija. Krenuo sam i on me zaustavlja. Udaram loptu na spoenu nogu i odmah naskočem na njega. Posle toga uskačem s dve noge unutra i idem na polaganje. Dakle, udarac na spoenu nogu, naskok na igrača, ulazak s dve noge i završnica.

To je tih pet stvari koje stalno radim sa igračima. Kada krenemo s radom, igrač mora da uradi tri kruga po pet ponavljanja. Prvi, drugi, treći, četvrti i peti način. To je veoma teško, ali mora stalno da se radi. Neka bude petnaest ponavljanja ili dva puta po pet. Svaki put mo-



Kontakt igra nije grubost. Kontakt igra je veština. To je sposobnost da igrač koristi svoje telo kako bi stvorio prednost, zadržao ravnotežu, kontrolisao prostor i završio akciju uprkos pritisku odbrane. Jedna od prvih stvari koju pokušavam da objasnim igračima jeste da se razlika između dobrog i vrhunskog igrača često krije u detaljima koje većina ljudi i ne primećuje

Najveća greška trenera jeste kada kontakt igru počinju da uče tek u juniorskom uzrastu. Kontakt mora da se razvija od najranijih kategorija. Naravno, prilagođeno uzrastu. Dete mora da nauči kako da primi kontakt, kako da zadrži ravnotežu, kako da koristi rame, kako da koristi podlakticu, kako da zaštiti loptu. Ako to ne nauči sa 12 ili 13 godina, mnogo teže će naučiti sa 18

ra da izvuče završnicu kroz kontakt. Ovde će biti odbrana. Često radim sa sunderom i tako dolazi do navike da igrač prolazi kroz kontakt. Za mlađe selekcije je veoma važno da nauče da igraju ramenom i da stalno igraju u kontaktu. Kako kažu Amerikanci, ne treba igrati košarku „istok-zapad“, nego „sever-jug“. Ne može igrač da napravi promenu i da ide široko u stranu na polaganje. To nije dobro. Već u mladim selekcijama treba da ih učimo da posle finte ili promene idu napred i da polažu iza igrača, a ne pored njega. Teoretski, završnica treba da bude iza njegovih leđa, tako da ga izbaci iz igre.

Najveća greška trenera jeste kada kontakt igru počinju da uče tek u juniorskom uzrastu. Kontakt mora da se razvija od najranijih kategorija. Naravno, prilagođeno uzrastu. Dete mora da nauči kako da primi kontakt, kako da zadrži ravnotežu, kako da koristi rame, kako da koristi podlakticu, kako da zaštiti loptu. Ako to ne nauči sa 12 ili 13 godina, mnogo teže će naučiti sa 18.

I zato s mladim igračima, kad počnem trening, pa ispod koša ima stub sa sunderom, dam igraču da uđe ramenom, ukrštenim, pa da odskoči. Onda da krene direktno, pa da uđe ramenom, pa da odskoči i dobije separaciju. Onda da napravi promenu, pa da uđe u zid. Pa kako uđe u zid, on se odgurne. Mnogo je važno da steknu taj osećaj. Kako će da koristi ovo? Posle toga, kad dobije separaciju, da li je to hesitation, finta, pa prolaz, ili odmah odbacivanje, pa odmah prolaz.

➤ Vežba 1 – Dijagram 1

Čunjevi se koriste kao simulacija odbrambenog igrača. Princip rada je jednostavan, igrač dribla loptu, prvi igrač kreće bez čunja, drugi igrač kreće sa čunjem. Čunjevi su postavljeni tako da igrači naizmenično postavljaju i uzimaju narandžaste čunjeve. Nakon izvedene finte ili promene igrač ostavlja ili uzima narandžasti čunj u zavisnosti od situacije (Ako drži čunj u ruci i nailazi na prazno mesto predviđeno za isti, spušta čunj, ako u ruci nema čunja, a nailazi na narandžasti čunj, uzima čunj.) Prilikom izvođenja vežbe igrač mora da se spusti u nizak stav, da savije kolena, da drži težište nisko, da napravi uverljivu fintu telom, da eksplozivno promeni smer kretanja i da prilikom prolaska pored plavih čunjeva i hvatanja ili spuštanja narandžastih čunjeva napravi iskorak i spusti rame nisko, tj. da ramenom prođe pored zamišljenog odbrambenog igrača.

Sada hoćemo da vežbamo ovih pet završetaka i da vidimo kako to radimo sa igračima.

➤ Vežba 2 – Dijagram 2

Napadač je s loptom na liniji za tri poena na 45°, drugi igrač (odbrana) nalazi se na liniji slobodnih bacanja. Napadač dodaje loptu igraču na penalu i odmah kreće na uru-

čenje. Pošto je uručio loptu, igrač na liniji za slobodna bacanja igra odbranu na igraču s loptom. Kada uručio loptu, odbrana odmah kreće. Napadač ulazi direktno u njega, bez oklevanja. Druga situacija. Ulazak unutrašnjom nogom u kontakt. Posle prijema lopte napadač odmah napada unutrašnjom nogom u odbrambenog igrača. Iz tog kontakta ili napada direktno ili, ako ima prostora, ide oko njega. Važno je da odmah u startu uđe u njega. Jedan dribling, gura ga, koristi rame i telo. U startu mora da bude agresivan i da ga pomeri. Treća situacija, idemo na foul. Kada primi loptu, odbrana podiže ruku. Napadač ulazi unutrašnjom nogom i čim vidi ruku, odmah vuče loptu gore. Reakcija mora da bude trenutna. Čim vidi ruku, diže loptu, hvata kontakt i ide na završnicu preko ruke.

➤ Vežba 3 – Dijagram 3

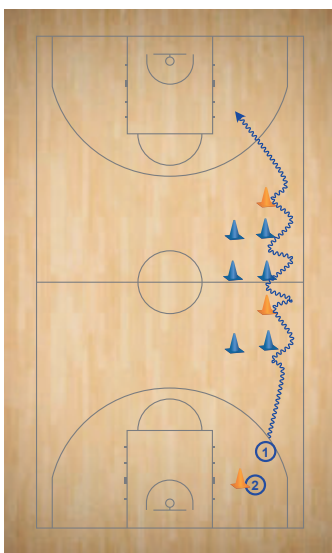
Vežba u parovima, igrači treba da su sličnih fizičkih karakteristika. Stoje na liniji za slobodna bacanja jedan naspram drugog. Odbrambeni igrač drži loptu i uručuje je napadaču. Napadač prima loptu i u istom momentu kreće na ulaz. Čim primi loptu, odbrambeni igrač kreće na njega. Napadač primenjuje stvari koje smo radili. Može da ide kroz kontakt, može da koristi neko od pet rešenja, a ako je dovoljno brz i stekne prednost, može da primi loptu ispred odbrane i da završi ispred nje. Važno je da odmah ulazi u kontakt. Ako je napadač dovoljno brz, može da izbaci odbranu i da uđe na drugu stranu. Često koristimo i situaciju da posle prvog driblinga odmah ulazimo u kontakt. Čim udarimo loptu, krećemo u igrača, praktično na prvi korak, i završavamo ili pored njega, ili ispred njega, u zavisnosti od ostvarene prednosti.

➤ Vežba 4 – Dijagram 4

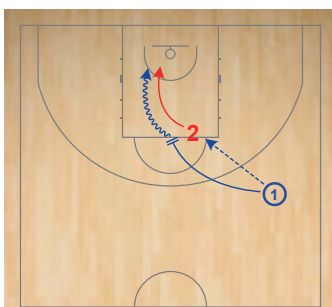
Dodavač je na liniji za tri poena na 90° (na kapici), dva igrača su na liniji slobodnih bacanja (gde linija polukruga dodiruje liniju za slobodna bacanja) suprotno jedan od drugog. Trener bira kome dodaje loptu. Igrač koji je primio pas igra napad dok drugi igrač igra odbranu.

➤ Vežba 5 – Dijagram 5

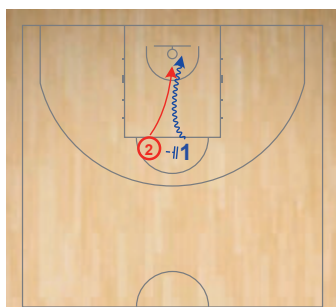
Jedan igrač je u napadu, drugi u odbrani, obojica su okrenuta licem ka košu. Odbrambeni igrač stoji na liniji penala, a napadač s loptom stoji njemu iza leđa. Napadaču se unapred zada smer kretanja, na primer leva strana. Odbrambeni igrač zna na koju stranu napadač ide, ali ne zna trenutak kada će krenuti. Kada napadač oseti pravi trenutak, kreće u prodor. Znak za početak daje odbrambenom igraču tako što ga loptom, pre polaska u dribling, dodirne po leđima. Primenjuju se sve stvari koje smo do sada radili. Dozvoljen je i dodatni dribling ukoliko je potreban za stvaranje prednosti. Najvažnije je da se prvi dribling odigra direktno u telo odbrambenog igrača. Ne



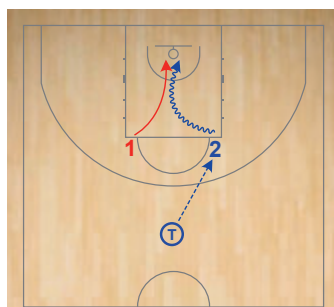
DIJAGRAM 01



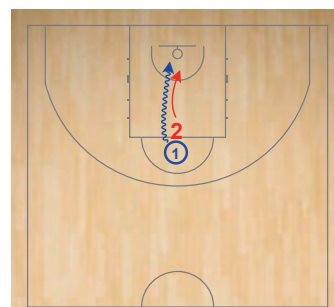
DIJAGRAM 02



DIJAGRAM 03



DIJAGRAM 04



DIJAGRAM 05

sme da se napravi veliki razmak između prijema lopte i kontakta. Česta greška je da igrač prvo napravi dribling u stranu, izgubi tajming i tek onda napadne. Tada gubi prednost. Ispravno je da odmah nakon prvog driblinga uđe u kontakt i napadne prostor ispred sebe. Kontakt mora da bude ostvaren rano, dok je napadač još u prednosti. Cilj je da se odbrambeni igrač stalno drži pod pritiskom. Najbolji igrači ne izbegavaju kontakt, već ga namerno stvaraju kako bi zadržali prednost i došli do završnice ili dodatnog slobodnog bacanja. Posebna pažnja posvećuje se radu slobodne ruke (off hand). Slobodna ruka služi za zaštitu lopte, održavanje distance i kontrolu prostora između napadača i odbrambenog igrača. Tokom prodora ona mora aktivno da radi zajedno s ramenom i telom. Kada napadač krene, odmah koristi telo, rame i slobodnu ruku kako bi zadržao odbrambenog igrača iza sebe. Na taj način stvara prostor za završnicu i sprečava odbranu da se vrati u poziciju. Ne treba dozvoliti igračima da igraju mekano i bez kontakta. Prodor mora da bude agresivan, s jasnom namerom da se ostvari prednost kroz telo i kontakt. Nakon nekoliko ponavljanja na levoj strani, vežba se izvodi na isti način i na desnoj strani. Odbrambeni igrač zna smer prodora, ali mora da reaguje na pravi trenutak polaska napadača.

➤ Vežba 6 - Dijagram 5

Vežba je ista kao prethodna samo igrači sami biraju stranu prodora tako da odbrambeni igrač ne zna na koju će stranu krenuti napadač.

➤ Vežba 7 - Dijagram 6

Sledeća vežba je kontakt igra za visoke igrače, odnosno za Mismatch situacije. Lopta je kod gornjeg dodavača (dva dodavača, na 90° i 45°), a igrač na niskom postu želi da primi loptu u reketu. Ovo svi znaju, ovo se radi godinama, ali važno je da se ne zaboravi. Ne mora da bude centar, može da bude i situacija posle preuzimanja. Ako je odbrambeni igrač blizu, teško je primiti loptu. Tada napadač može da ode preko njega i da zauzme bolju poziciju za prijem. Ne sme da ga zaobilazi na način koji pravi foul (zaveslajem preko gurajući ruke igrača dole), već da se kontaktom (telom i podizanjem ruku odbrambenog igrača nagore) dođe do pozicije. Kada primi loptu, ako je odbrambeni igrač blizu, primenjuje stvari koje smo radili – pivot levo, desno i završnica. Ako odbrambeni igrač igra korektnu odbranu i ne dozvoli napadaču da uđe ispred njega, napadač ulazi u kontakt, otvara se, zadržava poziciju, dobija loptu i završava akciju. To se radi već 30–35 godina, ali je dobro da se podsetimo. Ako odbrambeni igrač drži ruku preko tvoje, imaš pravo da podigneš ruke i tražiš loptu. Nema potrebe da maše sa obe ruke. Dovoljno je da podigne ruku, izbori poziciju preko njega i traži dodavanje. U Mismatch situaciji napadač mora prvi da preuzme inicijativu. Ide direktno u igrača, uspostavlja kontakt licem u lice, traži loptu i brzo je prima. Bitno je da se lopta doda na vreme, a da napadač odmah po prijemu iskoristi stečenu poziciju. Ista stvar može da se radi i nakon prebacivanja lopte na suprotnu stranu, gde se zatim ponavlja ceo postupak zauzimanja pozicije, prijema lopte i završnice.

➤ Vežba 8 - Dijagram 7

Sada radimo situaciju iz Cross screena. Jedan igrač je na niskom postu, odbrambeni igrač ga čuva, a saigrač dolazi da postavi Cross screen. Nakon blokade, odbrambe-

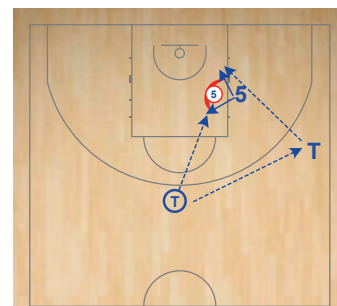
ni igrač pokušava da ostane uz svog igrača i da ga usmeri van reketa. Veliki broj igrača nakon korišćenja blokade izlazi predaleko od koša kako bi primio loptu. Međutim, cilj je da učimo igrače da odmah traže kontakt. Kada iskoristi blokadu, napadač treba što pre da uđe u telo odbrambenog igrača, zaustavi ga i izbori duboku poziciju ispod koša. U toj poziciji traži loptu. Ako dodavanje ne može odmah da se realizuje, lopta se prebacuje na drugu stranu, a igrač nastavlja kretanje i spušta se dublje ka košu kako bi ponovo uspostavio poziciju za prijem. Suština vežbe je da se posle blokade ne traži lopta pet metara od koša, već što bliže obruču. Što ranije uspostavimo kontakt sa odbrambenim igračem, veća je mogućnost da ostvarimo prednost. Zato je veoma važno da nakon Cross screena odmah tražimo kontakt i loptu ispod koša.

➤ Vežba 9 - Dijagram 8

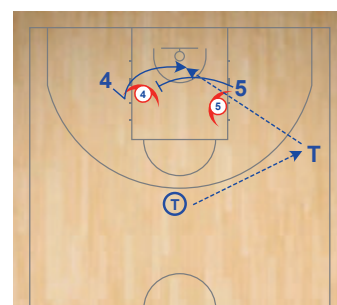
Treća stvar koju radimo je takozvana livada. Veoma je važno da centar, ili bilo koji igrač koji se nalazi blizu lopte, prepozna situaciju jedan na jedan i zna kako da svojim telom napravi prostor saigraču za prodor do koša. Postavljamo šest igrača. Napadač ima loptu na kapici, ostala dva napadača su pozicionirana na niskom postu. Cilj vežbe je da naučimo igrače kako da koriste telo da bi otvorili prostor za saigrača. Kada napadač krene u igru jedan na jedan, saigrač mu otvara tu stranu terena tako što telom ugurava i blokira svog odbrambenog igrača. Na taj način stvara „livadu“ za prodor. Odbrambeni igrači ne treba unapred da znaju na koju će stranu napad krenuti. Napadač čita situaciju i koristi stranu koja mu je otvorena. Kada dobije otvorenu stranu, napadač ide direktno prema košu, bez suvišnog zadržavanja lopte. Posle završetka akcije igrači menjaju pozicije i vežba se nastavlja. Suština vežbe je da igrači nauče kako da svojim telom naprave prostor saigraču i olakšaju mu igru jedan na jedan, umesto da ga ostavljaju da sam rešava situaciju protiv postavljene odbrane.

➤ Vežba 10 - Dijagram 9

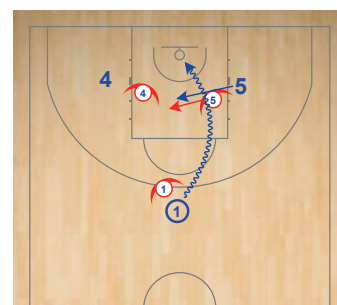
Sada treba da razmotrimo gde sve možemo da koristimo ove principe, posebno u radu s kadetima i juniorima. Radimo situaciju protiv Ice odbrane u igri dva na dva. Kada odbrana postavi Ice, tj. zatvori sredinu i usmeri igrača ka aut-liniji, moramo odmah da prepoznamo prednost koja se otvara. U trenutku kada napadač vidi tu poziciju, nema potrebe da se insistira na postavljanju bloka. Umesto toga, saigrač odmah ulazi u prostor i pravi „livadu“. Napadač koristi otvoreni koridor i direktno napada koš. Da bi akcija bila uspešna, igrač koji pravi prostor mora da uđe u kontakt sa svojim čuvarem i zatvori mu putanju. Time dodatno otvara prostor za prodor saigrača. Cilj je da prepoznamo situaciju u kojoj naš igrač već ima prednost. U tom slučaju nema potrebe da se dodatno otvara, traži loptu ili odvlači pažnja na drugu stranu terena. Česta greška je da igrač koji ima prednost izbaci loptu iz ruku, da se akcija prebaci na suprotnu stranu ili da se ulazi u dodatne blokade. Tako se prednost gubi, a igrač koji je mogao da napadne ostaje van igre. Ako imamo igrača koji je ostvario prednost i želimo da ga uključimo u završnicu, potrebno je da mu otvorimo prostor za nastavak akcije. Zato kada prepoznamo Ice odbranu i prednost napadača, ne ulazimo u dodatne blokade. Odmah koristimo telo, pravimo „livadu“ i omogućavamo igraču s loptom da napadne otvoreni prostor i završi akciju.



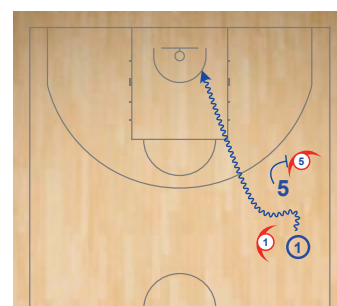
DIJAGRAM 06



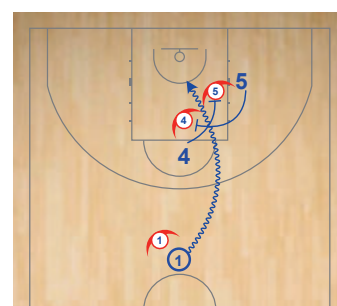
DIJAGRAM 07



DIJAGRAM 08



DIJAGRAM 09



DIJAGRAM 10



zličite uglove. Njihov zadatak nije da po svaku cenu postave blok, već da prepoznaju trenutak kada mogu da naprave prostor za igrača s loptom. Cilj cele vežbe je razvijanje osećaja za prepoznavanje prednosti. Kada prednost postoji, ne komplikujemo akciju dodatnim blokadama, već stvaramo prostor da se ona odmah iskoristi.

➤ Vežba 12 - Dijagram 11

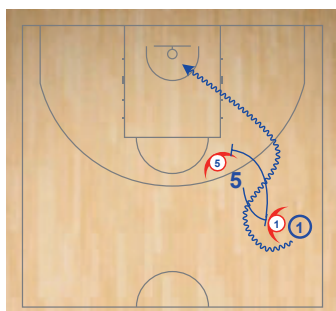
Svi znamo šta je Gortat blok. Ovde nas interesuje kako da koristimo kontakt u situacijama protiv drop odbrane kako bismo igraču s loptom omogućili lak završetak na obruču. Imamo igrača s loptom i blokadu. Napadač s loptom treba da navuče svog čuvara na blok. Dobar odbrambeni igrač će pokušati da prođe preko bloka, što je i osnovni zahtev ove vrste odbrane. Napadač može da koristi promenu ugla, da napadne spoljno rame bloka i da tako dovede odbranu u željenu poziciju. Kada dodemo u tu situaciju, koristimo princip „Gortat bloka”. Cilj je da se zadrži odbrambeni igrač koji juri preko bloka i da se stvori dodatni kontakt koji će usporiti njegov povratak u akciju. Igrač koji postavlja blok treba da omogući kontakt između odbrambenog igrača i sebe. Ne sme da žuri sa otvaranjem, već treba da sačeka trenutak kako bi odbrambeni igrač ušao u kontakt i izgubio korak. U tom trenutku napadač prolazi pored bloka i napada prostor prema košu. Važno je da tokom prolaza zaštititi loptu daljom rukom, jer pomoćni igrači često pokušavaju da izbace loptu iz driblinga. Zato loptu treba prebaciti na sigurniju stranu tela i održati kontrolu tokom prodora. Ključ cele akcije je strpljenje. Igrač koji postavlja blok treba kratko da sačeka, ostvari kontakt i omogući saigraču da stekne prednost. Tek nakon toga napadač kreće agresivno prema košu i završava akciju.

➤ Vežba 13 - Dijagram 12

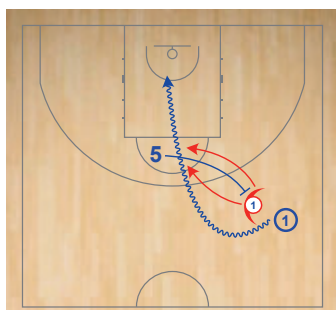
Sada da vidimo šta vežbamo i kako to vežbamo. Radimo vežbu 1 na 1 sa blokadom. Igra se živo. Kada dođe blok, odbrambeni igrač može da prođe preko bloka ili ispod bloka. Ako ode ispod bloka, ne dozvoljavamo odmah šut. Cilj je da igrač s loptom napadne iz prodora, navuče odbranu, ostvari kontakt i završi akciju na obruču. U tom prodoru dozvoljene su različite završnice. Može da napadne direktno koš, može da koristi Spin move, ali je cilj da napada reket i igra kroz kontakt. Ako postoji prostor za direktan ulaz i polaganje, to je najbolje rešenje. Ako nema, igrač mora da bude uporan i da koristi promenu pravca ili spin. Kod Spin movea važno je da se lopta zaštititi telom. Oslonac ide na levu nogu, lopta se udara o pod i iz okreta se odmah napada završnica. Slobodna ruka štiti prostor i kontakt sa odbranom. Ako odbrambeni igrač prođe preko bloka, napadač mora da završi akciju u zoni do koje je stekao prednost. Ne sme nepotrebno da produžava prodor ili da beži od kontakta. Može da sačeka da ga odbrana sustigne, da ponovo uspostavi prednost promenom ritma ili da završi flouterom s poludistance. U toj situaciji cilj nije obavezno polaganje, već kvalitetan završetak iz stečene prednosti. Ovo je veoma važna vežba i često se koristi na individualnim treninzima kada imamo tri ili više igrača. Još jednom, insistira se da se protiv odbrane koja prolazi ispod bloka agresivno napada reket i igra jedan na jedan, sa što manje driblinga. Koristimo Spin move, koristimo prolaz kada je odbrambeni igrač ispred nas. Sve te situacije predstavljaju različita rešenja iste prednosti koju napadač stvara nakon bloka.

➤ Vežba 11 - Dijagram 10

Ponovo radimo princip pravljenja „livade”, ali sada u kontekstu seniorske košarke. Ovo je veoma važno za igrače i trenere koji rade u seniorskim kategorijama. Postavljamo situaciju sa igračima na pozicijama 4 i 5 koji dolaze da postave blokadu za igrača s loptom. Uobičajeno je da se iz ove situacije igra Pick and Roll, preuzimanje ili neka druga taktička varijanta. Međutim, ovde nas zanima nešto drugo. U trenutku kada igrač dolazi da postavi blok, napadač s loptom već ima prednost u igri jedan na jedan. Ako vidimo tu prednost, nema potrebe da ulazimo u samu blokadu. Umesto toga, igrač koji dolazi u blok ostvaruje kontakt sa svojim čuvarem i pravi prostor. Ako dođe do preuzimanja, opet ostvaruje kontakt i sprečava odbranu da pomogne. U tom trenutku igrač s loptom igra jedan na jedan i koristi stvorenu prednost. Ostali igrači se raspoređuju prema taktičkim zahtevima. Mogu da šire teren, otvaraju stranu ili da utrčavaju iza leđa odbrane ukoliko se pojavi prostor za dodavanje. Suština je da ne ulazimo automatski u blokadu ako već postoji prednost. Ako je igrač s loptom u dobroj poziciji za napad, cilj je da mu se napravi prostor, a ne da se uvodi dodatni igrač u akciju i komplikuje situacija. Za organizaciju vežbe igrači koji dolaze u blokadu kreću se s različitih pozicija kako napadač ne bi unapred znao s koje strane dolazi pomoć. Na taj način mora da čita situaciju i donosi odluku u realnom vremenu. Igrači koji dolaze u blok mogu da menjaju pravac, da prilaze s leve ili desne strane i da zauzimaju ra-



DIJAGRAM 11



DIJAGRAM 12

Vežba 14 - Dijagram 13

Sledeća vežba radi se u paru, a može da se koristi i u timskom treningu. Jedan igrač je u napadu, jedan u odbrani. Odbrambeni igrač kreće iza napadača i punom brzinom pokušava da ga sustigne. Napadač ima zadatak da obide prepreku ili zamišljeni blok i napadne ka košu. Odbrambeni igrač sve vreme juri iz punog sprinta i pokušava da izvrši pritisak s leđa. Ako je dovoljno blizu, može da napadne loptu i pokuša da je izbací. U početku može da se dozvoli završnica na polaganju, ali osnovna varijanta vežbe je da nema polaganja. Napadač akciju završava šutom ili flouterom, pri čemu završetak ne sme da bude dalje od označene linije (jedan korak u reketu). Ključ vežbe je korišćenje kontakta za stvaranje prednosti. Napadač treba da oseti gde se nalazi odbrambeni igrač, da ga zadrži na leđima i po potrebi produži kontakt kako bi napravio prostor za šut. Kada ostvari prednost, odvoja se od odbrane i završava akciju. Završnica može da bude iz naskoka, zaustavljanja ili Step back kretanja. Važno je da kontakt postoji tokom cele akcije. Kontaktom napadač kontroliše odbranu, dobija prostor i stvara uslove za kvalitetan šut. Ako odbrana izlazi agresivnije, napadač koristi telo, zadržava kontakt, pravi dodatni prostor i namešta se za završnicu.

Vežba 15 - Dijagram 14

Još jedna stvar koju želim da pomenem je korišćenje kontakta u demarkiranju, tj. u otvaranju za prijem lopte. Imamo situaciju jedan na jedan. Lopta je na kapici, napadač pokušava da se otvori, a odbrambeni igrač ga čuva. Po prijemu lopte napadač ima pravo na jedan dribling i završnicu. Cilj je da se pre prijema lopte ostvari kontakt sa odbranom. Kada napadač uđe u kontakt, treba snažno da promeni pravac i sprintom se odvoji od svog čuvara. Odbrambeni igrač će pokušati da ostane uz njega i da ga prati. Upravo zato je važno da napadač prvo ostvari kontakt, a zatim eksplozivno izađe iz njega i otvori se za prijem lopte. Nakon prijema lopte može odmah da šutira. Zbog toga odbrambeni igrač mora agresivno da izađe u Closeout i spreči otvoren šut. Ako odbrana stigne na vreme, napadač ima pravo na jedan dribling kojim može da napadne zatvaranje, uđe u kontakt i pokuša da završi akciju ili iznudi foul. Suština vežbe je u tome da se kontakt koristi za oslobađanje igrača. Kratak kontakt ramenom ili telom omogućava napadaču da napravi prednost i lakše se otvori za prijem lopte. Ako odbrambeni igrač koristi ruke i pokušava da zadrži napadača, to ne sme da mu bude dozvoljeno. Napadač treba da prepozna takvu situaciju, pokaže kontakt sudiji i odmah iskoristi trenutak za oslobađanje i prijem lopte. Dakle, prvo kontakt, zatim oslobađanje, prijem lopte i brza reakcija iz prednosti koja je stvorena.

Vežba 16 - Dijagram 15

Kontakt u igri protiv preuzimanja. Kod kadeta i juniora u Pick and Roll igri odbrana često preuzima. Kada imamo povoljan Mismatch na niskom postu, odbrana uglavnom igra ispred igrača, tj. front. Da vidimo kako kontaktom i organizovanom igrom možemo da napadnemo taj front. Vežba je organizovana u tri grupe. Jedna grupa je na poziciji s loptom, druga učestvuje u Pick and Roll akciji, a treća čeka rotaciju. Rotacija ide u smeru kazaljke na satu kako se ne bi gubilo vreme. Kreće Pick

and Roll. Odbrana preuzima. Igrač koji postavlja blok rola prema košu, a odbrambeni igrač igra front. Važno je da napadač ne ode odmah preduboko. Treba da ostane malo iznad niskog posta, otprilike oko sredine reketa, kako bi zadržao dobar ugao za prijem lopte. Dok odbrana igra front, napadač stalno traži poziciju. Direktan pas najčešće nije moguć jer će pomoć sa slabe strane zatvoriti liniju dodavanja. Zbog toga je važna borba za poziciju. Odbrambeni igrač pokušava da ga gura što bliže čeonj liniji i da mu oteža prijem lopte. Napadač mora da održava kontakt, da se bori za prostor i da ne dozvoli da bude potisnut preduboko. U pravom trenutku izlazi iz kontakta, oslobađa se fronta i kreće prema košu. Tek tada idu dodavanje i završnica. Cilj je da se lopta ne šalje prerano. Ako se požuri s dodavanjem, pomoćna odbrana će stići da zatvori High-low situaciju. Zato u timskoj igri moramo da očistimo prostor na vrhu napada. Ako taj prostor nije očišćen, pomoćni igrač će se spustiti i zatvoriti liniju dodavanja prema unutra. Još jedna važna stvar: nakon rolanja ne sme samo da stoji i čeka loptu. Prvo mora da se namesti za prijem, da izbori poziciju kontaktom, a tek onda da traži dodavanje.

Vežba 17 - Dijagram 16

Još jedna jednostavna stvar vezana za igru kroz kontakt. Igrač prima loptu, spušta je u dribling i odmah napada telo odbrambenog igrača (trenera sa sunderom za bump). Cilj nije da zaobide odbranu široko, već da ide pravo u kontakt i tako stvara prednost. Nakon prijema lopte ide jedan snažan dribling ka košu. Važno je da dribling bude usmeren u telo odbrambenog igrača kako bi napadač kontrolisao kontakt i zadržao prednost tokom prodora. Ova vežba se ponavlja više puta kako bi igrači stekli naviku da ne beže od kontakta, već da ga koriste za stvaranje prostora i završnicu.

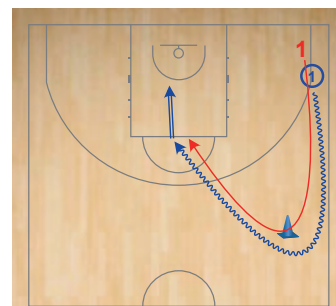
Vežba 18 - Dijagram 17

Centar dobija loptu, prima je i odmah igra. Nije bitno kako je došao u poziciju. Podbaci je sebi na tablu. Prima loptu, jedan dribling i pravo u telo odbrambenog igrača, prema košu. Jedan dribling. U kontakt. Ne široko pored odbrambenog igrača (trenera sa sunderom za bump), nego pravo u njega. Cilj je da igrač stekne naviku da nakon prijema lopte napada kroz telo odbrane. Jedan dribling, kontakt i završnica. Vežba je jednostavna i stalno se ponavlja. Prijem lopte, dribling, kontakt. Ponovo. Prijem lopte, dribling, kontakt.

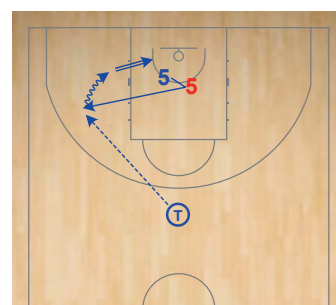
Ovo su samo neki od primera kako se kontakt može uvoditi u rad sa igračima različitih uzrasta. Postoji još mnogo sličnih situacija i vežbi koje mogu da se koriste u radu. Pokušao sam da ovim primerima obuhvatim različite uzrasne kategorije, od pionira i kadeta do seniora. Većina ovih stvari nije nova i verovatno ih je svako od nas već video ili koristio u radu. Naravno, svaki trener ima svoju filozofiju i svoj način na koji će ove principe da uklopi u sistem igre. O nekim stvarima će postojati različita mišljenja, a oko nekih će se većina složiti. Najvažnije je da ideje koje smatramo korisnim prenesemo na teren i primenimo u radu sa igračima. Tek u svakodnevnom treningu ove stvari dobijaju pravu vrednost.

Hvala vam. ●

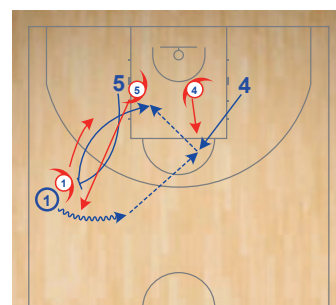
Priredio: Petar Šešlija, viši košarkaški trener



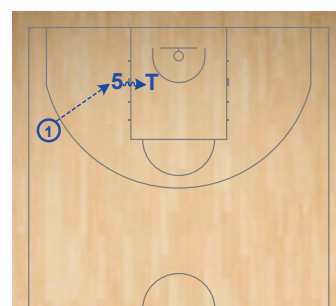
DIJAGRAM 13



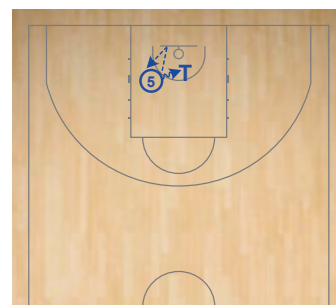
DIJAGRAM 14



DIJAGRAM 15

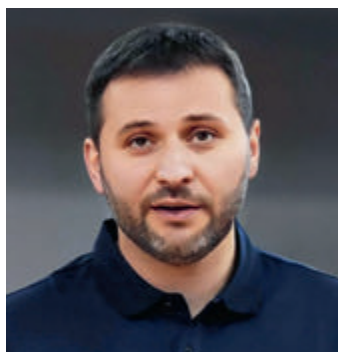


DIJAGRAM 16



DIJAGRAM 17

Razvoj juniora kroz sistem A reprezentacije



Dolaskom selektora Dušana Alimpijevića mi smo se odlučili da na neke principe, neka pravila, ja to zovem navike, da insistiramo da to postane nešto što će biti prepoznatljivo kada je naša reprezentacija u pitanju, što će biti neka naša lična karta. Iako imamo jako malo vremena za trening u prozorima, to je praktično nekoliko treninga na kojima je uvek drugačiji sastav ekipe, mi neke stvari ne menjamo, insistiramo na njima i to ćemo raditi u budućnosti, nadamo se i na nekim narednim velikim takmičenjima

Hvala Udruženju košarkaških trenera i Košarkaškom savezu što su nam omogućili da održimo ovo predavanje. Tema je trening seniorske A reprezentacije u takmičarskom periodu, ali kao što znate, to je jako specifično pre svega što takmičarski period u prozorima nije isti kao takmičarski period regularnog dela sezone u klubu. Ono što je važno jeste da su neke stvari povezane i mogu se primeniti na sve reprezentativne selekcije i to jeste ideja, mislim na sve takmičarske selekcije od U16 pa do prvog tima. Dolaskom selektora Dušana Alimpijevića mi smo se odlučili da na neke principe, neka pravila, ja to zovem navike, da insistiramo da to postane nešto što će biti prepoznatljivo kada je naša reprezentacija u pitanju, što će biti neka naša lična karta. Mnoge te stvari su za mene navike, kao što znate, navike se formiraju velikim brojem ponavljanja i stalnim insistiranjem na treninzima. Iako imamo jako malo vremena za trening u prozorima, to je praktično nekoliko treninga na kojima je uvek drugačiji sastav ekipe, mi neke stvari ne menjamo, insistiramo na njima i to ćemo raditi u budućnosti, nadamo se i na nekim narednim velikim takmičenjima.

Danas ću govoriti samo o nekim tim pravilima ili navikama u napadu i odbrani za koje smatramo da su veoma važne i koje su primenljive u mlađim kategorijama. Kada pričamo o napadu, imamo jedno pravilo koje zovemo pravilo tri sekunde i to je nešto po čemu treba da budemo prepoznatljivi. Odnosi se, naravno, na brzu igru, to znači da se posle postignutog koša ili defanzivnog skoka lopta iz zadnjeg polja prenese u prednje polje, i to u zonu šuta, za ne više od tri sekunde, što znate koliko je teško. Ali to je zahtev koji mi stavljamo pred naše igrače. Za tako nešto mislim da je u mlađim kategorijama potrebno pre svega da igrači budu tehnički obučeni, a posle toga i taktički. Takva igra sama po sebi donosi verovatno i povećan broj grešaka, tanka je linija između brze košarke i brzoplete košarke. U tome treba da nađemo balans i borimo se s time, ali našim igračima dajemo da njihove budu prve tih tri i još dodatne tri, znači prvih pet-šest sekundi je njihovo, to je za igrače. Oni imaju apsolutno slobodu da uzmu dobar šut, da kreiraju neku prednost, da prepoznaju, to je taktičko mišljenje, možda Missmatch, i da u tih prvih pet-šest sekundi pronađu rešenje. Posle toga sledi organizovana igra ili ta neka igra pozicijone košarke. Drugo pravilo za napad jeste pomeranje lopte s jedne na drugu stranu konstantno, gde imamo pravilo da nikada nemamo dve akcije na istoj strani. Praktično želimo da uvek prebacujemo loptu s jedne na drugu stranu i jedan od razloga, možda i najveći, jeste što znate i sami koliko je teško kada strana lopte postane strana pomoći i obrnuto. I ako to uradiš nekoliko puta, pretpostavljam da se stvaraju neke rupe koje mogu da se kašnjavaju. Treća stvar koja je, na primer, nama donela mnogo benefita u ova poslednja dva takmi-

čarska prozora je taj tzv. ofanzivni trougao. Koristimo ga, ja bih ga definisao kao organizovani odlazak na ofanzivni skok. Protiv Turske, znate kako smo prošli, nažalost, ali mi smo u Istanbulu imali 23 ofanzivna skoka. I to je nešto što nas je držalo u utakmici, da smo možda neki šut pogodili, imali smo katastrofalan procenat šuta. Ali to je bilo nešto što nam je dalo šansu da budemo u utakmici, da kažem i do samog kraja. O tome ćemo pričati koje su to pozicije, kako forsiramo, kako formiramo taj ofanzivni trougao i zbog čega je on važan.

Znači, naravno, postoji još mnogo pravila, ali ova tri su apsolutno primenljiva na sve mlađe kategorije. Da igramo brzo, da menjamo stalno stranu napada i da odlazimo organizovano na ofanzivni skok i da to bude navika igrača.

Kada pričamo o odbrani, koju ćemo sad pomenuti, želim da vam približim šta smo mi to radili u reprezentaciji. Pošto i mi želimo da igramo brzo i tendencija je da se tako igra.

Znate koliko se ekipa pojavilo na najvećoj sceni Evrolige koje igraju neverovatno brzo. Onda je i razmišljanje kako se brani ta tranzicija. Znači, prvo što želimo jeste da budemo organizovani u defanzivnoj tranziciji, koliko god je moguće. I sad opet tu postoje pravila.

Prvo pravilo je dobra selekcija šuta, znači solidan napad. Drugo pravilo je ofanzivni trougao s kojim mi ne samo da radimo dobru stvar za napad, nego imamo i odličnu početnu poziciju da se branimo dobro. Treće pravilo, mi to zovemo „blanket“, želimo da pokrijemo prvog igrača s loptom. Na taj način to traje dve-tri sekunde, tu imamo izuzetak pravila jedino igrač s pozicije 5 nema obavezu to da radi, svi ostali imaju. Želimo da izvršimo pritisak na prvog igrača s loptom, sva četvorica ostalih trče sprint nazad, čuvaju koš, lociraju šutere i sve ostale stvari koje treba da radimo. Nakon te dve-tri sekunde, taj igrač koji je odigrao tu „blanket“ odbranu i on trči nazad i pokušavamo da se branimo 5 na 5. Što nije uvek lako, naravno, to ne može se radi kad je izgubljena lopta itd., ali vrlo lako može da se radi posle skoka ili posle nekog ubacivanja lopte sa strane. I onda i treća stvar koja je vezana za P'n'R odbranu, imamo nekoliko P'n'R pokrivanja. Možda to nije sad tema baš za najmlađe kategorije, ali za juniore sigurno jeste. Znači mi smo imali i iskakanje i flet, imali smo i usmeravanje na strani kad su ispunjeni uslovi za to, pričam o odbrani sa igračem na poziciji 5. Dok smo na četvorki imali iskakanje, jedan dribling i imali smo preuzimanje. U zavisnosti od mesta na kom se odigrava P'n'R, individualnog skautinga itd. Tu postoje pravila ko ima prednost u kom trenutku, koja odbrana. Mi smo imali igrače koje smo obeležili, za koje smo smatrali da su odlični na lopti i opasni u šutu, njih smo obeležili da su za iskakanje. Ali to nije značilo da ćemo na svakom delu terena u svakoj situaciji da radimo iskakanje na te igrače. Potrebno je da budu zadovoljeni neki uslovi da bismo to mogli da uradimo. Ukoliko jedan od uslova nije

ostvaren, onda smo se opredeljivali za drugu odbranu koja je bolja u toj situaciji. To kod igrača u početku izaziva, ne mogu reći konfuziju, ali mnogo informacija, treba dobra koncentracija, treba čitanje, treba komunikacija. Zato vam kažem, to je nešto što kroz trenažni proces mora da se radi, da se insistira na tome i da se stvara ju navike. Mislim da je najuspešniji onaj trener koji ubedi igrače da menjaju navike i za mene je to i najbolji trener.

Danas ću kroz ovaj pokazni trening pokušati da vam dočaram šta smo radili sareprezentacijom na ovom prethodnom prozoru, šta to može da se iskoristi u mlađim kategorijama. U principu, takmičarski deo sezone s reprezentacijom i s klubom su dva potpuno različita pojma, ali neke stvari moraju da ostanu iste. Čvrsto verujem da igrači na najvišem nivou, vrhunski igrači, vole da se igraju. Volim da sa igračima počnem trening, da kažemo, nekim igricama. Posebno ukoliko su te igre tako formirane da se tu zadovolje neka košarkaška pravila, konkretno, da li je to dodavanje, da li su to pomeranja itd.

Krenućemo s dve igre s loptom. I onda ćemo polako kroz trening da ulazimo u sve ove neke druge stvari o kojima smo pričali. Biće tu saradnje tri igrača, pričaćemo o P'n'R napadu. Konkretno, mi smo se spremali za Turusku, za njihov drop, za njihov Switch. Gde smo dali neke ideje igračima, gde smo bekovima puno insistirali na onom Ghost screenu, za koji smo smatrali da može da nam da rezultat. Ovo što sam rekao, hoćemo da igramo brzo, ali da bi igrao brzo, moraš tako da treniraš, moraš da budeš sposoban da rešavaš situacije koje su hendikepi. Da li je to 2 na 1, za mene je to najpotcenjeniji element u košarci. Pogledajte koliki je procenat realizacije 2 na 1. Još ako je 2 na 1 plus 1, to je već problem da se reši. Pričam i za seniorsku košarku, ne samo o mlađim kategorijama.

Igra „šugice“, lopta je spas, moramo da zadovoljimo košarkaška pravila. Moramo da pratimo vežbu, da u svakom trenutku znamo gde je lopta, ko je igrač koji juri, itd. Igra se na pola terena, igrač broj 8 juri (dijagram 1).

Sledeća vežba „jurke“, podelimo dve ekipe, plavi i beli, obe ekipe imaju u svojoj ekipi jednog uljeza koji ih zbunju-

je (u istoj ekipi igrač druge boje), obe ekipe imaju po šest igrača i jedna ekipa treba, poštujući košarkaška pravila, loptom da dotakne igrača iz druge ekipe i na taj način ga izbacuju iz igre, treba da izbacе svih šest protivničkih igrača za jedan minut na pola terena (dijagram 2).

U uvodnom delu treninga hoćemo da uđemo u trening odmah kroz neku zabavu, kroz igru, ali uz koncentraciju.

P'n'R vežba, napadamo drop odbranu. Zadatak visokog igrača broj 5 je u tranziciji da dođe do Nail a i ide u dobru blokadu, igrač s loptom treba da dovede loptu u zonu šuta u punom sprintu iz tranzicije. Zadatak igrača s loptom je prvo da napadne suprotno P'n'R i da navede odbrambenog igrača na blokadu, igrač broj 2 prati P'n'R i širi (dijagram 3). Igrač broj 5 se zadržava malo u blokadi i spušta se ka košu, ovde i radimo takozvani Gortat screen, igrač broj 1 koristi tu blokadu i ide na prodor, kad je igrač broj 5 napravio blokadu, igrač broj 2 se podiže u zonu šuta na produžetku lakta (dijagram 4).

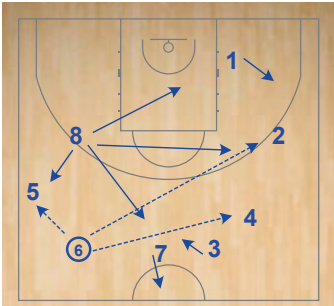
Igrač broj 2 prima loptu od trenera, igrač broj 5 se snažno ubacuje u sredinu reketa traži i dobija loptu od igrača broj 2, završava sa jednim driblingom ili bez njega (dijagram 5). Igrač broj 2, kad je dodao loptu, od drugog trenera s loptom dobija uručenje rame uz rame s trenerom i u poslednjem trenutku dobija blokadu. Igrač broj 2 iz te blokade radi Pull-up za dva poena (dijagram 6).

Ovde na drop odbrani tražim od svojih igrača da taj ugao blokade bude od 45 stepeni, da bude snažan blok, da nateram odbrambenog igrača da prati, da ne može lako da ode ispod bloka i da iz toga pravimo prednost u 2 na 1, da li si sa Gortat screenom ili s nekom drugom opcijom.

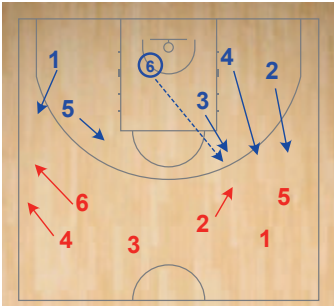
Isti ulazak u kretanju. Igrač broj 5 trči do kapice na tri poena u sprintu. Igrač broj 1 s loptom spušta se na 45°. Igrač broj 5 pravi lažni P'n'R, igrač broj 2 širi u odnosu na loptu (dijagram 7).

Nakon toga igrač broj 5 pravi jedan korak i vraća brzo Re-screen na igraču broj 1 u trenutku Re-screena, igrač broj 2 prati loptu i dobija pas od igrača broj 1 (dijagram 8).

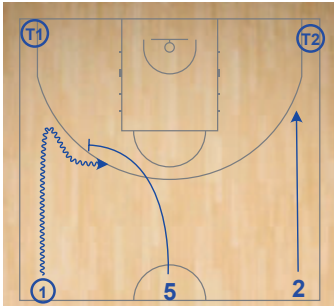
Kada pričamo o napadu, imamo jedno pravilo koje zovemo pravilo tri sekunde i to je nešto po čemu treba da budemo prepoznatljivi. Odnosi se, naravno, na brzu igru, to znači da se posle postignutog koša ili defanzivnog skoka lopta iz zadnjeg polja prenese u prednje polje, i to u zonu šuta, za ne više od tri sekunde, što znate koliko je teško



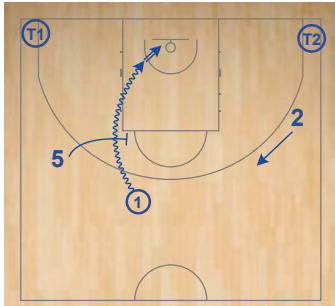
DIJAGRAM 01



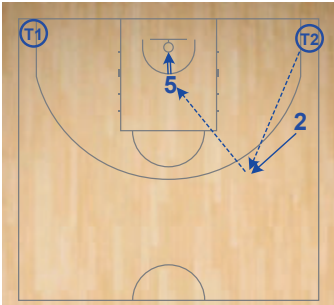
DIJAGRAM 02



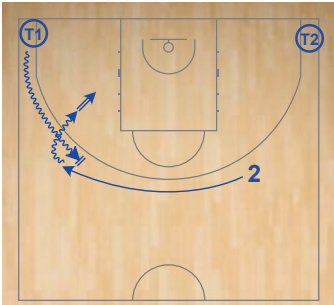
DIJAGRAM 03



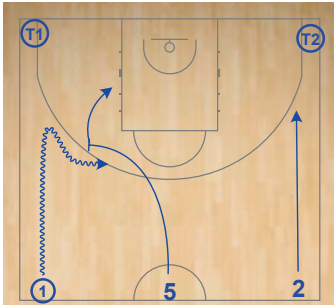
DIJAGRAM 04



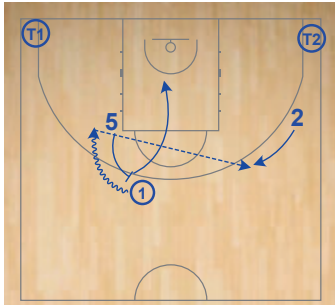
DIJAGRAM 05



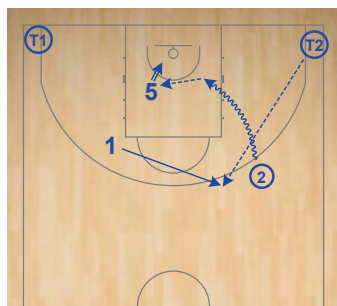
DIJAGRAM 06



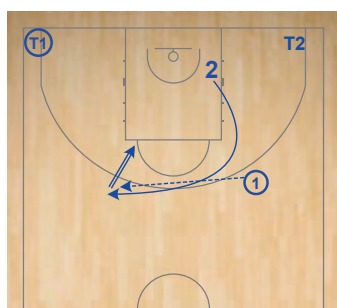
DIJAGRAM 07



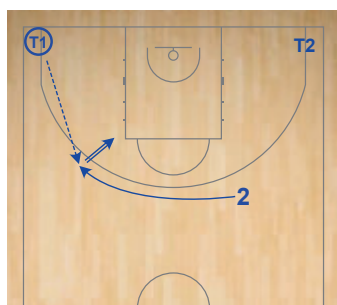
DIJAGRAM 08



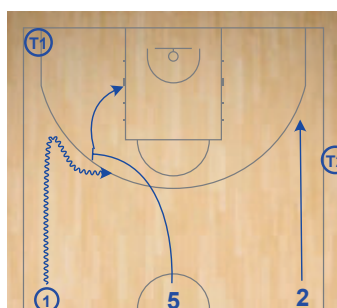
DIJAGRAM 09



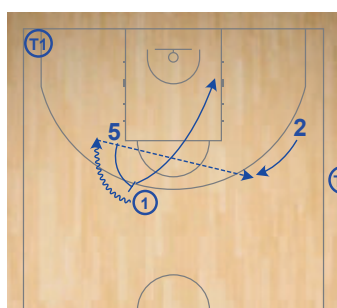
DIJAGRAM 10



DIJAGRAM 11



DIJAGRAM 12



DIJAGRAM 13

Igrač broj 5 se spušta ka košu da primi loptu od igrača broj 2, ne dodajemo loptu, igrač broj 2 napada Close out po čenoj liniji, igrač broj 5 ga prati, prima loptu i završava, za to vreme igrač broj 1 se podiže na liniju tri poena, dobija loptu od trenera (dijagram 9). Zatim igrač broj 2 u punom sprintu radi Ghost screen na igraču broj 1, ne pravi blokadu, pravi promenu ritma i otvara se na tri poena, dobija loptu od igrača broj 1 i šutira (dijagram 10). Nakon dodavanja igrač broj 1 nastavlja kretanju, dobija loptu od trenera i šutira za tri poena (dijagram 11).

Ovde je jako bitan spejsing dva beka. Igrač broj 2 ima dva puta kretanju. Jednom od lopte, jednom ka lopti. Naravno, pričamo o intenzitetu, ukoliko želimo veći intenzitet, biće dve trojke na jednoj polovini i dve na drugoj. Ova vežba mora da se radi brzo. Pogledajte koliko tehničkih detalja, a to sad nije tema.

Prva odbrana je bila drop, sad ćemo uraditi Switch, koji treba da znamo da napadnemo. Isti je ulazak u vežbu. Igrač broj 5 pravi P'n'R na igraču broj 1, pretpostavljamo da nije u tranziciji, igrač broj 2 širi u trenutku P'n'R (dijagram 12). Zatim igrač broj 5 radi Re-screen, treba da zadrži malo blokadu i da da šansu odbrambenom igraču da preuzme, igrač broj 5 rola ka košu, igrač broj 2 prati i dobija loptu od igrača broj 1 (dijagram 13).

Igrač broj 5 proba da primi loptu, zna da ga je preuzeo niži igrač. Ono što smo insistirali, jer smo znali da dolazi sigurno negde pomoć, pogled preko ramena da vidi da li je to čenoa linija ili sredina i onda, ukoliko nema pomoći, da odigramo jedan na jedan s nižim igračem, da se uradi pivot ili na čenoj liniji ili u sredinu (dijagram 14). Igrač broj 5 završava, za to vreme igrač broj 1 se podiže na kapici na liniji za tri poena i prima loptu od trenera (dijagram 15).

Tražimo da igrač broj 2 u sprintu napravi Ghost screen za igrača broj 1 i širi. Igrač broj 1 napada driblingom i šutira Pull-up za dva poena. Zatim igrač broj 2 nakon Ghost screen a prima loptu od trenera i šutira za tri poena, može da uradi i šut iz driblinga, na njemu je da izabere završnicu (dijagram 16).

U ovim vežbama treba insistirati na detaljima, igrač broj 5, kad se spusti na niski post, treba da pokaže gde želi da primi loptu, pogled preko ramena da vidimo da li dolazi pomoć s neke strane i ukoliko nema pomoći, treba da iskoristimo taj trenutak. Dribling koji igrač broj 5 koristi mora da bude snažan sa zaštitom lopte, jer je jedina šansa odbrambenog niskog igrača da proba da napadne dribling.

Igrač broj 2 je u korneru na strani lopte, igrač broj 1 priprema P'n'R, za to vreme igrač broj 5 dolazi do Nail a i pravi takozvani slip za igrača broj 1, nakon toga igrač broj 5 se spušta i pravi Pin down blokadu za igrača broj 2, koji demarkiranjem priprema blokadu i nakon toga može

da ide usko uz blokadu, a može i šire da otvori do lakta reketa (dijagram 17). U svakom slučaju, igrač koji prima blokadu treba da prođe rame uz rame sa igračem koji mu postavlja blok. Igrač broj 1 dodaje loptu igraču broj 2, koji odmah spušta loptu na igrača broj 5, koji završava polaganjem (dijagram 18).

Nakon dodavanja za igrača broj 2, igrač broj 1 se otvara i dobija loptu od trenera (dijagram 19). U tom trenutku igrač broj 2 pravi Ghost screen u sprintu, otvara se na liniji za tri poena, dobija loptu i šutira za tri poena (dijagram 20). Igrač broj 1 kod Ghost screena napada driblingom, ne čeka pasivno u mestu i, ukoliko može, treba da reši prodor šutem i onda ima dodavanje na igrača broj 2.

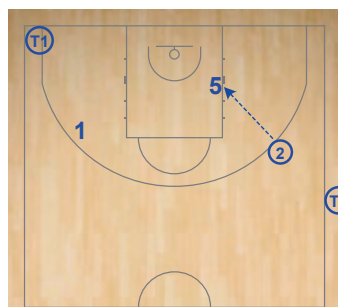
Igrač broj 1 nakon dodavanja dobija uručenje od trenera (dijagram 21) zatim i P'n'R i radi Jab step od P'n'R i nakon toga koristi blokadu, napada lakat reketa i šutira za dva poena (dijagram 22).

U principu, u prvom takmičarskom prozoru imali smo neke druge zahteve. Ovo je zavisilo od odbrane protivnika. Ako bi napadali neko iskakanje ili usmeravanje, naravno, ovaj set vežbi bi bio prilagođen toj vrsti odbrane. Bile bi potpuno druge ideje i druga insistiranja na nekim drugim detaljima. Ovo su neki detalji koje juniori već moraju da znaju, možda i kadetski uzrast. U svakom slučaju, smatram da juniori moraju da imaju informacije kako napada koju vrstu odbrane i da je to jako bitno pored ovih elementarnih stvari, da dobro dodaju u dobrom tajmingu, da se pomeraju, da imaju osećaj za spejsing i, naravno, da tehnička izvedba bude na što višem nivou.

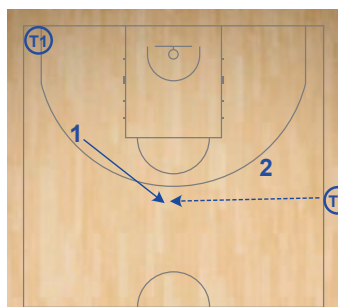
Sledeća vežba je vežba koju svi koristimo. Generalno, realizacija u ovoj vežbi nije baš najbolja. Hoćemo da igramo brzo, moramo da imamo i ove situacije i da rešavamo i 2 na 1 hendikep, i 3 na 2, i 4 na 3, i 5 na 4, i tako dalje.

Igramo 2 na 1 + 1, igrači napada nemaju dribling. Zadatak odbrambenog igrača broj 1 je da baci najoštriju loptu na jednog od dva napadača i trči u sprintu da igra odbranu. Dva igrača (brojevi 2 i 3) napadaju odbrambenog igrača broj 4. Odbrambeni igrač broj 4 ima izbor kako će da ih brani. Da li će da trči sprint nazad, da li će da ih fintira, da ih usporava, to je na njemu. Na napadačima je da to prepoznaju, da napadnu igrača broj 4 jakim trčanjem u leđa i da ne dozvole igraču koji je u hendikepu da ih stigne (dijagram 23). Treba napomenuti da je i kod seniorski ekpa na visokom nivou realizacija u ovoj vežbi niska. Radimo istu vežbu, samo ćemo sada napadu malo da olakšamo, imaju koliko hoće driblinga. Što se tiče odbrane, dobra odbrana je i dobar faul (dijagram 24).

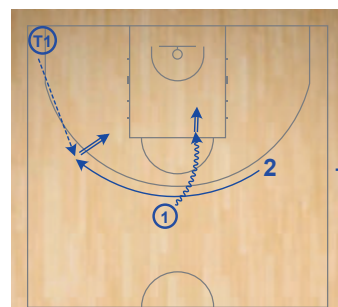
Problemi su jako veliki da se reši 2 na 1, što bi trebalo da bude jako veliki procenat realizacije. U 2 na 1 na bilo kom delu terena trebalo bi da rešimo.



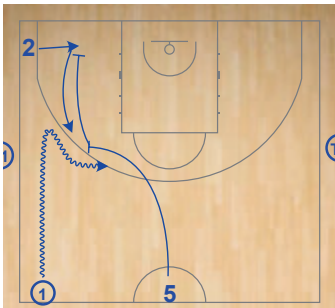
DIJAGRAM 14



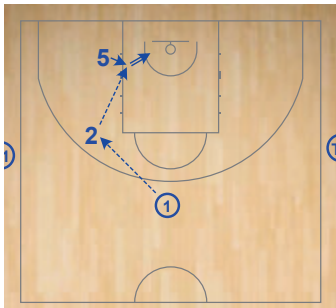
DIJAGRAM 15



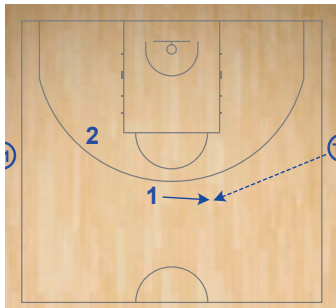
DIJAGRAM 16



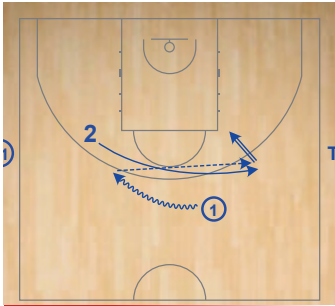
DIJAGRAM 17



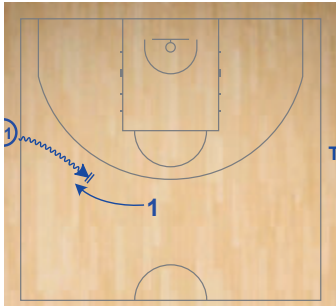
DIJAGRAM 18



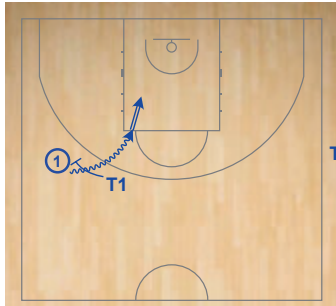
DIJAGRAM 19



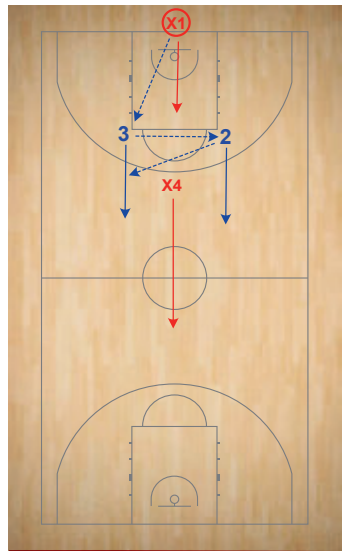
DIJAGRAM 20



DIJAGRAM 21



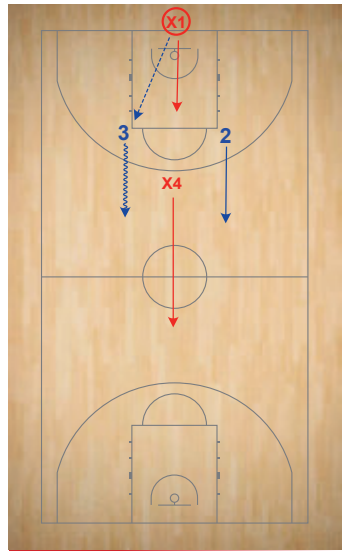
DIJAGRAM 22



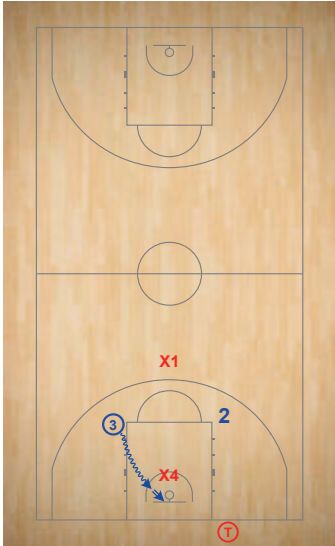
DIJAGRAM 23

Nadovezujemo se na prethodnu vežbu samo dodajemo još jednu dužinu, igrač koji završi treba da dodirne čeonu liniju (**dijagram 25**) i vraća se u odbranu, trener sa čeonu linije izbacuje prvi pas napadačima, igrači broj 1 i 4 (**dijagram 26**). U obe dužine napad ima pravo na jedan šut.

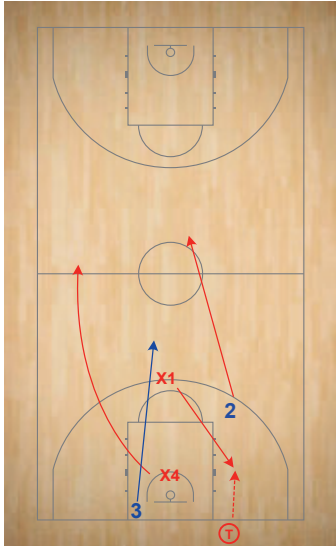
Vraćam se na prvo pravilo, rekao sam vam šta insistiram u napadu. To su tri sekunde da napadnemo u bilo kojoj situaciji. Te tri sekunde nam ne dozvoljavaju da budemo tužni, da očajavamo, da analiziramo zbog čega smo primili koš ili da imamo bilo koju reakciju koja nije brza reakcija da primimo loptu i da napadamo protivnika u leđa. Sve ostale analize se rade kad je tajm-aut, kad je poluvreme, na skautingu, autoskautingu, u svlačionici. Znači mi želimo da igramo brzo i želimo da napadamo u svakoj situaciji protivnika u leđa. Još jedanput kažem, bitno je zbog trenera, bitno je zbog igrača, nemamo vremena da analiziramo zašto smo pogrešili, to je već prošlost. Moramo da primimo loptu i da napadamo dalje.



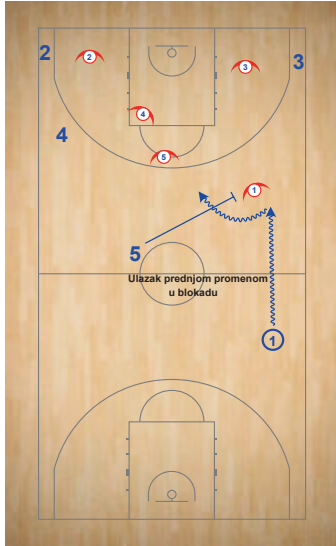
DIJAGRAM 24



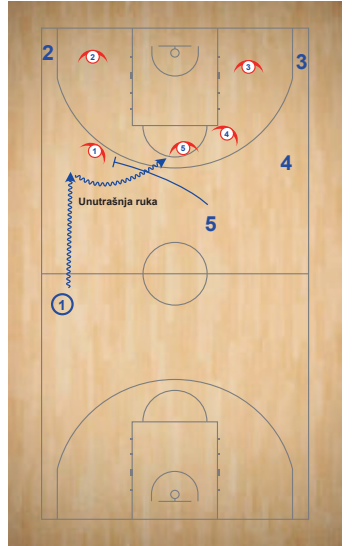
DIJAGRAM 25



DIJAGRAM 26



DIJAGRAM 27



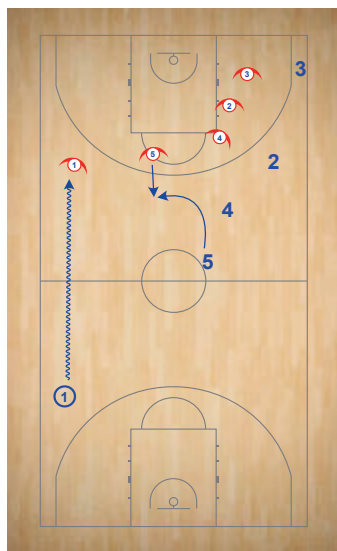
DIJAGRAM 28

1, napadači imaju najviše tri dodavanja do završnice (**dijagram 27**). Nakon toga, sva četiri igrača igraju napad, dobijaju loptu od trenera i igraju 4 na 3, u povratku odbrana bira kako će da brani da li 1:2 ili kako god želi (**dijagram 28**).

Posle šuta u prvoj dužini želimo da vidimo reakciju sva četiri igrača, da su u linijama trčanja i da otvore prvi pas. Posle toga treba da budemo pametni, zašto da igramo 3 na 3 ako nas ima 4 na 3. Sačekajmo igrača koji kasni malo, vidimo gde on trči, imamo visokog igrača prednosti, što je velika prednost u košarci. Moramo da čitamo šta se dešava na terenu i u odnosu na to da imamo dobar spejsing.

Visoki igrač ima opciju da ide na stranu lopte da traži loptu ili direktno pod koš (**dijagram 29**).

Ne smemo u ovim situacijama da dodemo do toga da igru 4 na 3 pretvorimo u 1 na 3, to su neke stvari o kojima moramo da pričamo s najranijim uzrasnim selekcijama. Znači, moramo da imamo adekvatno taktičko mišljenje da prepoznamo situaciju. Rekli smo da je u ovim



DIJAGRAM 29

situacijama u tranziciji i hendikepu dobra odbrana i foul, napad ne sme da dozvoli da odbrana napravi foul.

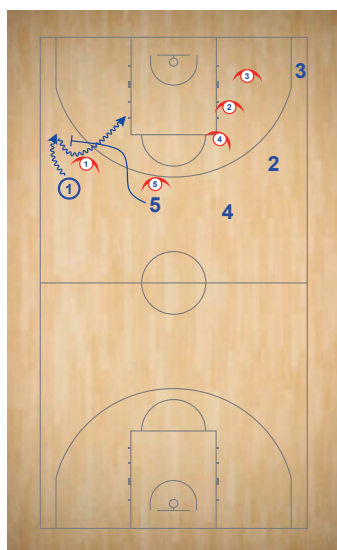
Problemi u ovim situacijama postoje, u ovim detaljima treba da insistiramo ukoliko želimo da igramo brzo. To nije lako, nažalost, i da je nekad rezultat u mlađim kategorijama doprineo da igramo seniorsku košarku, da ne podržimo igrače da igraju brzo, da ne podržimo igrače da dodaju iza leđa. Onda se čudimo što nemamo kreativnosti. To su neke stvari u kojima moramo da podržimo igrače. Da igramo brzo, da igramo rasterećeno od greške. I da znamo koja greška je ona koja se podržava i toleriše, a koja greška mora da se sankcioniše.

Ponovo se vraćamo na pravilo. Hoćemo da igramo brzo, moramo da poštujemo neka pravila, neki spejsing i u trčanju, linije trčanja. Da znamo da budemo organizovani i u toj brzini, to je nešto na čemu želimo da insistiramo.

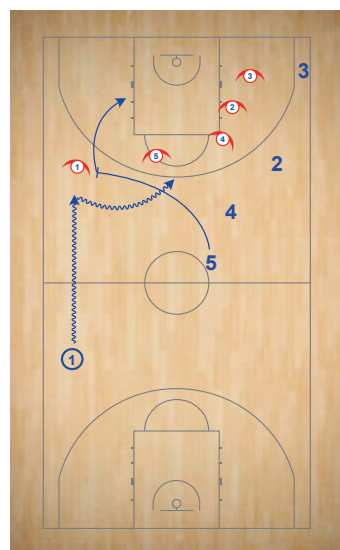
Igrač broj 5 baca loptu na tablu, treba da je uhvati u najvišoj tački. Kako ju je on uhvatio, bekovi (igrači 2 i 3) trče sprint. Igrač broj 1 se otvara na stranu lopte. Prvi

trejler je igrač broj 4, trči kroz sredinu i traži loptu kao da je završio (dijagram 30). Igrač broj 1 izbacuje paralelni pas na igrača broj 2, koji završava prodorom (dijagram 31). Nakon završnice igrači broj 2 i 3 ukrštaju, igrač broj 1 menja stranu, igrač broj 4 izvodi loptu i postaje drugi, trejler i tražimo da pri izvođenju samo jedna noga bude van aut-linije i nakon dodavanja trči sprint (dijagram 32). Igrač broj 1 izbacuje dijagonalni pas za igrača broj 3, koji završava (dijagram 33).

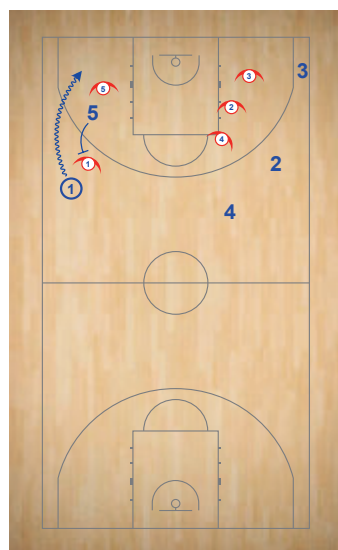
Na nekoliko osnovnih stvari mora mnogo da se insistira od samog starta, kod skoka na tablu, ukoliko je moguće, ako nemamo igrača ispred sebe, da tu već budemo licem okrenuti napred, da budemo u situaciji da iz skoka damo dodavanje i skratimo to vreme što je moguće više. Ne želimo da pri prvom pasu igrač broj 1 prima loptu leđima okrenut terenu i da zadnjim pivotom krene u dribling, želimo da osvajamo prostor. Znači primamo loptu, lopta je ispred igrača, gura je u dribling i onda analizira da li mu treba još jedan dribling ili mu ne treba uopšte ukoliko ima dodavanje. Ova dva detalja su nam jako



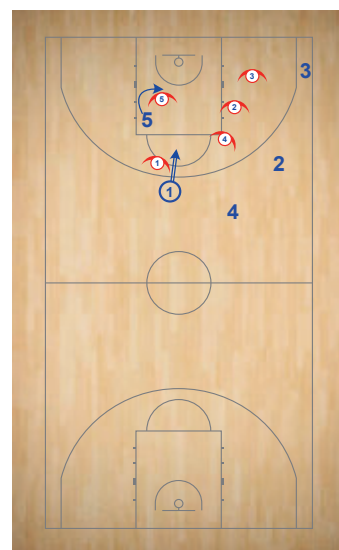
DIJAGRAM 30



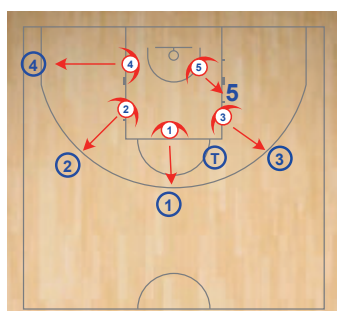
DIJAGRAM 32



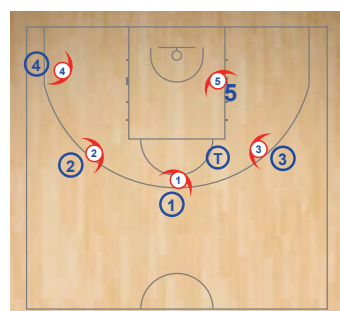
DIJAGRAM 31



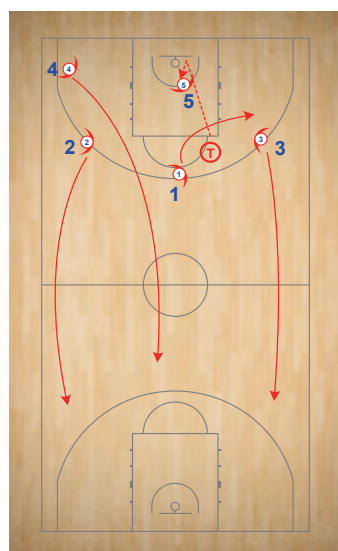
DIJAGRAM 33



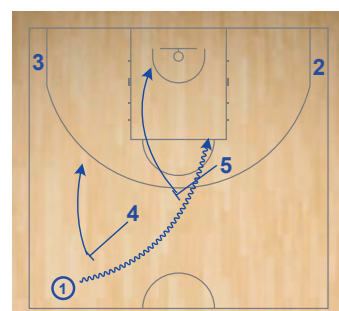
DIJAGRAM 34



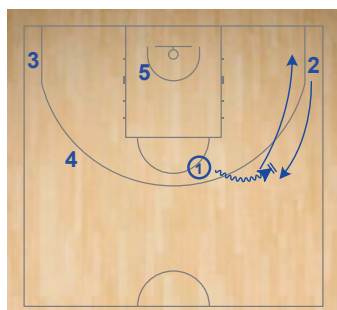
DIJAGRAM 35



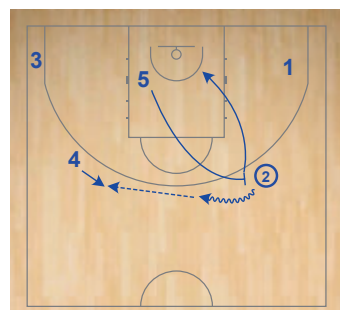
DIJAGRAM 36



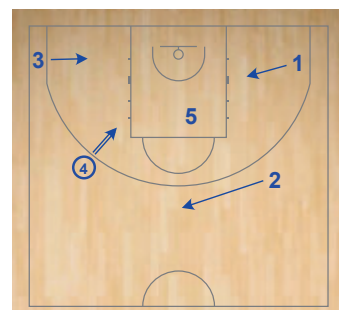
DIJAGRAM 37



DIJAGRAM 38



DIJAGRAM 39



DIJAGRAM 40

bitna, skok i otvaranje prvog pasa, gde želimo da to bude na laktu reketa, poželjno je da bude i iznad, a najbolje je ako može da bude na sredini terena i da s jednim driblingom već možemo da završimo. Ukoliko to možemo da uradimo, onda je to najbolje moguće.

Vraćamo se na neke detalje odbrane i spojimo ih sa ovim trčanjem kontranapada. Jedno od pravila je da nema sredine. Taj Close-out nam je jako važan i mora da bude jasno definisan kojom rukom izlazimo na Close-out. Izlazimo u stavu na dužinu ruke, ne dozvoljavamo šut, zatvaramo sredinu, nije otvoren put ka košu. Cilj je da dribling napadača bude više ka korneru. Znači, svaki put u izlasku u Close-out branimo dve stvari agresivno na šut za tri poena, ne želimo tri poena Spot-up i ne želimo sredinu. Naravno, ne smatramo da sve možemo da odbranimo, ali svesno rizikujemo i Pull-up za dva poena i ovaj prodor na čeonu gde imamo organizovanu stranu pomoći. Znači, na svakom Close-outu tražimo dve od tri stvari: nema šuta za tri poena i nema sredine, i forsiramo napad na prodor.

Sledeća vežba jeste da svi igrači napada osim igrača broj 5 imaju loptu i trener ima loptu. Odbrambeni igrači su unutar reketa i rade lagano step (dijagram 34). Na prvi trenerov znak odbrambeni igrači izlaze na Close-out. Unutrašnja ruka je podignuta i nema sredine, na igraču broj 1 je pravilo da zatvaramo jaču ruku (dijagram 35).

Napad ima jedan dribling, proba da napadne u sredinu, odbrambeni primi kontakt na grudi, dve-tri sekunde odigramo agresivno na lopti i na sledeći znak trenera ulaze svi u Box-out.

Trener baca loptu na tablu, igrač broj 5 pokušava da se u skoku zarotira licem ka terenu, igrač broj 1 proba da primi loptu (dijagram 36), da gura ispred sebe dribling i da rešimo kontranapad (kao na dijagramu 31), radi se još jedna dužina isto kao malopre (dijagrami 32 i 33).

Ideja je jasna i ono što se primeti jeste koliko jedna dirigovana odbrana remeti fluidnost, koliko je teško naći odgovarajući spejsing i da se primi lopta i koliko se izgubi u linijama trčanja. Zamislite u igri 5 na 5, gde je svaki posed važan i gde je odbrana na 100%. Znači, ovo su neke stvari za koje smatramo da su jednostavne, a u stvari su jako važne.

Pravilo u napadu je da želimo da menjamo sa strane na stranu, to je sekundarni napad. Odlučili smo se zbog ograničenja s vremenom za pripremu ekipe za dva sekundarna napada za koje smo smatrali da mogu da nam daju dovoljno opcija da napadamo iz tranzicije, da ne gubimo na brzini, a da imamo tu fluidnost i da imamo pomeranje lopte sa strane na stranu.

Jedan od napada bio je takozvani visoki ili stepenasti Double drag, gde je igrač broj 4 odmah, kako lopta prelazi polovinu terena, priprema dobar blok u leđa. Znači, na ovoj blokadi smo insistirali da bude dobra, da se pravi kašnjenje. I praktično zadatak igrača broj 1 je da napadne kao da nema nikog na strani na koju ide. Drugi blok od igrača broj 5 je Slip i sprint na obruč. Ukoliko odbrana kasni, imamo lob pas za igrača broj 5 ili prodor do kraja igrača broj 1 (dijagram 37). Nismo završili i sada radimo ono što smo rekli sa strane na stranu. Igrač broj 5 je otišao dole u dubinu, igrač broj 1 je napao, nema rešenje, uključujemo igrača broj 2 u igru, dobija uručenje od igrača broj 1, koji nakon uručenja širi (dijagram 38).

Igrač broj 5 se podiže u još jedan P'n'R sa igračem broj 2. Igrač broj 5 rola ka košu. Nismo našli rešenje, ra-

dimmo prenos na drugu stranu (dijagram 39). Nije toliko sad važno kako ćemo dalje da završimo, da li uručenje igrača broj 4 za 3, pa ponovo P'n'R ili neko drugo rešenje, ali ideja je da probamo nekoliko puta da pomerimo stranu pomoći.

Ovo je ono što sad ide kao nadogradnja, zbog čega sam i insistirao da postavimo jedan od napada da bih mogao da pričam o trouglu za koji sam napomenuo da je mnogo važan i da je nama dao dosta rezultata. Ne može da se trenira na drugi način sem otprilike ovako.

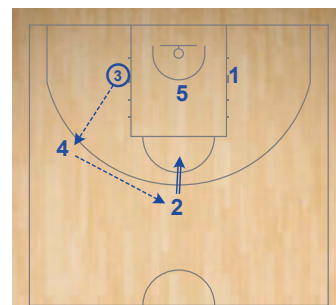
Naravno, postoje vežbe koje se još rade, rekao sam i skauting koristimo. Znači, igrači iznad penala nije uvek pravilo, ali oni su ti koji čuvaju kontranapad, koji govore „ja sam nazad“ i ne idu na skok. Igrači broj 1, 3 i 5 su jako važni, formiraju trougao. Zadatak igrača broj 5 je da gura odbrambenog igrača ispod koša, takođe to rade i igrači broj 1 i 3 (dijagram 40). Nastavak vežbe je ukoliko je igrač broj 4 promašio šut, hvatamo skok, izbacujemo opet dodavanje na igrača broj 4, koji daje ekstra pas igraču broj 2, koji šutira (dijagram 41). Ukoliko i on promaši, završavamo nakon skoka polaganjem i radimo još jednu dužinu, ulazimo u isti napad koji smo postavili (dijagrami 37, 38 i 39).

Hteo sam da vam pokažem šta nam je ideja i kako formiramo ovaj trougao. Ukoliko se desi, a desiće se sigurno, da prilikom šuta imamo dva igrača na istoj strani, da bismo formirali trougao, bliži igrač sredine će otići na sredinu. I tu nam treba dobra komunikacija. Ukoliko to u igri ne uspemo, imamo takozvane sive zone, sive zone su sve oko reketa (dijagram 42), na koje želimo da dođemo i da pokušamo da uzmemo skok.

Sad razumemo zbog čega nam je formiranje trougla bitno kao defanzivna tranzicija. Praktično, sa ovim trouglom i s navikom da napadnemo ofanzivni skok, mi već imamo minimum tri igrača pod kontrolom i ukoliko uhvate loptu, mi imamo ovde već 3 na 3, gde smo mi bliži svom košu. I odakle možemo da izvršimo taj pritisak na loptu i da se vratimo brzo u odbranu.

Mi imamo pravilo gde apsolutno svi igrači posle skoka u napadu i povratnog pasa imaju pravo da šutnu za tri poena. Na taj način želimo da motivišemo igrače da idu na skok u napadu, ali ono što je mnogo bitnije od toga jeste statistika, koja je pokazala da su najbolji procenti šuta za tri poena posle ofanzivnog skoka. I mi želimo da svaki skok u napadu pretvorimo u još jedan šut za tri poena.

Mislim da je ovo formiranje navike da se ide na ofanzivni skok jako važno i da pravi veliku razliku danas u košarci. Imate koliko god hoćete slučajeva ako gledate Evroligu i naše klubove, siguran sam da bi Zvezda imala četiri pobede manje da nije ofanzivnog skoka. Imamo mnogo pozitivnih primera koliko ofanzivni skok utiče na konačni rezultat. Nažalost, nije nam pomogao protiv Turske reprezentacije, ali reći ću vam da smo imali 23 ofanzivna skoka na toj utakmici, a imali smo relativno kratko vreme da formiramo ovu naviku, koju su naši igrači fenomenalno sproveli u delo i videli, naravno, da im to pomaže. Tako da, kažem, nije pored ovoga što ćemo u svakoj nekoj 5 na 0 kretnji da insistiramo da se formira taj ofanzivni trougao i da se ide na skok. Ono što je jako važno je i taj individualni i ekipni autoskauting gde ćemo da kažemo igračima zašto u ovoj situaciji ide samo jedan na skok, zašto ne trojica. Da se stalno priča o tome, da se potencira i da se na taj način kreira ta navika koja je jako važna.



DIJAGRAM 41



DIJAGRAM 42

Mi imamo pravilo gde apsolutno svi igrači posle skoka u napadu i povratnog pasa imaju pravo da šutnu za tri poena. Na taj način želimo da motivišemo igrače da idu na skok u napadu, ali ono što je mnogo bitnije od toga jeste statistika, koja je pokazala da su najbolji procenti šuta za tri poena posle ofanzivnog skoka. I mi želimo da svaki skok u napadu pretvorimo u još jedan šut za tri poena



Od visokog igrača tražimo da bude stalno u kontaktu s napadačem, da mu narušava ugao blokade i da onda bude u situaciji kada dođe do nivoa blokade i kada dođe do blokade da onda budemo agresivni, da izvršimo pritisak i da stignemo na igrača s loptom. Ukoliko visoki igrač kasni, mi smo tražili da budemo u visokom fletu, gde se pojavljuje do nivoa blokade i povlači se u nazad dok se igrač na lopti ne vrati na svog napadača

Želim da vam pokažem model i koja su naša pravila P'n'R odbrane i šta želimo da uradimo, i koji su to izuzeci o kojima sam pričao na početku, na koji način menjamo odluku šta treba da radimo.

Rekli smo, na primer, ukoliko u skautingu kažemo da je igrač broj 1 toliko dominantan Ball-handler, šuter, da ima neku karakteristiku koja nama može da pravi problem, a mi želimo da je neutrališemo, mi njega označimo da je on za iskakanje. Imamo boje kojima obeležavamo svaku P'n'R odbranu. Hoćemo da igramo agresivno, hoćemo da napravimo Hedge i da njegove ofanzivne karakteristike neutrališemo, ali nećemo da budemo toliko naivni i da pomislimo da je iskakanje na centru najbolja moguća odbrana. U ovoj situaciji igrač broj 1 proba da prođe ispod blokade, igrač broj 5 radi Push (dijagram 43). Nakon toga napad će odigrati još jedan P'n'R. Sad želimo da budemo u Hedgeu (dijagrami 44 i 45). Sad želimo da napadnemo agresivno igrača broj 1. Na strani lopte igrač broj 4 zatvara prvi pas. Ne želimo ni po koju cenu da ode lagano pas u korner. Ako smo odigrali agresivnu odbranu, napadač broj 5 može da ode na Short roll i može da ode pas na igrača broj 2.

Imamo, naravno, signale kad se odbrambeni igrač broj 5 vraća, znači neće juriti loptu na centru, na primer, ako je igrač s loptom okrenuo leđa, on će se vratiti. Uradili su prenos lopte na igrača broj 2, igrač broj 5 se vraća na svog igrača i sad nam treba jaka strana pomoći i na laktu imamo igrača broj 5. Sada je ovo što je bitno, što mi pokušavamo da radimo u napadu, nama je sada važno da strana lopte postane i strana pomoći i za trenutak da igrač broj 3 bude u situaciji da može da pomogne (dijagram 46).

Nastavak napada može da bude prenos lopte na igrača broj 4, koji igra P'n'P sa igračem broj 2 (dijagram 47).

U ovoj situaciji imamo dva pravila, može da bude preuzimanje, a može da bude i jedan dribling iskakanje. Ukoliko je prazna strana, mi smo tražili da to bude preuzimanje. Zbog vežbe, da bismo štedeli vreme na sve opcije da prodemo, ovde ćemo raditi iskakanje (dijagram 48). Jedan dribling iskakanje igrača broj 2, igrač broj 4

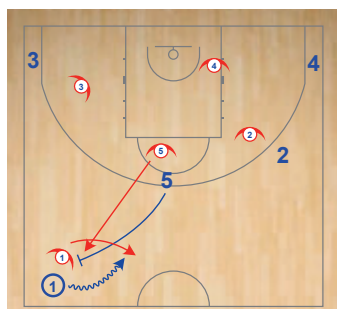
ide preko blokade, zatim igrač broj 4 prolazi ispod saigrača broj 2, koji se vraća na svog igrača u korner, trči s podignutim rukama da brani P'n'P (dijagram 49).

Nastavak dalje je prenos lopte na igrača broj 1 (dijagram 50). Napad igra ponovo P'n'R, rekli smo da igrača broj 1 branimo Hedge odbranom, igrač broj 5 ide u Short roll (dijagram 51).

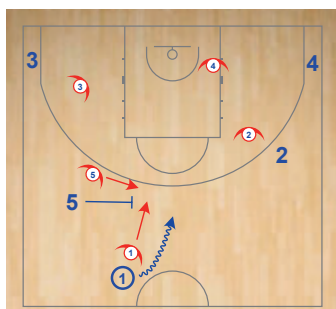
Ovo je situacija koja može da bude najranjivija i koju smo mi branili na sledeći način. Ono za šta smo se mi odlučili, jedini izuzetak je bio Šanli, koji je dobar P'n'P igrač, na njemu smo imali potpuno drugu vrstu odbrane. Za sve ostale visoke igrače u ovim prozorima mi smo rizikovali šut igrača broj 5 (dijagram 52). Za to smo imali veliku podršku analitike, jer je veoma mali procenat ukupnih poena na svim tim utakmicama dolazio preko ovog šuta od visokog igrača. Znači, mi smo se odlučili da ovaj šut rizikujemo i puštamo i praktično na to ne izlazimo. Koliko odbrambeni igrač broj 5 stigne da se vrati, toliko je bilo pušteno. Ukoliko igrač broj 5 napravi dribling ka košu, a igrač broj 2 iz kornera prepozna to i krene da utrčava, odbrambeni igrač broj 2 mora da izađe ispod linije penala i zaustavi dribling i da se postavlja za foul u napadu. Igrač broj 4, kada vidi utrčavanje, mora da trči pod noge igraču broj 2, i igrač broj 1 praktično mora da pravi treću rotaciju i da izađe na igrača broj 4 (dijagram 53).

Naravno, ovo nije jednostavno, ali nije jednostavno ni za sve visoke igrače da iskreiraju ovaj pas ukoliko smo dobro organizovani, agresivni i ukoliko napadamo loptu.

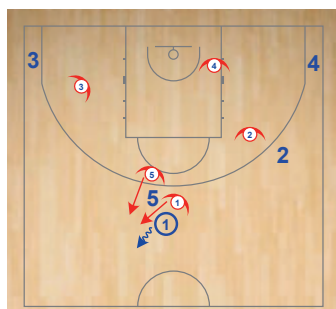
Od visokog igrača tražimo da bude stalno u kontaktu s napadačem, da mu narušava ugao blokade i da onda bude u situaciji kada dođe do nivoa blokade i kada dođe do blokade da onda budemo agresivni, da izvršimo pritisak i da stignemo na igrača s loptom. Ukoliko visoki igrač kasni, mi smo tražili da budemo u visokom fletu, gde se pojavljuje do nivoa blokade i povlači se u nazad dok se igrač na lopti ne vrati na svog napadača. Ukoliko nizak igrač ostane u blokadi, i dalje smo se povlačili malo iznad produžetka lakta, gde smo išli u automatsko preuzimanje. U tom trenutku, kada dolazi do preuzimanja, nizak igrač ulazi u noge napadačkom visokom igra-



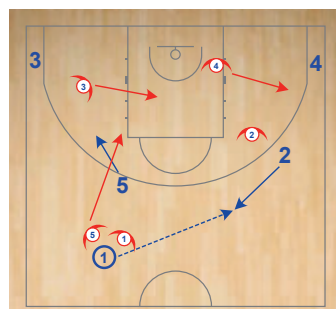
DIJAGRAM 43



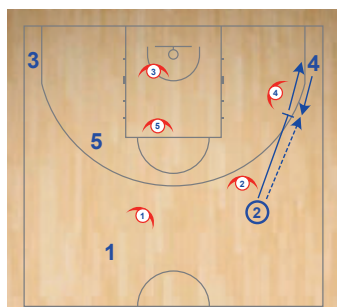
DIJAGRAM 44



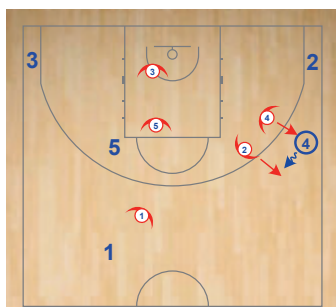
DIJAGRAM 45



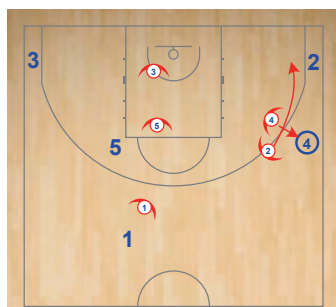
DIJAGRAM 46



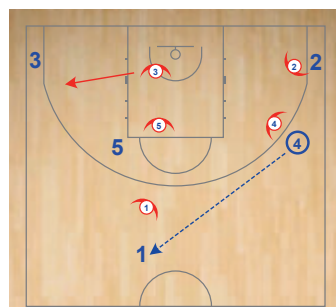
DIJAGRAM 47



DIJAGRAM 48



DIJAGRAM 49



DIJAGRAM 50

ču, usporava ga i ne daje mu da pravi prednost spuštanjem ka košu (**dijagram 56**). To su neka odstupanja koja smo radili u zavisnosti od situacije, jer smatramo da ne treba da iskačemo u situaciji kada to nije moguće, kada igrač nije pripremljen ili ako je visoko na sredini terena.

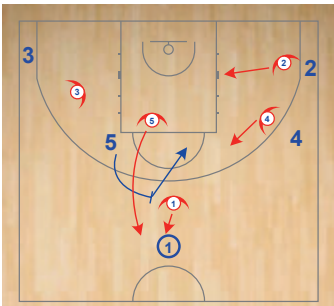
Jedno pravilo za bekove, da moraju da imaju veliku agresivnost na loptu, posebno u poslednjoj trećini terena, koja mora da se odnosi na P'n'R igru. Imali smo to pravilo da igrač izbegne blokadu, ukoliko ne može da je izbegne, treba da „prođe“ kroz igrača koji postavlja P'n'R. Treba da bude toliko jak fizički i da kažem bezobrazan da sledeća blokada bude slip, a ne dobra blokada. Znači, idemo preko blokade ili, ako ne možemo preko blokade, to mora da bude jak kontakt, da napadač više ne postavi dobru blokadu.

Da bismo imali agresivno usmeravanje u odbrani, moramo da imamo dva ispunjena pravila, to je da je lopta na strani i da visoki igrač koji postavlja blokadu dolazi iz dubine reketa, ovu odbranu smo zvali plavo. Igrača s loptom skroz usmeravamo od P'n'R-a (**dijagram 54**). Zadatak igrača broj 5 je da formira takozvani L. Ukoliko igrač broj 5 rola ka košu, na strani pomoći imamo dva igrača (**dijagram 55**). Ukoliko igrač broj 1 uspostavi odbranu, igrač broj 5 se vraća na svog igrača..

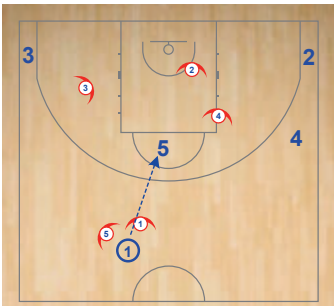
Ukoliko igrač napada, broj 5 promeni ugao blokade i napravi dobar blok, opet branimo preuzimanjem kad lopta dođe do produžetka lakta reketa (**dijagram 56**).

Znam da nije jednostavno i da je zahtevno, zato sam se ogradio da sve ovo može da se koristi za mlađe kategorije osim možda odbrane od P'n'R-a koja je zahtevna, traži reakciju, komunikaciju pet igrača i donošenje dobre odluke u odbrani, čitanje situacije i spejsinga.

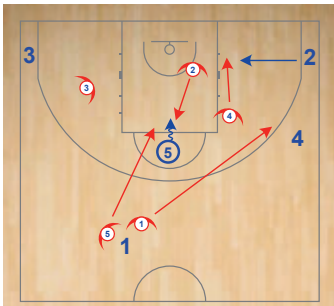
Ono što je važno, strana pomoći je uvek ista u smislu, ako je lopta na 45 stepeni, na strani prvog pasa, mi želimo da zatvorimo prvi pas, da ne damo da ide lopta u korner. Ukoliko igramo Hedge odbranu, imamo izraženiju stranu pomoći u smislu da je donji igrač koji čuva igrača u kornetu na suprotnoj strani ušao dublje u sredinu, spreman je da primi igrača koji rola ka košu, igrač na laktu je između dvojice i on je spreman da ide u rotaciju (**dijagram 57**).



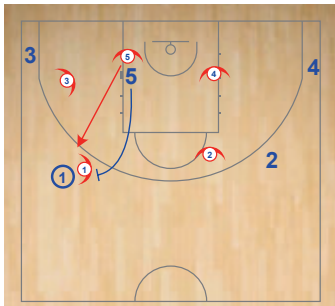
DIJAGRAM 51



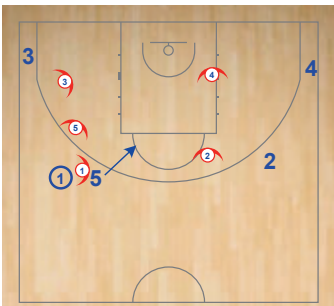
DIJAGRAM 52



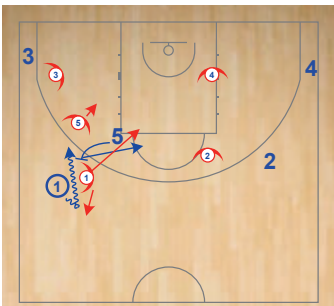
DIJAGRAM 53



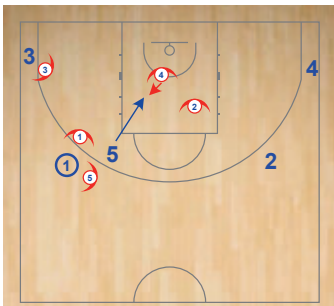
DIJAGRAM 54



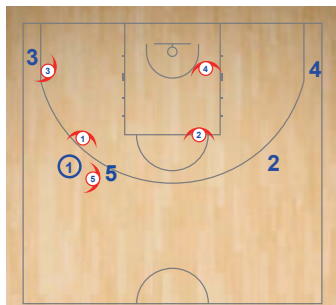
DIJAGRAM 55



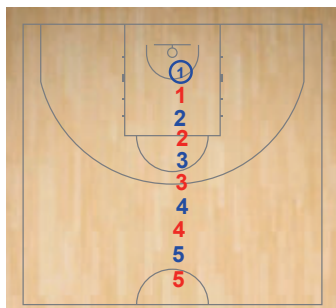
DIJAGRAM 56



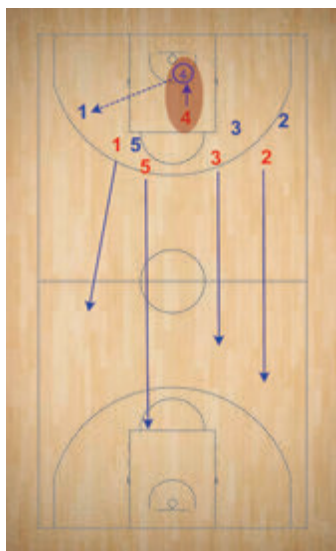
DIJAGRAM 57



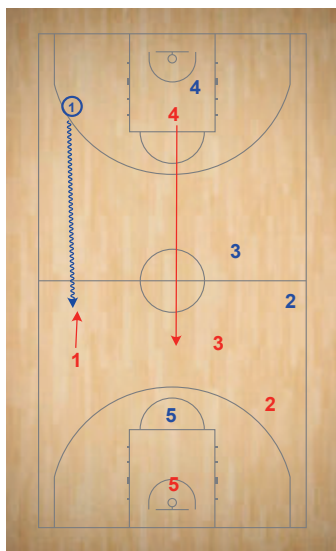
DIJAGRAM 58



DIJAGRAM 59



DIJAGRAM 60



DIJAGRAM 61

Cela ideja s fletom, preuzimanjem i usmeravanjem, jeste da ne želimo preveliku pomoć, da ne želimo previše rotacije, da ne želimo da ostavimo protivniku takozvane Close-out situacije koje su najranjivije u igri 1 na 1 i iz kojih se kreira najveća prednost. Tako da ideja jeste upravo da smo mi praktično u 2 na 2 odbrani, gde imamo ovog igrača broj 4, kom je jedna noga van, jedna unutra reketa, on i dalje ima odgovornost da bude zadnji, ali on će reagovati u trenutku ukoliko smo napravili baš veliki propust pa će trčati da popravlja situaciju. Znači, mi smo ostavili sada da igrači broj 1 i 5 reše tu situaciju 2 na 2, ne želimo da kreiramo protivniku niti Close-out, niti neki otvoreni šut (**dijagram 58**). Zato smo se odlučili samo za neke igrače, da kažem Hedgeujemo i da budemo agresivni na njima, ne na celoj ekipi. I ideja nam je da hoćemo da budemo agresivni, hoćemo da odigramo taj Hedge, ali nećemo po svaku cenu i nećemo da bude to dominantna odbrana, jer u smislu, ako od 10 odbrana, svih 10 bude Hedge, znači da nešto nije u redu, da nešto nismo dobro radili. Moramo to da svedemo što više, da bude igra 2 na 2 i da budemo u igri 1 na 1 na lopti agresivni, da budemo stalno u dobrim pozicijama, u kontaktu i da na taj način rešavamo situacije.

Hteo sam da napomenem i „blanket” odbranu. Svi igrači, osim naše petice, učestvuju podjednako u ovoj odbrani i imaju zadatak da igraju ovu vrstu odbrane. Vežba počinje u koloni podeljeni u dve ekipe jedan iza drugog, bacaju pas o tablu (**dijagram 59**). Na znak trenera, napad dobija ekipa igrača koji je uhvatio loptu. Igrač odbrane najbliži lopti ima zadatak da već u skoku igra agresivno i otežava prvi pas, u isto vreme kupuje vreme za četiri saigrača da trče nazad u odbranu. Zadatak igrača broj 5 jeste da trči u sprintu nazad i da čuva reket. Ako igrač broj 4 vrši dovoljno veliki pritisak na loptu, nateraćemo da se prvi pas otvori ispod linije penala (**dijagram 60**), nakon prvog pasa igrač koji je igrao „blanket” odbranu vraća se nazad u punom sprintu i mi praktično već imamo mogućnost da zaustavimo loptu što je moguće bliže sredini terena, ali ne želimo da budemo agresivni na lopti, da ispadnemo i napravimo višak. Znači, usporićemo ga, vraćamo se, kupujemo vreme i igraču broj 4, praktično dolazimo u situaciju da igramo 5 na 5 (**dijagram 61**).

Izuzetak je centar, ukoliko je on najbliži lopti, nema „blanketa”, svih pet igrača trči nazad. I sada u kombinaciji sa onim ofanzivnim trouglom o kom smo pričali mi smo već u dobroj situaciji da možemo da izvršimo taj pritisak i, još bolje, da trčimo sprint nazad. Ovo ne možemo da igramo posle izgubljene lopte. Znači, posle izgubljene lopte nema „blanketa”, pokušavamo samo da se spasavamo, onda imamo pravilo, ukoliko možemo da napravimo pametan foul, to je najbolja moguća opcija.

Znači, ponovo, cela košarka je u reakciji. Ko bolje reaguje u oba pravca. Kao što i napad mora posle skoka da odreaguje što brže da otvori prvi pas, da traži višak i da napada dalje, tako mora i odbrana da reaguje.

Ono što još želimo da kažem za odbranu, počinje od velike agresivnosti na Ball-handleru, velika agresivnost u prvoj trećini terena, onda se to smanjuje otprilike oko centra terena, gde ne želimo da budemo preagresivni iz prostog razloga što ne želimo da dobijemo onu blokadu u leđa o kojoj smo pričali i da tu već bude 5 na 4.

Onda kada dođemo u treću trećinu terena, onda smo tu najagresivniji i od toga nam direktno zavisi uspešnost P'n'R odbrane. Još jednom pravilo na lopti je – idemo preko blokade, trudimo se da izbegnemo blokadu, ako ne možemo da izbegnemo blokadu, to mora da bude najjače moguće da se o tome priča. Bek ima odgovornost za takozvani Reject. Nisam rekao još jednu stvar vezanu za P'n'R odbranu, ukoliko je Flip screen, ponovo nema iskanjanja. Na raznim delovima terena su različiti zadaci, a sve u cilju da budemo što bolje organizovani defanzivno i da iz toga imamo neki benefit. Svaki Close-out je insistiranje da se brani sredina, da se brani šut za tri poena i da se lopta gura na čeonu liniju i na rotaciju koja dolazi sa suprotne strane. To su neka osnovna pravila na kojima smo insistirali i koja mislim da su povezana i sa ovom temom i da je moguće implementirati nešto kroz mlađe selekcije, posebno kroz juniorski staž.

Vratiti se još jednom na napad. Znamo koliko ima problema da se reši 2 na 1, 3 na 1, hendikepi i tako dalje. Mi smo izgubili identitet. Mi smo dozvolili, kao košarkaška sila, da neke druge košarkaške nacije igraju mnogo brže od nas. Oni su nešto menjali u svim pravilima, pa neki nemaju aut, neki su na druge načine motivisali svoje timove da igraju brzo. Mislim da mi i dalje ne igramo dovoljno brzo i to je jedan od razloga zašto insistiramo i zašto ćemo insistirati na tome da posle primljenog koša i ofanzivnog i defanzivnog skoka budemo za tri sekunde na protivničkoj polovini i da napadamo u leđa i da probamo da u tih šest sekundi da rešavamo napad. Možda se to nekome ne sviđa i kazaće da je to divlja košarka.

Opet vam kažem, razlika je veoma tanka i mi se trudimo da na toj velikoj brzini analiziramo igru, tražimo dobra rešenja, prepoznavamo eventualni Missmatch, to eksploatišemo. Za mene je pametna igra ukoliko u tom velikom prostoru u igri 3 na 3 ili 4 na 4, ako smo doneli brzo loptu, a imamo dominantnog igrača 1 na 1, pošto imamo Avramovića, koji napravi prednost odmah iz 1 na 1 u prve tri sekunde, pa možda ne reši on, ali izbaci ekstra pas i imamo otvoren šut, za nas je to igra koju želimo. I, naravno, posle toga nije prošlo, želimo da budemo organizovani. To znači da imamo dobar spejsing, da imamo ideju kako napadamo, koga napadamo, zbog čega napadamo. I, naravno, ponovo dolazimo do onih poslednjih pet sekundi ili četiri sekunde, ako ništa nije prošlo, to je opet na igračima. To je moje lično mišljenje. Poslednjih pet sekundi ako imaš dominantnog igrača, daćemo mu loptu 1 na 1, on će da reši problem. Da bismo imali dominantnog igrača, to moramo da negujemo, da prepoznamo, da podržimo već od najranijih, pionirskih dana, da dopustimo igračima da budu lucidni, da se igraju košarke, da ne robujemo ni poredama ni sistemima i, da kažem, podržimo i neke greške. To je ono što mislim da je jako važno.

Još jednom hvala vam puno. Možda vam nešto od ovoga bude korisno u vašem radu, neka informacija ili nešto. Sigurno da sve ove vežbe koje smo probali da prođemo imate u svom plejbuku, da ih radite u svojim klubovima. Pokušao sam da vam prenesem ideju šta mi smatramo da je bitno i kako treba da nam igra ekipa. Ako ste videli nešto što vam se ne sviđa i mislite da nije dobro, to je isto dobro, zato služe ovakvi događaji. ●

Priredio: Vladeta Popović, viši košarkaški trener

