

TRENER

broj 113
oktobar 2022.
godina **XXVI**

magazin udruženja košarkaških trenera



**Legende
UKTS**

**Zoran Kovačić i Duško Vujošević
dobitnici nagrade za životno delo
„Slobodan Piva Ivković”**

MARINA MALJKOVIĆ

**Mi smo na
planiranom
putu**

MARKO ŽDERO

**Srbija je
najbolja
na svetu**



Evroliga: **Željko Obradović, KK Partizan**
Vlada Jovanović, KK Crvena Zvezda



Ako si košarkaški trener...



Najbolji dokaz o kvalitetu funkcionisanja Udruženja košarkaških trenera Srboje može se naći na stranicama našeg magazina *Trener*. Kažemo o kvalitetu, jer smo uglavnom u prilici da se, pored neophodnih stručnih tema, bavimo dešavanjima u našem udruženju, kako funkcionisanjem njegovih organa tako i svim akcijama. Uz veliki trud i zalaganje, očigledno je da iz godine u godinu, u svakoj akciji – podižemo lestvicu kvaliteta. To i jeste svrstalo UKTS kao uzor košarkaškoj Evropi, pa i šire. Tačnije, na svim meridianima gde se igra košarka, a ona ne može i bez trenera.

Međutim, i pored svega što se može pronaći i u ovom broju i čime se možemo ponositi, namera nam je da se osvrnemo, ako hoćemo da budemo dosledni, i na slabosti koje nas prate, a ima ih, nažalost, u najosetljivijem delu Udruženja, a to su sami treneri.

Otvaranjem brojnih košarkaških škola, akademija i prilagođavanjem gotovo svih fakulteta, put do diplome košarkaškog trenera postaje ne samo dostupniji nego čak i neopravdano lakši. Tako smo došli u situaciju da imamo hiperprodukciju košarkaških trenera. Samo po sebi to ne mora da zvuči loše, naprotiv. Ali, postoji i u ovom slučaju to nesrećno – ali.

Dobar broj tih, naročito mladih trenera samo u slučaju potrebe postaju članovi UKTS. Da bi neko postao član Udruženja, pored završene škole, mora se učlaniti, jer je članarina jedini izvor finansiranja Udruženja i svih akcija koje organizuje. Zatim, i mnogi koji izvrše tu statutaru obavezu, teško da su pročitali osnovni akt UKTS, a to su njegov statut i niz ostalih neophodnih pravilnika, odluka i sve ono što jedno ozbiljno udruženje mora, po zakonu, posedovati.

Podsetimo, osnovna aktivnost Udruženja je stručno usavršavanje svojih članova. Nažalost, dobar broj njih tu svoju i zakonom propisanu obavezu često ili ne izvršava, ili je odradi formalno.

Svako od naših trenera poznaje po nekoliko njih koji na Trenerske dane „Borivoje Cenić“ ili Kliniku „Dušan Ivković“ dođu da se upišu, uzmu trenerski paket, koji je, uzgred rečeno, poslednjih nekoliko godina – sve bogatiji, predavanja eminentnih trenerskih imena ili odslužaju delimično, ili hitaju na neke svoje „preče“ poslove.

Ponavljamo, mi u ovoj prilici govorimo o manjini, koja, naročito među novim trenerima, uzima maha. Među onima koji bi baš trebalo da porade nasvom stručnom usavršavanju, ali gde ima prostora i za doprinos daljem usponu Udruženja.

Udruženje trenera nije neka administrativna fikcija koja služi samoj sebi. Udruženje su njegovi članovi – košarkaški treneri.

Zato apelujemo: ako si košarkaški trener, onda to zaista budi. To je tvoje udruženje, o kome mora da brine svaki njegov član, jer nema ko drugi. Javi se ponekad u Udruženje i pitaj treba li nešto da se pomogne, i to naročito kada se organizuju ozbiljne akcije. Znamo u kakvim materijalnim uslovima živi najveći broj naših članova, ali neka te to ne sputa. Upravo zbog toga već preko 20 godina nije dizana visina članarina u Udruženju. Ako ne možeš da dođeš u Beograd, javi se sa idejom da se nešto organizuje u tvojoj sredini, jer Udruženje pokriva celu Srbiju. Napiši nešto za tvoj magazin *Trener*. Pohvali ili iskritikuj nešto. Pitaj svog predsednika regiona može li nešto da pomogne. Obrati se Upravnom odboru preko izuzetno aktivne kancelarije. Dođi na utakmice klubova ili reprezentacije, ne samo da bi ih gledao već da naučiš nešto, usavršiš svoje znanje. Znanje je jedini tvoj kapital koji držiš na sigurnom mestu i koji ti podiže ugled u sredini u kojoj radiš.

Biti košarkaški trener je časno zanimanje, kao i biti član Udruženja košarkaških trenera Srbije. ●

Prevaziđena i najoptimističnija očekivanja

Kako zbog velikog odziva trenera učesnika (oko 900), kvalitetnih predavača, tako i zbog odlične organizacije, Klinika je i ovoga puta u potpunosti opravdala očekivanja i ispunila svoju svrhu da na jednom mestu okupi ljude iz sveta košarke koji tokom dva dana druženja razmenjuju znanja o igri pod obručima

U z prisustvo eminentnih košarkaških stručnjaka iz zemlje i sveta 1. i 2. jula održana je 21. Beogradska košarkaška klinika, koja od ove godine nosi naziv „Dušan Duda Ivković“, po legendarnom treneru koji je ovaj trenerski seminar svojevremeno i osnovao.

Kako zbog velikog odziva trenera učesnika (oko 900), kvalitetnih predavača, tako i zbog odlične organizacije, Klinika je i ovoga puta u potpunosti opravdala očekivanja i ispunila svoju svrhu da na jednom mestu okupi ljude iz sveta košarke koji tokom dva dana druženja razmenjuju znanja o igri pod obručima.

Tako je prestižni seminar posle više od dve godine pauze zbog pandemije koronavirusa okupio više od 800 domaćih i stranih trenera u hali „Ranko Žeravica“ kako bi sticao i razmenjivao znanje o igri pod obručima od stručnjaka poput Etoresa Mesine, Izraela Gonzalesa, Dušana Alimpijevića i Džona Kaliparija.

Sam događaj otvorio je ministar omladine i sporta Vanja Udovičić nadahnutim rečima vrhunskog sportiste, a onda je usledila svečana dodela nagrada za životno delo „Slobodan Piva Ivković“, najvišeg priznanja koje dodeljuje Udruženje košarkaških trenera Srbije.

● Nagrade za životno delo

Proslavljeni košarkaški treneri Duško Vujošević i Zoran Kovačić Čivija dobitnici su nagrade za životno delo. Vujošević je s Partizanom osvojio čak 23 trofeja, od čega 12 titula nacionalnog i pet regionalnog šampiona, zatim i pet pehara namenjenih pobedniku nacionalnog kupa, kao i trofej međunarodnog Kupa Radivoja Koraća 1987. godine. Bio je juniorski prvak Evrope s reprezentacijom nekadašnje Jugoslavije, a pehar u Kupu osvojio je i s rumunskim Klužom. Dobitnik je i nagrade „Aleksandar Gomejski“ za najboljeg trenera Evrolige i prvi je stručnjak kome je to pošlo za rukom a da njegov tim nije postao šampion Evrope.

S druge strane, Zoran Kovačić proslavio se u radu u ženskoj košarci u Crvenoj zvezdi, posebno s mlađim kategorijama. Pet puta bio je prvak države sa seniorkama i osvajač šest nacionalnih kupova, dok je s mlađim kategorijama osvojio čak 18 titula šampiona. S našom seniorskom reprezentacijom osvojio je srebro na Evropskom prvenstvu i dva zlata na Balkanijadama, dok je s mlađim reprezentativnim selekcijama na svetskim i evropskim prvenstvima osvojio čak 13 medalja.





Trebalo bi istaći i to da su dosadašnji dobitnici nagrade za životno delo Udruženja košarkaških trenera Srbije legendarni stručnjaci: Aleksandar Nikolić, Nebojša Popović, Borislav Stanković, Radomir Šaper, Ranko Žeravica, Slobodan Ivković, Strahinja Alagić, Milan Vasojević, Dušan Alimpijević, Željko Obradović, Božidar Maljković, Svetislav Pešić, Borivoje Cenić, Borislav Ćorković i Vladislav Lučić.

● Zlatna plaketa

Kada je reč o nagradama, ovogodišnja klinika je prva na kojoj se dodeljuje Zlatna plaketa, a pored te nagrade, trenerima osvajačima domaćih takmičenja uručena su priznanja za postignute rezultate.

Zasluznim trenerima za doprinos i razvoj košarke u Srbiji dodeljena je Zlatna plaketa, a dobitnici su: Milovan Stepančić, Ratko Joksić, Ivan Tometić, Slobodan Janković, Luka Stančić, Želimir Gagić, Branislav Rajajić, Goran Miljković, Milovan Bogojević, Dragoljub Pljakić, Zdravko Kubat, Aleksandar Janjić, Milutin Pavlović, Boško Đokić, Božidar Mitrović, Branislav Milačić, Bratislav Đorđević, Vladislav Demšar, Laslo Ratgeber

● Priznanja za domaće trenere

Pored nagrada za životno delo, dodeljena su i tradicionalna priznanja za postignute rezultate i trenerima osvajačima domaćih takmičenja u sezoni 2021/22.

U ženskoj ligi treneri osvajači su: Ružica Karić, Nemanja Planojević, Dragiša Stamenković, Dušan Jovanović, Milan Ivanić i Dragan Vuković

U muškoj ligi dobitnici su: Dejan Pejić, Petar Radonjić, Milan Josić, Mihajlo Ilić, Milan Milojević, Veljko Ivanović, Dejan Ilić, Željko Gagrić, Vladimir Cvetković, Predrag Jakić, Igor Todorović, Nenad Petronić, Nebojša Vagić, Srećko Sekulović, Dejan Radonjić i Strajin Nedović.

Tokom dva dana Klinike prisutni su imali prilike da steknu nova znanja i razmene iskustva s trenerima koje

bi pozeleo svaki organizator ovakvih događaja u svetu: višestrukim osvajačem Evrolige Ettoreom Mesinom, trenerom Albe iz Berlina Izraelom Gonzalesom, trenerom godine u prošlosezonskom Evrokupu Dušanom Alimpijevićem, kao i legendarnim američkim stručnjakom sa Univerziteta Kentaki Džonom Kaliparijem, koji je šampion NCAA i trener s najviše draftovanih igrača za NBA.

Tema koje su za ovu priliku odabrali naši predavači:

1. Ettore Mesina: „Obrana s preuzimanjem i smanjivanjem (neutralizovanjem) mismatch situacija, Filozofija i taktika napada sa small ball postom“
2. Izrael Gonzales: „Slobodan napad na polovini terena, Obrana u tranziciji bez pravljenja faula“
3. Dušan Alimpijević: „Razvojni trening za različite tipove protivničke odbrane od pick end rolla“
4. Džon Kalipari: „Dribble drive offense“

Pored tradicionalnih predavanja, ove godine upriličena su i izlaganja dve kompanije na temu savremenih alata koji se koriste za skauting. Tako je našim trenerima obezbeđeno besplatno korišćenje programa XPS Network. Takođe, u sklopu „Trenerskog paketa“ svi treneri članovi UKTS su, pored programa za crtanje, na poklon dobili i knjigu „Košarkaška filozofija Dušana Ivkovića“, trenerski planer, novo, 112. izdanje magazina Trener, kao i majicu „adidas“.

O tome koliko je ova klinika značajna za trenere u zemlji i van nje pokazuje i to da je za više od 20 godina kroz nju prošlo preko 25.000 trenera koji su slušali predavanja skoro 100 najistaknutijih svetski poznatih trenera.

Shodno tome, i ovoga puta ispunjene su težnje da se pokriju svi aspekti košarkaškog treninga – od tehničkih elemenata preko taktičkih ideja do psihološke i fizičke pripreme igrača i ekipa, pa su predavanja o svim ovim temama prisutna na svakom izdanju ovog našeg najvećeg seminara.

DOBITNICI NAGRADE ZA ŽIVOTNO DELO „SLOBODAN – PIVA IVKOVIĆ“

Ova nagrada je najviše priznanje koje UKTS može dodeliti svojim članovima, koji time stiču košarkašku besmrtnost i nosi ime legendarnog Slobodana – Pive Ivkovića.

►1995.

- Ranko Žeravica
- Aleksandar Aca Nikolić
- Slobodan – Piva Ivković
- Borislav – Bora Stanković
- Nebojša Popović

►1998.

- Dušan – Duda Ivković

►1999.

- Želimir Željko Obradović

►2000.

- Milan – Ciga Vasojević

►2001.

- Svetislav Pešić

►2002.

- Borivoje Cenić

►2003.

- Strahinja-Braca Alagić

►2004.

- Vladislav Lučić

►2005.

- Božidar – Božo Maljković

►2007.

- Borislav-Reba Ćorković

►2008.

- Radomir Šaper

►2022.

- Zoran – Čivija Kovačić
- Duško Vujošević



ZLATNA PLAKETA ZA DOPRINOS I RAZVOJ KOŠARKE

- Milovan Stepančić
- Ratko Joksić
- Ivan Tometić
- Slobodan Janković
- Luka Stančić
- Želimir Gagić
- Branislav Rajačić
- Goran Miljković
- Milovan Bogojević
- Dragoljub Pljakić
- Zdravko Kubat
- Aleksandar Janjić
- Milutin Pavlović
- Boško Đokić
- Aco Petrović
- Branislav Milačić
- Bratislav Đorđević
- Ladislav Demšar
- Laslo Ratgeber
- Vlade Đurović

Na kraju, svaki od ovih uglednih trenera rado se odzvao našoj molbi da iznese svoje viđenje ove klinike.

● Ettore Mesina: „Duda je imao ogroman uticaj na sve nas“

Pored mnoštva uglednih zvanica, eminentni gost bio je i proslavljeni italijanski strateg i aktuelni trener Olimpije iz Milana Ettore Mesina, koji je za magazin Trener izneo svoje utiske o samoj klinici, a govorio je i o ostalim aktuelnim košarkaškim temama. Trofejni trener prisetio se lika i dela legendarnog Dušana Ivkovića.

– Veliko poštovanje za Dudu, imao je veliku harizmu i ogroman uticaj na sve nas. Njegovo prisustvo je samo po sebi bilo značajno, ali najviše ga pamtim po njegovoj pojavi, koja je plenila, i uticaju koji je imao na sve košarkaške aktere – rekao je Mesina i dodao:

– Kao trener uvek imam uspomene na poraze, te uspomene duže traju, uspomene na pobeđe su kraćeg roka. Sećam se svih poraza.

Kao jako mladi ste počeli trenersku karijeru, gotovo kao tinejdžer, koliko je danas mladim trenerima teško da postanu neki novi Obradović ili neki novi Mesina?

– Treba da imate sreću da imate nekog ko će vam dati šansu, jer bez obzira na to koliko ste dobri i talentovni, uvek je najvažnije da vam neko pruži šansu. Imao sam sreću da sam veoma mlad dobio priliku da budem asistent u Bolonji, bio sam za 33 godine selektor reprezentacije Italije. Ali da sam ja u to vreme mogao da odlučujem, ne bih sebi dao prilike koje su meni tada date.

Mesina je prokomentarisao i aktuelni sukob FIBA i Evrolige, koji se odražava na reprezentacije, što se posebno vidi u FIBA prozorima.

– Da, vrlo komplikovana situacija, već sam rekao i ranije da sve strane moraju da sednu, popuste svoje tvrdokorne statove i pronađu harmonično rešenje i raspored. Na primer, igrači koji su igrali finalnu seriju u Italiji, a to je šest utakmica u 11 dana, nedelju dana posle već igraju za nacionalni tim. Te stvari nisu dobre – konstatovalo je Mesina.

● Džon Vinsent Kalipari: „Srpski košarkaši imaju veštinu“

Popularni „stvaralac igrača milionera“ jedan je od onih trenera potpuno posvećenih poslu kojim se bave. Džon Vinsent Kalipari jedno je od najvećih imena u svetu košarke. Slavni trener vodio je NBA timove Nju Džerzi Nets i Memfis, bio je asistent u Filadelfija Seventisiksersima, a najviše se istakao u koledž košarci, u kojoj ima status legende.

O medaljama, nagradama i individualnim priznanjima koje je osvajao ne bi trebalo preterano trošiti reči. Dovoljno je reći da su u znak zahvalnosti za sve što je uradio na Univerzitetu Masačusets 21. septembra 2021. godine otkrili njegovu bistu u kampusu.

Tako popularni Kouč Kal za magazin Trener otkriva svoje utiske s predavanja u glavnom gradu Srbije.

– Boravak u Beogradu je neverovatno iskustvo. Grad je neverovatan. Slušao sam trenera Mesinu, Gongzalesa i ostale trenere. Video sam sve njih u akciji i govo-



riji smo o košarci. Nadam se da činimo ovu igru boljom. I sam sam naučio mnogo o FIBA košarci kada sam bio selektor nacionalnog tima Dominikanske Republike tokom dve godine.

Kalipari ceni košarku sa ovih prostora, posebno trenere.

– Cenim vaše trenere i igrače. Košarka znači nešto u ovoj zemlji. Vaši igrači u NBA, kako su oni naučeni... Važno je šta donose sa sobom, a mnogo zavisi od trenera.

Upravo je to i razlog uspeha srpskih košarkaša u najjačoj ligi sveta. S godinama se menjaju prioriteta, a Kalipari objašnjava na koji način.

– Srpski košarkaši u NBA ligi donose veštinu. Pre dvadeset godina je bila visina, pre deset godina atletizam, sada je veština ta koja caruje (King is skill). Zna li zašto? Ti momci imaju atletizam, Jokić ne potpuno, ali ima. Takođe, ima i veličinu i veštinu. U tome je sve.

Da podsetimo, tokom karijere u univerzitetskoj košarci 52 igrača koje je on trenirao su draftovana, a za 11 godina u Kentakiju proizveo je tri prva pika, 31 pika prve runde. Imena Derika Rouza, Džona Vola, Antonija Dejvsa i Karla Antonija Taunsa vezuju se upravo za njega jer su svi njegovi prvi pikovi na draftu.

● Izrael Gonzales:

„Ovo je jedna od najvažnijih klinika u Evropi“

Trener Albe iz Berlina Izrael Gonzales predstavio se trenerima u Srbiji, a za magazin Trener je odmah istakao koliko mu je važno što je posetio glavni grad Srbije.

– Ovo je jedna od najvažnijih košarkaških klinika u Evropi. Za mene je čast što sam ovde i veoma sam bio iznenađen kada sam dobio poziv da dođem. Osećam se jako lepo ovde, sve je lepo organizovano. Sve ovo je važno za košarku, kao i za pomoć trenerima u njihovim karijerama.

Naravno, i Gonzales je podelio svoje utiske o velikom Dudi Ivkoviću.

– On je bio jedan od najvećih trenera Evrope. Sećam se kada je osvojio Evroligu drugi put sa Olimpijakosom, svi njegovi igrači su skakali, a on je ostao smiren. To je slika koja mi je ostala. Tu možete videti kakav je on bio trener.

Mnogi treneri Evrope i sveta imali su uzore u srpskim trenerima i pratili su košarku sa ovih prostora. Takav je slučaj i sa Gonzalesom.

– Na početku, ranije, kada vidite reprezentaciju Srbije kako igra slobodno, sa odbranom, prodorima, video sam neverovatnu veštinu. Takođe, vođeni su dobrim trenerima. Željko je jedan od najvećih trenera Evrope, tu je i Saša Đorđević, kao i Saša Obradović.

I ove sezone Alba će igrati Evroligu, s tim da će mnogo češće morati u Beograd jer će i Partizan i Crvena zvezda igrati isto takmičenje.

– Biće teško. Okruženje i navijači.... Kada god igram ovde, uvek je ludo i teško igrati protiv vaših timova, koji imaju odlične igrače. A protiv koga će biti teže? Protiv oba tima.

Za kraj razgovora trener Albe je otkrio šta mu se najviše dopada u glavnom gradu Srbije i koji savet bi dao mladim trenerima.

– Možete da jedete neverovatno, Posetio sam i zamak gde je legendarni teren, teren na kom je sve počelo. A savet za trenere je: Pokušajte da napredujete i da učinite i sebe i igrače boljim.



● Dušan Alimpijević:

„Čast je biti Srbin na srpskoj klinici“

Trener Burse Dušan Alimpijević održao je predavanje na temu „Razvojni trening za različite tipove protivničke odbrane od pick and rolla“.

U razgovoru za magazin Trener govorio je o Klinici, Dušanu Ivkoviću, ali i Bursi, s kojom je prošle sezone postigao istorijski rezultat.

– Znači mi izuzetno, rekao sam organizatoru, biti na beogradskoj klinici, koja nosi ime jednog od najvećih trenera koji su se ikada pojavili na našim prostora i jednog od tvorca ove klinike. Ona je i jedna od najvećih u Evropi. Biti Srbin na srpskoj klinici, to sve predstavlja veliku čast.

– Imamo zaista dosta dobrih trenera, srpska trenerska škola je nešto što je prepoznatljivo u čitavom svetu, ponosan sam što, gde god da se pojavim kao Srbin, svi znaju sva ova imena. Nezahvalno je nabrajati ih sve, toliko je velikih trenera koji su promenili ovu trenersku školu da bi bilo neukusno da izostavim bilo koga.

Alimpijević je prokomentarisao i sezonu iz snova s Bursom.

– Pričali smo mnogo puta o tome, to je sada već prošlost, to se već zove prošla sezona. Navijači su se vratili, to je odlično, oni su temperamentni, mi smo kao klub temperamentni, to je savršeni spoj. ●



Izrael Gonzales:

Ovo je jedna od najvažnijih košarkaških klinika u Evropi. Za mene je čast što sam ovde i veoma sam bio iznenađen kada sam dobio poziv da dođem. Osećam se jako lepo ovde, sve je lepo organizovano. Sve ovo je važno za košarku, kao i za pomoć trenerima u njihovim karijerama

Dušan Alimpijević:

Znači mi izuzetno, rekao sam organizatoru, biti na beogradskoj klinici, koja nosi ime jednog od najvećih trenera koji su se ikada pojavili na našim prostora i jednog od tvorca ove klinike. Ona je i jedna od najvećih u Evropi. Biti Srbin na srpskoj klinici, to sve predstavlja veliku čast

Sve je išlo planiranim putem

- Ostaje žal, naravno, što ne idemo dalje. Ali tu je i to veliko osećanje da si postigao cilj, da si uradio stvari koje si želeo od početka. Čak i više od toga. Bila sam i ranije zadovoljna i srećna, ali ovo mi je nekako leglo, onako najiskrenije, iz srca, sve lepo. Išlo je nekim normalnim putem. I pobeđe i porazi. Prošlo kroz jako lepu energiju, kroz logičan tok. Bez ikakvih turbulencija. Sve je išlo onako da se čovek oseća dobro. To je osećaj ispunjenosti, jer smo stvarno odradili najbolje što smo mogli.

Da vidimo šta smo mi to radili ova tri meseca. Da vidimo neke nove devojke kako preuzimaju važnije uloge. Da vidimo njih. Više puta je ovo tokom priprema za Svetsko prvenstvo u Sidneju kao najvažniji cilj na tom takmičenju isticala Marina Maljković, selektorka ženske reprezentacije Srbije.

U tom kontekstu, poslužila se i sjajnom metaforom da objasni put koji je neka nova generacija srpskih košarkašica prošla do Sidneja.

- Ako je kvalifikacioni turnir u februaru bio njihova mala matura, pa ova tri meseca priprema nekakva velika matura, onda je Svetsko prvenstvo kao upis na fakultet. A znate koliko još treba da se radi kada tek upišete fakultet - rekla je Maljkovićeva pred put u Sidnej.

Prateći tu analogiju, sada možemo reći da je taj novi tim Srbije već u Sidneju na neki način „diplomirao“. Ostvario je tri pobeđe u grupi.

Prvo je sebi krila dao trijumfom nad Japanom, aktuelnim olimpijskim vicešampionom. Protiv Malija je obezbedio četvrtfinale, a protiv Francuske potvrdio da je na dobrom putu. Kanada i Australija su u ovom trenutku - to se mora priznati - jače od našeg tima. Možda ne talentovanije, ali fizički ipak dosta jače. To se jasno videlo na terenu i na kraju je napravilo razliku.

Kao i Amerika. Ona je, tačnije, jača od svih. A voljom žreba svetski i olimpijski šampion je bio protivnik Srbije već u četvrtfinalu.

I dok su mnogi proklinjali sreću, koja prilikom izvlačenja kuglica nije bila na strani našeg tima, selektorka Maljković kaže da je baš tako trebalo da bude.

- Da, morala je Amerika! I to baš ništa ne kviri. Definitivno je to morao da bude poslednji test za ovaj tim. Neka poslednja škola. Sigurna sam da ćemo na prvom sle-

dećoj utakmici protiv SAD, igrati više od tih 20 minuta, koliko je u Sidneju bilo neke kvalitetne igre. Zato je bolje što je bilo ovako. Već sam to rekla - put je išao baš kako je trebalo. I Kanada, pa ta velika pobeđa protiv Japana. Pa Mali, obezbeđeno četvrtfinale, pa Francuska. Na kraju i Amerika.

Naravno, to nije moralo ni da se pomini.

- Ostaje žal, naravno, što ne idemo dalje. Ali tu je i to veliko osećanje da si postigao cilj, da si uradio stvari koje si želeo od početka. Čak i više od toga. Bila sam i ranije zadovoljna i srećna, ali ovo mi je nekako leglo, onako najiskrenije, iz srca, sve lepo. Išlo je nekim normalnim putem. I pobeđe i porazi. Prošlo kroz jako lepu energiju, kroz logičan tok. Bez ikakvih turbulencija. Sve je išlo onako da se čovek oseća dobro. To je osećaj ispunjenosti, jer smo stvarno odradili najbolje što smo mogli.

Već posle Olimpijskih igara u Tokiju, kada su se od reprezentacije oprostila dva lidera ove generacije - Sonja Vasić i Jelena Bruks, bilo je jasno da Srbija kreće u neku novu priču. Međutim, ta planirana smena generacija pretvorila se i u dosta iznudenu. Iz različitih razloga u Sidneju nisu bile ni Ana Dabović ni Aleksandra Crvendakić, što jeste bio ozbiljan udarac za ovaj tim. Baš kao i odsustvo dve mlađe, koje je trebalo da sada stupe na scenu i preuzmu odgovornost. Međutim, zbog povreda tu nisu bile ni Anđela Dugalić ni Maša Janković.

Međutim, posle svega moglo je da se zaključi da su mlađe hrabro stupile na veliku scenu. Pre svih Jovana Nogić i Ivana Raca. One su već u Sidneju pokazale da su spremne da preuzmu i ozbiljnije uloge.

- Nemam ja tu šta mnogo da dodam, da pričam. Videlo se sve. Videlo se i koliko imam poverenja u sve njih. Može da se kaže da su se devojke više nego brzo snašle na ovako velikoj sceni, na tako zahtevne stvari koje se od njih traže. Sada je važno da one ovo nastave i u svojim klubovima.

Iako se uglavnom pominjalo to kako su mlađe preuzele važnije uloge, i za one iskusnije sve je bilo novo. O tome je govorila i selektorka.

- Ni njima nije bilo lako. One su ranije imale neke sasvim drugačije uloge i ovog leta su morale pod hitno sve da promene. Da se s mesta broj sedam ili osam pređe na mesto broj dva. To je mnogo, mnogo teško. Da sa pozicije pet ili šest postaneš kapiten. A da pritom pomažeš treneru da vodi grupu devojaka za koje je ovo Svetsko prvenstvo nešto što pre nikada nisu videle. Nije nimalo lako. I sigurna sam da će svaki naredni put to biti znatno lakše jer su i prošle sve ovo.

Ali koliko je pokazalo kojim putem treba dalje i probudilo optimizam pred sledeće akcije, ovo Svetsko prvenstvo je jasno ukazalo i na neke slabosti našeg tima. Recimo - nedostatak pravog plejmejкера, zbog čega je Ivon Anderson igrala skoro bez izmene. Na kraju takmičenja po grupama bila je igračica koja je najviše vreme-



ČEKA NAS SPECIFIČNA GODINA

I tokom takmičenja u Sidneju selektorka Maljković je imala zanimljivo zapažanje. Uz sve pohvale organizatoru na savršenom takmičenju, u superlativima je pričala i o kvalitetu košarke. Međutim, smatra da bi mogao da bude još veći. Nije – zbog kalendara takmičenja.

– Neke devojke iz VNBA su stigle pravo u Sidnej. Tačnije – iz klupske sezone u Evropi otišle su u VNBA, odatle pravo u reprezentacije... Ove godine je raspored takav da je uticao na njihovu svežinu i nismo ih videli u najboljem svetlu. Jako mi je žao zbog toga.

Da li to znači da smatra da je potrebno promeniti datum Svetkog prvenstva, upitana je.

– Postoje pametni ljudi koji o tome misle, sigurna sam da će naći rešenje. Uostalom, ovo je prvi put da se tako nešto dešava zbog novog pravila VNBA. Inače je organizacija takmičenja savršena, kvalitet igre visok, dosta publike...

A isto pravilo VNBA – prema kome igraciće moraju da budu u SAD najkasnije 1. maja – uticaće i na predstojeće Evropsko prvenstvo.

– Specifična godina je pred nama. Baš me zanima kako će da izgleda cela ova sezona. Prvi put je ovako, ima mnogo nepoznanica u smislu da je prvi put to VNBA pravilo. Šta će tu da bude? Ko će tu da bude u reprezentacijama? Čeka nas užasno turbulentna godina kada je ženska košarka u pitanju – kaže selektorka.



na provela na terenu, u svih 12 ekipa. Zbog toga je čak i Katarina Zec morala da igra plejmejker, iako to nikad nije ni bila.

Na tu temu selektorka Maljković je dodala:

– Osim što nismo imali plejmejker koji može da zameni Ivon, nedostajala nam je i četvorka koja otvara, koja šutira. Uopšte nije bilo lako krpiti se. Posebno jer smo u prošlosti uvek imali bar dva ubedljiva plejmejker. Da ne kažem i tri. Da ne pričam o tome da smo uvek imali četvorke koje su mogle da igraju i licem i leđima, koje su pravi šuteri, gde su ranije bile Jelena, Sonja, Pejđž, Crvendakić... Sada smo zbog toga mnogo problema imali. Svašta je tu bilo. Raznih adaptacija, promena pozicija. Ali devojke su nesebično prihvatale sve. Svako je radio ono što je morao.

Zbog svega toga, ali i zbog mnogo toga drugog, selektorka nije krila koliko je ponosna na svoj tim.



– Zaista, svaka im čast. Pre svega, tokom ovog leta su više puta pokazale koliko su dobri drugari. U njihovim međusobnim odnosima, pa prema stručnom štabu, na kraju i prema navijačima, novinarima... Sve je išlo onako kako treba. Naravno da nismo srećni što smo izgubili od Kanade ili Australije. Ali nekako je sve to išlo kako treba.

Selektorka se zatim vratila na taj put i podsetila:

– Izgubili smo prvu utakmicu, onda smo dobili veliki tim Japana, koji je posle tog poraza bio u velikom šoku. Posle toga smo izgubili od domaćina Australije, te igraciće su jednostavno u ovom trenutku prejake za nas. Zatim, kada je bio stravičan presing da se uđe u četvrtfinale, pobedili smo Mali, da bi u utakmici protiv Francuske devojke apsolutno potvrdile koliko vrede, u smislu svog karaktera, u smislu toga od čega su satkane. Da žele da pokažu da i njihova generacija može da pobeđuje tu Francusku. Da mora da pobeđuje tu Francusku. Da je mentalitet ovog tima da se non-stop mora pobeđivati. Da je ta glad za pobedom ušla u njih. Zato i kažem da je ceo taj put veoma važan. Samim plasmanom u četvrtfinale ostvarile smo nešto veliko. Znae, posle tri meseca zajedničkog rada mi smo u osam najboljih na svetu.

Preciznije – reprezentacija Srbije je u konačnom plasmanu završila kao šesta, sa istim skorom kao petoplasirana Belgija, ali s lošijom koš-razlikom.

Posle svega, selektorka Maljković je imala jednu želju:

– Volela bih da Srbija počne da prati i ove nove devojke. Nadam se da su ljudi shvatili da će ženska košarkaška reprezentacija, s nekim novim licima, pokazivati lepe stvari u budućnosti.

Šta je u ovoj „velikoj školi“ naučio, naš tim će imati priliku da pokaže već u novembarskom prozoru kvalifikacija za Evropsko prvenstvo 2023, kada nas čeka utakmica protiv Bugarske.

Pre svega – to će biti mnogo zreliji tim.

– Verujem da hoće. Priča nije završena. One još moraju da uče. Ne bi valjalo da one sad u svojim klubovima ovo ne nastave. To bi bilo loše i u tom slučaju imaćemo probleme već u novembru. Zato ćemo se truditi da imamo zaista kvalitetan kontakt s njima i da im, koliko god možemo, pomognemo da se ovaj lepi talas nastavi. Onda će reprezentacija u novembru i februaru imati koristi od toga. U suprotnom, imaćemo probleme. ●

Biljana Kostreš

SRBIJA NA SP

Za reprezentaciju Srbije na Svetskom prvenstvu igrace su: Ivana Raca, Saša Čađo, Nevena Jovanović, Ivon Anderson, Dragana Stanković, Jovana Nogić, Kristina Topuzović, Maja Škorić, Tina Krajišnik, Ivana Katanić, Katarina Zec i Mina Đorđević. Uz selektorku Marinu Maljković, u stručnom štabu bili su i njeni asistenti: Ljubica Drljača, Dajana Butulija i Filip Benčić. Fizioterapeuti Aleksandar Jovanović i Mirko Aleksić, doktor Suzana Milutinović, kao i osteopata Fabris Osera.

PRAVIMO I TRENERE

Selektorka je veliku zahvalnost uputila i svojim saradnicima.

– Kad se nešto završi, treba da pohvalim i rad celog stručnog štaba. Da podsetim da je formiran nov stručni štab. Da se uporedo i svuda, od mojih instituta i pokreta, pa do reprezentacije, stalno prave novi treneri. Kao i novi igrači. Skroz je krenula cela rekonstrukcija, potpuno novi stručni štabovi, zajedno sa onim iz mlade reprezentacije. Sve ovo njeno zadovoljstvo čini još potpunijim.

– Treneri napreduju, pravimo nešto potpuno jednako. Kao što pravimo za te devojke, tako i od tih trenera za budućnost Srbije.

Novi-stari evropski košarkaški poredak

Novo je da je šampion Evrope Španija, a „staro“ to da je reč o reprezentaciji koja je aktuelni prvak sveta. Novi su osvajači ostalih medalja: srebro je otišlo u Francusku, a Nemačkoj je pripala bronza

Svi mi koji nismo u ekipi i stručnom štabu reprezentacije imali smo prava i na nerealna očekivanja. To je ljudski i gotovo neizbežno. Nije korektno posle svega biti nerealan i čak nedobronameran u „analizi“ neuspeha. To neće pomoći našoj košarki. To je gorak ukus koji smo osetili posle poraza od Italijana, koji takvu utakmicu teško da više ikada mogu ponoviti, što se vrlo brzo pokazalo. Sve je to sport i igra, jer kada bi se sve odvijalo po prognozama kladioničara i navijača, onda celo takmičenje ne bi imalo nimalo draži ni sportskog uzbuđenja. Nije se gotovo nikad, a pamtim dugo, desilo da neki od naših trenera za neuspeh ekipe nije preuzeo odgovornost na sebe i zaštitio igrače. To je učinio na sebi svostven način i naš legendarni trener Svetislav Pešić. Međuti, nažalost, nekima je ovaj, slažemo se neuspeh, gotovo dobrodošao da odmah naprave čitavu listu krivaca kako bi, valjda, preporučili sebe kao spasioce naše košarke.

Serđo Skariolo, trener španske reprezentacije, iznenadio je sve najpre bitno podmlađenim timom, a potom i osvajanjem titule evropskog prvaka na šampionatu na kome su neke velike ekipe – među njima je, nažalost, i Srbija – potonule, a pojavile se neke koje dosad nisu igrale bitnu ulogu na kontinentalnim prvenstvima

Novo je da je šampion Evrope Španija, a „staro“ to da je reč o reprezentaciji koja je aktuelni prvak sveta. Novi su osvajači ostalih medalja: srebro je otišlo u Francusku, a Nemačkoj je pripala bronza. Da podsetimo, na poslednjem Evropskom prvenstvu, koje je 2017. održano u Turskoj, medalje su bile ovako raspodeljene:

Slovenija zlato, Srbija srebro, Španija bronza (četvrta je bila Rusija).

Nema sumnje, i tu se slažu brojni stručnjaci, da je najzaslužniji za špansku titulu trener Serđo Skariolo, Italijan čiji otac je rođen u Zadru, autentičnom gradu košarke. Skariolo je napravio pravo čudo jer je na šampionat čija je završnica bila u Berlinu doveo tim u kome su bila samo tri igrača koja su 2019. osvojila titulu svetskih prvaka: braća Vili i Huančo Ernangomez i kapiten Rudi Fernandez. Ukazao je poverenje mladima, pa je, na primer, 21-godišnji Haime Padilja odigrao sve utakmice na Evrobasketu s prosekom 15 minuta na parketu.

Koliki je podvig napravio Skariolo, može se najlakše videti iz spiska onih koji su nedostajali: Serhio Ljulj, Riki Rubio, Nikola Mirotić, Mark Gasol, Viktor Klaver, Pau Ribas, Serž Ibaka, Čačo Rodriges... Uprkos protivljenju domaće javnosti, ključeve igre dao je u ruke naturalizovanog Španca, zapravo nama dobro poznatog Amerikanca Lorenca Brauna. i nije pogrešio.

Skariolo je iskusan trener, bio je i prvi asistent u Toronto Reptorsima, s kojima je osvojio šampionski prsten u NBA ligi. Već sedam godina je selektor španske reprezentacije i svoje iskustvo uspešno primenjuje kakva god imena se u njoj nalazila. Grupnu fazu Španci su igrali na jedan način, početak eliminacione faze na drugi, a završnicu turnira na treći. Opcija je bilo mnogo, pogotovo defanzivnih. Sa čoveka na zonu, iz zone u kombinovanu odbranu... Jednostavno, njegovi protivnici nisu imali dovoljno vremena da se pripreme za ovoliko varijanti, pa se dešavalo da ne znaju koji napad da pozovu. Kao, na primer, Francuzi u finalu. Ili kao što je Nemačku u njenog





trenera gotovo šokirala Skariolova minijatura u polufinalu, kada su četiri čoveka igrala zonu, a Alberto Dijaz čoveka na Denisu Šrederu.

Koliko se u Španiji ozbiljno i temeljno radi, svedoči i sledeći podatak: njihove muške i ženske selekcije ove godine igrale su finala u apsolutno svim takmičenjima koje organizuje FIBA – evropskim i svetskim prvenstvima do 16, 17, 18 i 20 godina. Ovo u Berlinu je Špancima bilo deveto finale ovog leta! Dosad su osvojili četiri zlatne i pet srebrnih medalja!

Francuski trener Vensan Kole napravio je s „trikolo-

rima” korak više u odnosu na Svetsko prvenstvo 2019. u Kini. Tamo je Francuska bila bronzana (Argentina je osvojila drugo mesto), a sada su igrali relativno neravnopravno finale sa Španijom. Za razliku od svog kolege na španskoj klupi, Kole je izbegao da podmladi reprezentaciju i u odnosu na tim iz Kine napravio je samo prinudne izmene. Najviše je nedostajao Nando de Kolo, njegove zamene Albisi i Tarpi ipak nisu ni blizu tom nivou. Kole se dugo mučio da pronađe igru koja odgovara njegovom timu – u grupnoj fazi Francuzi su izgubili dve utakmice i malo ko je mogao predvideti da će stići do finala.

PEŠIĆ: NE ODUSTAJEM OD SVOJIH PRINCIPA

Posle završetka učešća reprezentacije Srbije na Evropskom prvenstvu selektor Svetislav Pešić je izneo svoje utiske:

– Svedoci smo da se izjednačuje kvalitet, da „male” košarkaške zemlje napreduju. Favoritima je sve teže da pobeđuju, a nisu izostala ni iznenađenja. Turnirski sistem takmičenja je surov i dovoljno je bilo da mi imamo nešto više od 10 „loših” minuta, pa da sav uloženi trud ostane bez nagrade u vidu plasmana koji smo svi mi, igrači, članovi stručnog štaba i ljudi iz Saveza očekivali. Ogromno je razočaranje naše i svi smo i dalje veoma tužni. Apsolutno sam svestan odgovornosti i razočaranja koje smo priredili našim navijačima.

– Suočavali smo se s povredama i bolestima, a neki igrači nisu ni otputovali na Evropsko prvenstvo. Turnir su propustili Bjelica, Avramović, Bogdanović, koji je morao da se podvrgne operaciji... Milutinov i Marinković nisu nastupali na nekoliko utakmica zbog bolesti, a Nedović je zbog povrede prerano završio svoje učešće na EP. Međutim, i pored svih poteškoća, ekipa je rasla iz utakmice u utakmicu, pokazala karakter, postojanost i preuzela apsolutnu odgovornost ne tražeći bilo kakve izgovore i opravdanja.

– Za veoma kratko vreme obavljen je ogroman posao, uspostavljen izgubljeni kontinuitet. Za vrhunske sportske rezultate, ne samo na reprezentativnom nivou, neophodni su iskustvo, znanje i kvalitet. Mi to sve imamo u Lučiću, Kaliniću, Nedoviću, Kuridži, kao i u Bjelici i Bogdanoviću, koji iz poznatih razloga nisu bili na prvenstvu. Jezgro reprezentacije čine igrači generacije rođene 1994. i 1995, koji su prošli sve reprezentativne selekcije: Jokić, Micić, Milutinov, Gudurić, Jaramaz, Davidovac, Ristić, Dobrić, Avramović, zatim Marinković i neki od kandidata iz kvalifikacionih prozora. Takođe, u dolasku je plejada novih mladih igrača koji treba da obezbede kontinuitet: Simanić, Petrušev, Pokuševski, Koprivica, Smailagić, Trifunović, Jović, Đurišić...

– Nikada neću odustati od svojih principa, načina selektiranja, izbora igrača i svojih saradnika. Analiziraću i biću uvek spreman da prihvatim i različita mišljenja i predloge, ali ću ostati veran ljudima čiji je cilj isključivo košarka – rekao je Pešić.

PLASMAN

Prvenstvo Evrope održano je u Pragu, Kelnu, Milanu, Tbilisiju i Berlinu. Konačan plasman ekipa: 1. Španija, 2. Francuska. 3.

Nemačka, 4. Poljska, od 5. do 8. mesta Grčka, Slovenija, Finska, Italija, od 9. do 16. mesta Srbija, Turska, Ukrajina, Hrvatska, Crna Gora, Belgija, Litvanija, Češka, od 17. do 24. mesta Izrael, Bosna i Hercegovina, Estonija, Bugarska, Gruzija, Holandija, Mađarska, Velika Britanija.

MVP ovog Evrobasketa je Vili Ernangomez (Španija). Najbolju petorku čine: Lorenzo Braun (Španija), Denis Šreder (Nemačka), Janis Adetokumbo (Grčka), Vili Ernangomez (Španija) i Rudi Gober (Francuska).

NAJBOLJI TRENER

Serđo Skariolo je najbolji trener šampionata i tu dileme nema. Čovek koji iza sebe ima riznicu medalja i pehara savršeno je racionalan i odbacuje svoj ego kako bi pomogao timu. Daje poverenje igračima, konsultuje se s pomoćnicima i daje im autoritet, hrabri svoj tim, sluša ga, podstiče zajedništvo. Nagrada za to je zlatna medalja.

Skariolo je iskusan trener, bio je i prvi asistent u Toronto Reptorsima, s kojima je osvojio šampionski prsten u NBA ligi. Već sedam godina je selektor španske reprezentacije i svoje iskustvo uspešno primenjuje kakva god imena se u njoj nalazila

NIKO KAO JOKIĆ

U grupnoj fazi Srbija je pobedila Holandiju 100:76, Češku 81:68, Finsku 100:70, Izrael 89:78 i Poljsku 96:69, a u osmini finala je poražena od Italije 94:86. Štose statistike tiče, Nikola Jokić je bio najefikasniji u našoj selekciji sa prosekom 21,7 poena po utakmici, ispred Vasilija Micića (14,8) i Nikole Kalinića (11,0). Micić je imao najviše asistencija – 7,5 u proseku, sledi Jokić sa 4,3 i Kalinić 2,7. Jokić je bio najbolji skakač s prosekom 10 uhvaćenih lopti, drugi je Kalinić (3,5) a treći Micić (3,2).

DANILOVIĆ: LEPOTA I SUROVOST SPORTA

Predsednik Košarkaškog saveza Srbije Predrag Danilović izjavio je u vezi sa učešćem reprezentacije na Evropskom prvenstvu između ostalog:

– Rezultat koji je na Evropskom prvenstvu ostvaren predstavlja neuspeh. Sigurno je igračima eliminacija najteže pala, zatim stručnom štabu, pa tek onda svima nama. Neću ništa novo reći ako ponovim da veliki deo lepote i surovosti sporta staju u jednu reč, a to je neizvesnost. Posle niza jako dobrih utakmica ovog leta došlo je tih desetak kobnih minuta protiv Italije i turnir je za nas bio gotov. Ovog puta nismo uspeali, ali verujem da će ova ekipa, ukoliko bude nastavila da se okuplja i dodatno uigrava, doneti našoj zemlji uspehe za ponos.

Reprezentacija Srbije završila je takmičenje u osmini finala posle poraza od Italije. Srbija se oprostila od Evrobasketa u ranoj fazi, zajedno sa ekipama Belgije, Ukrajine, Turske, Hrvatske, Litvanije, Češke i Crne Gore, koje su takođe poražene u osmini finala

**● Učinak i utisak Srbije**

A sada o nama. Pre početka šampionata najbrojnije su bile prognoze da će finale igrati Slovenija, prvak Evrope 2017, i njen tadašnji protivnik u istanbulskom finalu – Srbija. Slovenija je zaustavljena u četvrtfinalu od Poljske, i to je jedno od najvećih iznenađenja na poslednjih nekoliko evropskih šampionata. S te utakmice ostaće u sećanju bes nemoćnog Luke Dončića, kao i tripl-dabl Mateuša Ponitke, kapitena Poljske.

Reprezentacija Srbije završila je takmičenje u osmini finala posle poraza od Italije. Srbija se oprostila od Evrobasketa u ranoj fazi, zajedno sa ekipama Belgije, Ukrajine, Turske, Hrvatske, Litvanije, Češke i Crne Gore, koje su takođe poražene u osmini finala.

U konačnom učinku naše reprezentacije malo je vredelo sjajno izdanje u grupnoj fazi, kad je zabeleženo svih pet pobjeda. Štaviše, naš tim je delovao moćno i autorativno, odbrana je funkcionisala izvanredno, a u napadu je briljirao Nikola Jokić. Teško je reći koju je utakmicu Srbija bolje odigrala: protiv Holandije, Izraela, Češke, Finske ili Poljske. Pet pobjeda sa koš-razlikom + 105 (466-361) nagoveštavalo je nešto veliko...

Sve se srušilo za samo desetak minuta na utakmici sa Italijom. „Azuri“ su bili od starta motivisaniji i spremniji za borbu u kojoj neće štedeti sebe. Italijani su nas bukvalno ubijali trojkama – 42,1 odsto (16 od 38). Čak su šutirali neuporedivo više trojki nego dvojki (29), ali kad su videli da im sve ulazi – što da ne nastave. Najbrutalniji u tome bio je Marko Spisu, ključni čovek ove utakmice. Za 32 minuta u igri postigao je šest trojki (iz devet pokušaja).

Ono što smo hvalili na prethodnih pet utakmica naše reprezentacije ovaj put ispostavilo se kao najveći hendikep. Nikola Jokić je bio čovek-tim, bio je to i protiv Italije, ali morao je još neko pored njega da povuče. Takvog, nažalost, nije bilo.

Interesantno je da je Srbija lako došla do dvocifrenog vođstva, 20:9 već u 6. minutu. Međutim, vrlo brzo je isplivala naša najveća slabost na ovoj utakmici – od-

VLADU ĐUROVIĆ: DVOJICA NISU DOVOLJNA!

– Vrlo neobičan turnir s mnogo iznenađujućih rezultata. Svi najveći favoriti za medalje su ispali pre polufinala, a gledali smo mnogo zanimljivih utakmica. Srbija je bila uverljiva u najlakšoj grupi, u kojoj su uglavnom bile reprezentacije druge, ili čak treće evropske klase. Naravno, stvorila se euforija, svi su samo pričali o tome kako ćemo biti prvaci. "Imamo Jokića, imamo Micića, dovoljno je", govorili su mnogi u Srbiji. E pa, nije dovoljno. Možda bi bilo dovoljno da su tu bili Bogdan Bogdanović i Bjelica, ali i tada bi bilo upitno koju bi medalju uzeli i pitanje je da li bi je i s njima uopšte uzeli – mišljenje je poznatog trenera Vlade Đurovića.

– Kod Srbije je u pitanju nedostatak kvaliteta. Čim bi iz igre izašao neko od dvojica Jokić i Micić, bilo bi jasno da nam igra trpi i da to nije to. Previše imamo pomoćnih igrača, a premalo glavnih. Svaka ekipa mora imati te pomoćne igrače, ali ključ uspeha su glavni protagonisti, a njih treba biti barem tri-četiri. Dvojica nisu dovoljna.

VLADISLAV LALE LUČIĆ: NEOČEKIVANO FINALE

Dobitnik nagrade za životno delo Udruženja košarkaških trenera Srbije, trener brojnih klubova Vladislav Lale Lučić izneo je analizu Evrobasketa:

– Na početku takmičenja izgledalo je da ćemo u finalu gledati duel Srbija – Slovenija, a dobili smo neočekivano Španiju i Francusku. Zaslužno potpuno. Bilo je iznenađenja, poput pobeđe Poljaka. Mi smo svi, što je i normalno, verovali da naš tim, koji ima dva najbolja igrača, jednog u Evropi, a drugog u Americi, može da ispuni naša očekivanja. Međutim, ovo je sport, a tu su sva iznenađenja moguća. Sad je lako iz ove perspektive kritikovati. Voleo sam da kažem mojim prijateljima i neprijateljima: „Molim te, nemoj posle utakmice da mi govoriš šta nije valjalo, nego dođi pre utakmice i objasni mi kako možemo da pobedimo.“

– Naš neuspeh je dublji. Evo, nedavno je proslavljen veliki „uspeh“ naše kadetske reprezentacije, koja je osvojila prvo mesto, ali u evropskoj B grupi. To se nikad ranije nije dešavalo, mi smo imali šampione Evrope i proizvodili smo mnogo igrača. Mislim da je to srž svega dokle smo došli. Dovoljno je da budemo bez jednog ili dva igrača, pa da izgubimo od prosečnih ekipa, poput Belgije, što se nikad nije dešavalo. Tu treba tražiti razloge našeg neuspeha na Evrobasketu. Po meni je rad s mladima rešenje za svaki tim. Danas je došlo vreme da uzmeš jednog plejmejкера i jednog centra, i već imaš pola tima. A mi smo to imali. Najboljeg plejmejкера i najboljeg centra. Zato se vraćam radu s juniorima, jer on je najvažniji.

– Na ovom šampionatu data je šansa takozvanim malim ekipama i one su je iskoristile. Floskula je svi danas igraju košarku... Pa, svi su je igrali i ranijih godina, ali se uvek znalo gde je mesto Srbije i gde je mesto ekipa sa ovih prostora. Na primer, Hrvatska je na EP imala sjajan tim, pa je doživela neuspeh. Slovenija je izrabljivala Dončića dok nije pao i izgubila je najvažniju utakmicu. Mislim da je ovo razočaravajuće za reprezentacije koje su imale najveće svetske zvezde, a tu mislim na Srbiju, Grčku i Sloveniju. Inače, kvalitet je bio dobar, prvenstvo je bilo interesantno, ali nivo suđenja je bio katastrofalan. U tome se svi slažu, nisam ja to izmislio.

– Ponavljam, mi smo doživeli razočaranje. Ko je kriv? To je sport, dešava se da posle pet dobrih utakmica jedna bude slabija, a upravo to se dogodilo nama. Dešavalo se to ranije. Pa, setite se samo onog šampionata u Madridu kad smo 43 sekunde pre kraja vodili devet razlike, a na kraju izgubili od SSSR! A u sastavu Dražen Petrović, Divac... Nažalost, desilo nam se to ponovo sada u Berlinu. Idemo dalje.

brana. Davali smo mnogo poena, ali smo mnogo i primili. Italijani su se ispucavali van linije za tri poena, znajući da je Srbija tim koji od svih reprezentacija na ovom Evrobasketu protivnika dozvoljava najviše šuteva trojki. S takvom igrom mi smo do poluvremena postigli lepih 51 poen, ali smo primili 45, što govori o našoj odbrani. Nekako smo održavali vodstvo i početkom drugog poluvremena, sve do, po mnogima, prelomnog momenta ove utakmice. Temperamentni italijanski selektor Đankarlo Poceko dobio je drugu, isključujuću tehničku greš-

ku kod vođstva Srbije 63:57. Ako je hteo da tim potezom pokrene svoje igrače – u potpunosti je uspeo. Kao da je njegovo isključenje bila injekcija adrenalina, „azuri“ su zaigrali upravo onako kako je trebalo da igra Srbija. U 27. minutu su izjednačili (63:63), a onda u poslednjem kvartalu serijom 16-2 povelili sa 70:82. Ostalo je malo vremena za preokret, a realno nije imao ni ko da ga napravi.

Naravno, učinak i utisak Srbije bi trebalo detaljnije analizirati, ali biće dovoljno vremena za to u danima koji slede. ●

A. Ostojić

LUKA PAVIČEVIĆ: ITALIJA JE ATIPIČAN PROTIVNIK

Nekadašnji reprezentativac Jugoslavije i evropski klupski šampion s Jugoplastikom Luka Pavičević se posvetio trenerskom poslu i dao svoje viđenje učešća Srbije na EP:

– Nama se na početku šampionata nije „crtala“ Italija u osmini finala. Pitanje je u svemu tome kako se spremiti na vreme za atipičnog protivnika, pogotovo za kratko vreme. Svi znaju da u takvim okolnostima mogu da pobeđe svakog rivala, bez obzira na to što je on na papiru bolji. Prelazak iz grupne u eliminacionu fazu znači da za svaku narednu utakmicu morate ekspresno da prevaziđete probleme i napravite pripremu za sledećeg protivnika. Cilj ove akcije je bio da pobedimo. Nažalost, naišla nam je neugodna ekipa i trebalo je naći rešenja za osobine koje taj rival ima. U svemu tome trebalo je izabrati prave igrače i taktiku. Skupo smo platili određeni broj odluka koje smo donosili, kako da rešavamo određene situacije na terenu. Ne bih išao dublje u pozadinu, niti da kategorišem to kao katastrofa ili debakl. Rekao bih da je to neuspeh, jer ne može drugačije da se gleda – kaže Pavičević.



Temperamentni italijanski selektor Đankarlo Poceko dobio je drugu, isključujuću tehničku grešku kod vođstva Srbije 63:57. Ako je hteo da tim potezom pokrene svoje igrače - u potpunosti je uspeo. Kao da je njegovo isključenje bila injekcija adrenalina, „azuri“ su zaigrali upravo onako kako je trebalo da igra Srbija

Najtrofejniji osvajač, stvaralac - legenda

- Sigurno da je to vrhunac u trenerskoj karijeri, kad od organizacije koja je od jedna od najjačih iz tvoje branše dobiješ takvo priznanje. Zaista mi mnogo znači

Mnogo je tu priznanja. Toliko da će u kući Kovačića morati da se pravi još jedna polica za medalje, plakete i nagrade. Između prve i poslednje prošlo je skoro pola veka. Ukupno ih je više od 150.

- Da se razumemo, tu sve medalje i priznanja koja sam osvojio. Prvo kao pomoćni trener, zatim kao trener u klubu i trener reprezentacija, na kraju i kao sportski direktor - objasnio je Zoran Kovačić, koga u košarkaškom svetu bolje znaju po nadimku Čivija.

Poslednje u tom genijalnom nizu stiglo je od Udruženja košarkaških trenera Srbije. Kovačić je dobitnik nagrade za životno delo „Slobodan Piva Ivković“. I ne krije da mu je ona posebno draga.

- Sigurno da je to vrhunac u trenerskoj karijeri, kad od organizacije koja je od jedna od najjačih iz tvoje branše dobiješ takvo priznanje. Zaista mi mnogo znači - rekao je.

Kaže i da ta plaketa ima posebno mesto na tom „trofejnom zidu“.

- To ću posebno da odvojim. Već sam dobio nagradu za životno delo Grada Šapca, pa i SD Crvena zvezda. Ovo je treća nagrada za životno delo. Za te tri nagrade ću napraviti posebnu policu - pričao nam je uvek raspoloženi Čivija.

A onda se osvrnuo na prošlost. I setio prve medalje.

- Znači, u Zvezdu sam došao 1. septembra 1972. Što znači da sam punih 50 godina neprekidno u ženskoj košarki, u raznim funkcijama. Prvu zlatnu medalju osvojio sam kao pomoćnih Brace Algića, na juniorskom prvenstvu Jugoslavije u Šibeniku, sa generacijom '56. godište i mlađe.

Toj medalji dao je poseban značaj.

- Mislim da je to bio prvi korak stvaranja one evropske Zvezde, koja je kasnije bila prvak Evrope. U tom timu igrале su Zorica Đurković, Jasna Milosavljević...

Sećajući se da u to vreme nije bilo mnogo trenera i da je zatim u isto vreme vodio sve mlađe selekcije Zvezde, Kovačić je nastavio priču.

- Kasnije sam osvojio i prvu samostalnu zlatnu medalju. A to je bio prvi korak da se napravi ta velika evropska Zvezda. Iz te ekipe kasnije su u prvom timu igrале čak četiri igralice. Zorica Đurković, Spomenka Mladenović, Goradana Vukmirović i Jasna Milosavljević. Od 10 igraca, koliko je tad igralo u Kupu šampiona, četiri su ponikle u klubu.

A to ga i dan-danas čini izuzetno ponosnim. Kao što je bio ponosan i kada je video kada su medalje sa seniorskom reprezentacijom osvajale igralice koje je on vodio kroz mlađe reprezentativne selekcije.

- U generaciji 1989. godišta i mlađe, koja je osvojila zlatnu medalju na Evropskom prvenstvu u Novom Sadu, čak četiri igralice su kasnije nosile seniorski tim i osvajale medalje. To su: Sonja Vasić, Jelena Bruks, Nevena Jovanović i povremeno Sara Krnjić.

U tom delu priče dodao je:

- Na takmičenjima gde sam osvojio svoje dve po-



slednje medalje kao trener reprezentacije, a to su dve juniorske bronze, igrале su takođe buduće seniorske reprezentativke. Prvo Aleksandra Stanačev, a onda i Aleksandra Crvendakić i Dragana Stanković. Kasnije je to sve Marina posložila u seniorskom timu. Naravno, one su s vremenom i napredovale. Ali one su odmalena naučile kako se bori za svoju zemlju i kako se osvajaju medalje. Već tada su pokazale pobednički mentalitet.

Iako je s mlađim selekcijama ostvarivao i dobre rezultate, ali i slao igralice seniorskim timovima, Čiviju smo pitali šta mu je od toga bilo važnije. Nije imao problem da prizna, onako u svom stilu.

- Ako može - i jare i pare.

Ipak...

- Ali ako je ili jare ili pare, ja više volim da se napravi igrač za seniorsku reprezentaciju. Evropske titule, olimpijske medalje, svetska prvenstva, to je prava stvar, ali koja je morala da se gradi iz baze. Ovo što naše seniorke rade već godinama stvarno je čudo nad čudima. I sada u Sidneju su ostvarile veliki rezultat. Očekujem i da će mlade iz treninga u trenig, iz utakmice u utakmicu, s turnira na turnir napredovati i da ćemo se uskoro umešati u borbu za jednu od medalja.

Za kraj priče pitamo Čiviju da li ima želju da se vrati trenerskom poslu.

- Ako hoćete pošteno, nemam. Kada sam rešio da odem u penziju, pištaljke, štoperice, trenerke, sve sam stavio na jedno mesto i zaključao. Volim da odem na trening, da pogledam kako se radi. Ako me neko nešto pita, kažem šta bih ja uradio. Ali da sada sa 74 godine ponovo obučem trenerku i dođem na trening... Da ne znam da li sam došao ili pošao... Ne, ne... Ja sam svoje odradio punih 50 godina, neka sada malo mlađi rade - kaže naš legendarni laureat, nekada i sam predsednik UKTS. ●

B. Kostreš

I MLAD TRENER MORA DA SE ISTRPI

Često se kao ozbiljan problem ženske košarke u Srbiji pominje nedostatak trenera. Kako on gleda na to, da li imamo dovoljno mladih trenera u zemlji, pitamo. Čivija kaže:

- Ima! Ali su izuzetno mladi. Zato je sve na klubovima, koliko će imati strpljenja da istrpe mladog trenera. Znam i po sebi. Imao sam sreću pa sam učio od Brace Alagića, Ranka Žeravice, Ace Nikolića. Kao što mora da se istrpi mlad igrač, mora i mlad trener. Istovremeno, da bi treneri mogli da izvuku neki kvalitet, potreban je i kvantitet. To je naš problem. A u Srbiji ne znam da li ima 2.000 registovanih košarkašica. I mi posle treba da igramo s jednom Španijom ili Francuskom, koje imaju više klubova nego mi ukupno košarkašica. Moramo da budemo svesni i toga.

Zvanično legenda našeg udruženja

Povodom nagrade za životno delo UKTS, koja mu je uručena na ovogodišnjoj klinici, laureat Duško Vujošević odazvao se našem pozivu da svoje utiske podeli s kolegama, čitaocima magazina **Trener**.

➤ *Koliko vam znači nagrada za životno delo „Slobodan Piva Ivković”, najviše priznanje koje dodeljuje UKTS?*

– Naravno da mi znači. U konkretnom slučaju ima višestruko značenje. Prvo, ona bi u principu trebalo da bude znak da je nečiji radni opus dovršen i da je bio uspešan. Nagrada dolazi od esnafa, što ima posebnu specifičnu težinu. Još su stari Grci govorili grnčar ne voli grnčara, ali mi u okviru svakog esnafa tačno znamo koliko koji zantaliya вреди. U tom smislu je ova nagrada rado dočekana. Siguran sam da su ljudi koji su me predložili to uradili s najboljim namerama. U mom slučaju je specifično to što sam se prerano razboleo, možda i ne shvatajući da je, baveći se ovim poslom, od određenog perioda potrebno da se čovek svakodnevno bori. Nisam se na vreme suočio sa zdravstvenim problemima, ali i u ovom zdravstvenom stanju radim svoj posao i dalje. Evo, ove sezone sam angažovan kao savetnik u podgoričkom Studentskom centru, koji se takmiči u ABA ligi. A ukoliko uradim neke neophodne medicinske zahvate, mogao bih u punom obimu da se vratim trenerskom poslu, kao i normalnom životu. To mi je jedan od ciljeva.

➤ *Nalazite se u sjajnom društvu. Ko je od ovih trenerskih*

veličina, ranijih dobitnika ove nagrade, najbliži vašoj trenerskoj filozofiji?

– Najviše sam učio, i najviše sam voleo, iako nismo bliski po trenerskoj filozofiji, pokojnog Acu Nikolića. Naravno, cenim sve te trenerske veličine koje su stvarale jugoslovensku košarku, a koja je u velikoj meri bila bazirana baš na toj lozi trenera sa ovih prostora. Nisu oni bili resavska škola, nego je svako od njih imao sopstvenu autentičnost i samostalnost. Oni koji se dugo bave košarkom dobro znaju šta je u Evropi značilo biti uvaženi pripadnik tog jugoslovenskog trenerskog klana.

➤ *Jeste li nekad u karijeri radili sa Acom Nikolićem?*

– Bio mi je profesor na Višoj trenerskoj školi. Tu sam mnogo naučio. Priznajem, napravio sam veliku grešku one godine kad sam kao trener Partizana osvojio titulu prvaka Jugoslavije. Nikolić je hteo da dođe kao savetnik u Partizan, a ja to onako mlad i nadobudan, pa još s lošim savetnicima, nisam prihvatio. Tu sam napravio veliku grešku, mislim da bih mnogo brže napredovao uz njega kao savetnika. Ali bez obzira na to, postojala je među nama obostrana simpatija, mada je on verovatno znao za ovo što sam sad ispričao.

➤ *Imali ste i imate sjajnu trenersku karijeru. Da li se vi lično osećate zadovoljno, da li ste ostvarili svoje dečake snove i da li žalite za nečim?*

– Uvek se žali za nečim, ali ima mnogo toga što nisam očekivao, a desilo se. Možda ću neke svoje snove tek ispuniti ako mi dozvoli zdravstveno stanje – zaključio je legendarni trener Duško Vujošević. ● **A. Ostojić**

Siguran sam da su ljudi koji su me predložili to uradili s najboljim namerama. U mom slučaju je specifično to što sam se prerano razboleo, možda i ne shvatajući da je, baveći se ovim poslom, od određenog perioda potrebno da se čovek svakodnevno bori. Nisam se na vreme suočio sa zdravstvenim problemima, ali i u ovom zdravstvenom stanju radim svoj posao i dalje



Još uvek boli poraz od Rusije

Ždero je igračku karijeru završio 2019. godine i posvetio se trenerskom poslu, a danas je selektor izabranog tima Srbije u 3x3, koji je tokom 2022. osvojio zlatna odličja na Evropskom i Svetskom prvenstvu

zuzetnu igračku karijeru u basketu 3x3 ostvario je Marko Ždero. Bio je član reprezentacije Srbije koja je dominirala na terenima širom planete. Nju su, zajedno s njim, činili Dušan Domović-Bulut, Marko Savić, Dejan Majstorović i Tomislav Ivošev, postava koja je donela našoj zemlji primat u svetskim okvirima i pozicionirala Srbiju kao vodeću silu u ovom mladom, ali izuzetno atraktivnom olimpijskom sportu.

Ždero je igračku karijeru završio 2019. godine i posvetio se trenerskom poslu, a danas je selektor izabranog tima Srbije u 3x3, koji je tokom 2022. osvojio zlatna odličja na Evropskom i Svetskom prvenstvu. Bio je to pravi razlog da se sretnemo s Markom i pretresemo teme vezane za ovaj sport jer, čini se, kompetentnijeg sagovornika u ovom trenutku nismo mogli ni da poželimo.

› Kada se osvrnete za sobom, da li ste zadovoljni igračkom karijerom koju ste imali?

– Na svetskim prvenstvima osvojio sam tri zlata. Bilo je to 2012, 2016. i 2017, uz srebro koje smo uzeli na SP 2014. godine. Tome svakako treba dodati i prvo mesto koje smo dodali na prvenstvu Starog kontinenta. Broj titula na mastersima, iskreno, ni sam ne znam, ali tu je zato moj saigrač Dejan Majstorović, koji sve te podatke ima u malom prstu.

› Iz patika ste, dakle, uskočili na trenersko mesto?

– Od 2018. godine počeo sam da radim sa selekcijama U18 i U23 kao trener, iako tada još nisam prelomio da li sam završio karijeru aktivnog basketasa. Selektor je tada bio Goran Vojkić, a Danilo Lukić i ja smo radili trenerski deo posla. Bio je to svojevrсни pi-

lot-projekat za moju novu karijeru, jer sam i ranije imao dodirnih tačaka s trenerskim poslom, pošto sam radio s nekim mlađim selekcijama u „velikoj“ košarci. Kvalifikovali smo se za Evropsko prvenstvo ispod 18 godina, na kojem smo bili peti, dok smo prošli i na SP ispod 23 godine, gde smo osvojili bronzanu medalju. Za sezonu 2019. godine počeo sam da se spremam kao igrač, ali su usledile dve povrede na samom početku priprema i shvatio sam da je to kraj.

› Baš nekako u to vreme usledile su i nevolje s pandemijom koronavirusa, i to vam je, čini se, stvorilo dovoljno prostora za razmišljanje i donošenje odluke?

– Tokom te sezone pomagao sam ekipi Novog Sada u pripremama za neke utakmice na finalnom turniru, a već sledeće godine sam i sa ovom ekipom definitivno završio saradnju. Svašta se izdešavalo, pa su i Majstorović i Savić napustili taj klub, a mlađi momci Stojčić, Branković i Pašajlić, takođe Novosađani, koji su prethodnu sezonu igrali za Ub, pozvali Lukića i mene da počnemo da saradujemo s njima i pripremamo ih za masters turnire. Oberučke smo to prihvatili i, evo, do dan-danas ostvarujemo lepe rezultate.

› Šta se za to vreme događalo kada je reprezentacija Srbije bila u pitanju?

– Sve ove godine učestvujem u radu državne selekcije, koju sam spremao za nastup u Tokiju, ali tamo, nažalost, nisam putovao. Imao sam Gorana Vojkića iznad sebe, a mesta u olimpijskom selu, zbog korone, bilo je samo za selektora. Lukić i ja smo odbrali tim za Olimpijadu i pripremili ga, a momci su tamo osvojili bronznu, što je bio sjajan rezultat. Iстина, ni danas mi nije jasno kako smo poraženi od Rusa u polufinalu, ali medalja na najvećoj svetskoj smotri sporta domet je za divljenje. Posle Igara Vojkić je smenjen, a na mesto selektora sam postavljen ja. Prvu zvaničnu zlatnu medalju sa seniorima osvojio sam na Evropskom prvenstvu prošle godine, a isti učinak imali smo i u ovoj sezoni, na Svetskom i Evropskom šampionatu.

› Razlika između „velike“ košarke i basketu 3x3 posebno je uočljiva kada je trenerski posao u pitanju?

– Jeste, jer u našem sportu nema direktnu komunikaciju s igračima tokom utakmica. Mi pripremamo ekipu, ali kada ona igra, sedimo u gledalištu, ne menjamo taktiku, niti pravimo izmene. Trenerska uloga slična je onoj u bič voleju ili tenisu, pa se svaki vizuelni kontakt s igračima, shodno pravilima FIBA, sankcioniše tehničkom greškom. Iстина, možemo da koristimo glas kao sredstvo komunikacije, ali je prak-



tično nemoguće da nas igrači čuju, pošto smo tako pozicionirani.

➤ *Kakve razlike postoje u samom radu trenera? U basketu su najzastupljenija kratka trčanja, ali i izuzetno visok intenzitet same igre...*

– To ste dobro primetili i u tome je ujedno i najveća razlika između ova dva sporta. Kod nas je sve kratko, intenzivno i nema stajanja, a vremenski razmaci između odbrane i polaska u napad praktično ne postoje. Od basketaša to zahteva da budu maksimalno spremni, što znači da je kondicioni deo rada veoma bitan. Tim segmentom se, barem ne na vrhunskom nivou, treneri ne bave, već imamo kondicione stručnjake. Prvi je bio Feđa Kamas, koji je krenuo konkretno da radi na tom polju i koji je napisao rad na temu tranzicije s „velike“ košarke na basket 3x3. Imamo danas i Darka Krsmara, koji radi sa ekipom Uba, i Aleksandra Miloševića, koji sa mnom radi u reprezentaciji. Postoji poziciona i živa igra, koja čini 70 odsto basketu. Kada kažem živa, mislim na činjenicu da posle primljenog koša odmah krećeš u napad, bez pauze bilo koje vrste. Akcije se igraju kada lopta kreće s polovine, posle faula i prekida i sada smo već na tom nivou da u njih polazimo u živoj igri, znamo koga da napadamo i gde su nam prednosti.

➤ *Utisak je da visoki igrači u basketu 3x3 nisu posebna prednost kao u „velikoj“ košarki.*

– Na samim počecima visoki momci nisu donosili posebnu prednost zbog načina na koji se branila neka ekipa, a koji je uglavnom bio preuzimanje. Ekipa koja je imala četiri igrača podjednake visine uglavnom je bila u prednosti. Sada se, međutim, odbrana modifikovala, pa su visoki igrači u napadu, kada se stvori mismatch situacija, u prednosti. Međutim, ako mene pitate, uvek bih radije pravio tim od četiri igrača podjednake visine, negde od oko dva metra.

➤ *Što se obrazovanja za 3x3 košarku tiče, da li postoji mogućnost da se treneri adekvatno školuju na fakultetima?*

– Još uvek to nije moguće, ali se radi na tome. Znam da je moj najbliži saradnik Danilo Lukić na smeru košarke,



kojoj i dalje pripadamo, upisao master studije usmerene na basket 3x3. Nešto se, dakle, dešava i u vezi sa tim.

➤ *Za veliki broj gledalaca basketu 3x3 ni dan-danas pravila nisu najjasnija, barem kada je reč o dosuđivanju prekršaja?*

– Osnovna razlika u odnosu na košarku je u tome što je dopušteno da jedna ruka igrača iz odbrane bude na telu napadača, što u košarki nije slučaj. Najveći problem su sudije, koje još uvek traže tu granicu i moraju da postave jasne kriterijume šta jeste, a šta nije faul. U protekle tri godine prilično se pročistila sama igra, koja je ranije bila dosta grublja, tako da sada otprilike znamo šta jesu, a šta nisu prekršaji. Najbolje ekipe su već prihvatile i navikle na definiciju pravila, s tim da se, naravno, uvek traže načini da im se doskoči. Imamo sreću što nam je bliska Novosađanka Jasmina Juras, dama koja je sudila finale na Olimpijadi, pa se međusobno pomažemo i dobijamo obostrano korisne informacije – zaključio je Marko Ždero, selektor reprezentacije Srbije u basketu 3x3. ●

Text&Foto: Aleksandar Predojević

DOMOVIĆ-BULUT

– Sigurno je da sve ono što je Dušan ostvario na terenima pozitivno i nemerljivo. Transformisao je novosadski asfalt – posebno ističe Ždero. – Uz to, renovirao je dva terena i omogućio velikom broju dece da treniraju u što boljim uslovima. On je stvorio temelje basketu 3x3 u našoj zemlji i doprineo da uđemo u porodicu olimpijskih sportova.



U našem sportu nemamo direktnu komunikaciju s igračima tokom utakmica. Mi pripremamo ekipu, ali kada ona igra, sedimo u gledalištu, ne menjamo taktiku, niti pravimo izmene. Trenerska uloga slična je onoj u bič voleju ili tenisu, pa se svaki vizuelni kontakt s igračima, shodno pravilima FIBA, sankcioniše tehničkom greškom



Povratak na mesto uspeha

Zahvalnost svima iz Evrolige koji su prepoznali da Partizan treba da bude deo tog takmičenja. Na neki način, navijači Partizana su već uzvratili tako što su kupili skoro 11.000 sezonskih karata. To pokazuje da posle osam godina navijači Partizana imaju veliku želju da nas bodre, što nam nameće još veću obavezu

Posle osam godina jedini šampion Evrope iz Srbije igrače ponovo Evroligu. Jedan od ključnih faktora dobijanja pozivnice iz Barcelone bez dileme je najtrofejniji trener Starog kontinenta Željko Obradović. Njegov povratak na mesto uspeha, gde je pre tri decenije napravio jedinstven podvig u istoriji sporta, vratio je i crno-bele u elitno društvo.

➤ *Kako ste reagovali kada ste saznali da Partizan igra ponovo Evroligu?*

– Veliko zadovoljstvo, s obzirom na to da nam je to bio glavni cilj. Zahvalnost svima iz Evrolige koji su prepoznali da Partizan treba da bude deo tog takmičenja. Na neki način, navijači Partizana su već uzvratili tako što su kupili skoro 11.000 sezonskih karata. To pokazuje da posle osam godina navijači Partizana imaju veliku želju da nas bodre, što nam nameće još veću obavezu. Imamo iza sebe ljude koji nam veruju i moramo u svakoj utakmici da damo maksimum.

➤ *Kakva su trenerska iskustva iz Evrokupa posle decenija igranja Evrolige?*

– Iskustvo je pozitivno. Radi se takođe o interesantnom takmičenju. Sistem je bio takav kakav je. Praktično, nokaut faza je odlučivala mnogo toga. Sve je bilo pozitivno. Ostaje žal što smo imali dobijenu utakmicu, pa smo ispali kako smo ispali. Utisci su svakako pozitivni.

➤ *Kakvo je premijerno iskustvo iz ABA lige, naročito u poređenju s Grčkom i Turskom, gde ste radili prethodne dve decenije?*

– Gde god sam radio, pratio sam ABA ligu. Naravno da je drugačije kad si iznutra. Radi se o kvalitetnom takmičenju. Ove godine se uvodi plej-of od osam timova, što smatram da je bolje i poštenije, kao u svim ligama. Biće više utakmica, ali to je tako. Liga ima kvalitet, nadam se da će biti još kvalitetnija i zanimljivija.

➤ *Figurativno govoreći, posle decenija rada na „fakultetskom nivou“ spustili ste se na „gimnazijalski“, ne računajući nekoliko internacionalaca, „fakultetlija“. Koliko vam je sada teško da se prilagodite na nove igrače, a koliko njima da ispoštuju vaše zahteve?*

– Činjenica je da je tako. U kom god klubu da sam radio, imao sam mlade igrače na ovom nivou. Ne znači da ne treba da im dajemo šansu. Ponosan sam što je Partizan prošle godine bio najmlađi tim u Evrokupu, a što će ove godine to biti u Evroligi. Naša je želja da razvoj mladih igrača prati rad tima. Nastaviću da im dajem šansu, ali za to je potrebno vreme. Znam da postoji nestrpljenje, kao i ljudi koji iz raznoraznih razloga gledaju na svoj način. Nama je iznutra sve aspolutno jasno. Kada se setim prošlogodišnjeg početka priprema i kako su izgledali pojedini mladi igrači, svima je jasno da je ogromna razlika. Nastavićemo da radimo na taj način, a to nije lak posao. To iziskuje rad, odricanje, ali i sticanje iskustva u oba takmičenja. Nadam se da će njihova želja za napretkom prevladati sve.

➤ *Kolika će biti razlika u radu između prošle sezone i predstojeće evroligaške? Da li mislite da su igrači svesni razlike?*

– Ogromna je razlika. Kvalitet je neuporedivo veći u Evroligi. Igra se neuporedivo veći broj utakmica, koje će se mnogo kraće spremati. Prošle godine, kad god smo imali jedan ili dva treninga pred utakmicu, imali smo problem. Plan i program pripremnih utakmica smo namerno pravili sa smanjenim prostorom za nove informacije i trening. Videćemo kako će to da izgleda, neće biti lako. Partizan je najmlađi tim u Evroligi, ali je treći otpozadi po iskustvu, po broju odigranih utakmica. Iza nas su samo Valensija i Baskonija, koji nemaju igrače koji su igrali Evroligu. Trebaće nam vremena da se adaptiramo. Imamo na početku četiri utakmice na strani. U petak igramo u Ba-

skoniji, u nedelju kod kuće, u utorak Milano kod kuće, četvrtak Bolonja kod kuće, u ponedeljak već Mornar Bar, pa četvrtak-nedelja ponovo dupli program... Imaćemo vezano Barsu u Barseloni, Real u Madridu, pa Zvezdu na strani... To sve iziskuje ogromne napore i koncentraciju. Insistiraju na tome. Postaje jasno zašto najveći evropski klubovi imaju po 16 igrača u rotaciji.

➤ **Koliki je značaj oporavka, regeneracije i charter letova?**

Kako trenirati pored tolikog broja utakmica?

– Probali smo da reagujemo. Znamo da ne možemo da putujemo charterom uvek. Nismo mi klub koji ima taj luksuz, ali sigurno da ćemo imati charter letove. To je opasno, jer ako putuješ odmah posle utakmica, igrači ne spavaju. Ako pričamo o oporavku, to je posao za doktora, medicinske službe, fizioterapeuta i kondicione trenere. Nije lako, ali šta da radimo. Dolazimo u situaciju da će biti ono što igrači najviše vole – da samo igraju utakmicu. Samo što bi na početku svi želeli da igraju po 40 minuta, a kako sezona odmiče, vidiš da dolazi do zamora, pa bi i da preskoče neke utakmice. Ko ima veliki roster i ko može da promeni nekoliko svežih igrača, to je druga slika. Kada je počela ovakva Evroliga, s tim duplim kolima, pričao sam s kolegama koliko je to sve promenilo. Sećam se sezone kad smo s Fenerom bili prvaci Evrope. Igrali smo u Baskoniji, s vremenskom razlikom od dva sata u odnosu na Istanbul. Utakmica je bila u 10, znači u ponoć po istanbulskom vremenu, kada bi igrači već trebalo da su u krevetu. Odigrali smo katastrofalno, izgubili 30 razlike. Dva dana kasnije smo dobili veliki derbi protiv Galatasaraja 20 razlike. Sve je u glavi. Sve su koncentracija i motivacija. Tako će biti i ove godine.

➤ **Ima li novih tendencija u košarci posle Evropskog prvenstva?**

– Ima nekih detalja. Neko sam ko misli da je svaki dan prilika za usavršavanje. Tako se ponašam od prvog dana. Pokušavam da nađem stvari koje su najbolje za ekipu. Pričam mnogo sa igračima i stručnim štabom. Nekih velikih promena nema, ali neke detalje uvek možeš da vidiš i da probaš da primeniš. Ceo život sam to radio, nastaviću tako i dalje.

➤ **Imate li komentar na izjave evropskih NBA zvezda, koje tvrde da je zahtevnije igrati u Evropi zbog razlike u pravilima?**

– Verovatno misle na pravilo tri sekunde u odbrani. Ovde strana pomoći mnogo bolje funkcioniše. Tamo se više insistira na igri jedan na jedan. I tamo su treneri ipak našli način da se prilagode, pa igraju zonske odbrane. Čitao sam izjave Jokića i Janisa, pre dve godine je i Dončić pričao o tome. To dovoljno pokazuje koliko je košarka ovde drugačija i zahtevnija u taktičkom smislu, jer zahteva od igrača da mnogo više razmišlja i bude na drugom nivou.

➤ **Nekada ste igrali sa tri vanserijska pleja u PAO-u:**

Spanulis, Jasikevičius i Dijamantidis. Mnogi sada prave poređenja s Partizanom, koji nema klasičnog pleja. Kako reagujete na te komentare?

– Ljudi imaju pravo da komentarišu, ali mene to nikada nešto specijalno nije zanimalo. Pre Šarunasa su bili Dijamantidis, Spanulis i Jaka Laković. Igrali smo izvanredno sa tri pleja, pa je Spanulis otišao u NBA, a Jaka Laković u Barselonu. Onda sam igrao s jednim plejem, jer sam doveo Šiškauskasa i Bećirevića. Igrao sam i s jednim plejem. Imaš ono što imaš u timu i s tim igraš. Ko je taj koji procenjuje ko je plej, ko nije plej? Mi

koji smo unutra pokušavamo da iskoristimo ono što imamo. U ovom trenutku imam situaciju da sam ceo pripremljeni period igrao s jednim ili s pola pleja zbog povreda i raznoraznih razloga. Imali smo tri igrača za koje smo mislili da mogu da pokrivaju tu poziciju: Dante, Aleksa i Madar. Ali, sticajem okolnosti, Aleksa je van, Dante je imao povredu, a i Madar ima problema. Tražimo rešenja. Da li je rešenje da se izađe na tržište? Otvoreno je pitanje. Nemam odgovor. Ako ja pred prvu utakmicu u sezoni nemam pojma ko će da mi bude u timu, a nalazimo se na 36 sati pred meč, to dovoljno govori u kakvoj smo situaciji.

➤ **Mnoge vaše kolege govore da je Srbija u problemu s plejmejkerima posle Vase Micića?**

– Pitajte kolege. Neka pričaju o tome. Svaki igrač je dragocen, pogotovo ako može da pomogne reprezentaciji. Moj stav je da je reprezentacija svetinja. Kao trener Partizana uvek ću biti uz reprezentaciju. Partizan će pomoći mom kolegi Kariju Pešiću i svima iz Saveza na bilo koji način da je potrebno.

➤ **A da li je Srbija u krizi s mladim trenerima? Pored vas i Vlade Jovanovića u Zvezdi, samo je još Saša Obradović u Evroligi?**

– Nemam odgovor. To je individualno. Ljudi koji vode klubove se odlučuju za trenere. Činjenica je da je ranije bilo više srpskih trenera u Evroligi. Mislim da je fantastično za našu košarku što prvi put igraju i Partizan i Zvezda u Evroligi. Daj bože da se to nastavi i da budemo stalni članovi. Imamo Sašu Obradovića, iskusnog trenera, koji je radio u Monaku izvanredan posao. Zato je tu gde jeste. Svim mladim kolegama želim da bude interesovanja za njih, da veruju u sebe i rade predano, ali i da ne obraćaju pažnju na ove koji misle da sve znaju.

➤ **Da li je „small-ball“ budućnost savremene košarke i koliko se smanjuje uloga centara?**

– To će uvek zavisi od toga koliko se na treningu rade neke stvari. Zavisu od kvaliteta onog što imaš u timu. Ako igrač „small-ball“ ili želiš da iznenadiš, ili da se prilagodiš, ili misliš da će to da ti donese neku prednost. Neki treneri igraju s dva visoka igrača, ili čak i sa tri. To nije više tendencija. Moje mišljenje je da to zavisi od onoga što ti imaš u timu. Košarkaške utakmice ne liče na ono što je nekad bilo. Reakcije tokom utakmice su izuzetno važne. A da bi mogao da reaguješ, moraš da radiš neke stvari na treningu. Jedan način odbrane, čovek na čoveka, kako ćeš da igraš na piku, kako braniš šutere ili niski post... Ako igrač jednu vrstu odbrane, nema šanse da igraš dobro. To iziskuje dodatnu koncentraciju kod igrača, da se menjaju pozivi tokom utakmice i na tajm-autu. Lepota ovog sporta jeste u tome. Šta god da pripremiš, uvek može neko da te iznenadi i moraš da budeš spreman da reaguješ. Činjenica je da su dva tima u finalu NBA igrali veći deo utakmice bez klasičnog centra.

➤ **Da li je posledica toga povećani broj šuteva za tri poena?**

– Ako se igra sa igračima sposobnim da šutiraju za tri, logično da će svako to da koristi. Postoje visoki igrači sposobni da šutnu za tri poena. Nije to samo stvar „small-balla“. Apsolutno je drugačija košarka ako imate peticu koja može da igra u pop i da šutira za tri poena. To menja taktiku, naročito u odbrani. Tendencija koju niko ne pominje jeste da su svi počeli da igraju preuzimanje u odbrani. Vidi se da će to biti neka tendencija. Videćemo kako će to da izgleda kad počne Evroliga. Nadam se da će biti veoma interesantno. ● **Vladan Tegeltija**



Činjenica je da je ranije bilo više srpskih trenera u Evroligi. Mislim da je fantastično za našu košarku što prvi put igraju i Partizan i Zvezda u Evroligi. Daj bože da se to nastavi i da budemo stalni članovi. Imamo Sašu Obradovića, iskusnog trenera, koji je radio u Monaku izvanredan posao

Volim brzu košarku



Ukazana mi je velika čast da preuzmem klub koji je u poslednjoj deceniji najuspešniji u region, ali je to, s druge strane, i velika obaveza da radom i zalaganjem svih nas u klubu ostvarimo ono što su već godinama klupske ambicije.

U sezoni pred nama Srbija će imati dva evroligaša. KK Crvena zvezda ima nešto duži staž u ovom takmičenju, a u novu sezonu ulazi s novim trenerom Vladom Jovanovićem, koji se rado odazvao našem pozivu da iznese svoj stav o obavezama koje ga kao trenera očekuju na vrućoj klupi velikog kluba. Ima tek 38 godina, a već je bio na čelu dva košarkaška velikana sa ovih prostora. I dok Cibona, nekadašnji evropski gigant, nije više tako uspešna, ali je s njim na klupi igrala drugačije i lepše, Crvena zvezda je već ogroman izazov. Naravno, radi se o klubu koji je najuspešniji na ovim prostorima u protekloj deceniji i biti na njegovoj klupi izazov je za svakog trenera. Naš sagovornik se ne plaši, on se ne povlači, on se hrabro upustio u silne izazove koje ga očekuju. Koliko će u tome biti uspešan, vreme će pokazati. Vladimir Jovanović je novi strateg crveno-belih i pokušaće da nastavi niz trofejnih godina kluba s Malog Kalemegdana.

Jovanović je rođen u Mladenovcu 15. marta 1984. Godine, gde je i počeo da se bavi košarkom. Nakon toga, prelazi u Beobanku, gde je prošao sve mlađe selekcije, ali pošto je procenio da neće biti igrač na nivou na kom bi želeo, brzo se opredelio za trenerski posao. Šansu je dobio u malom mladenovačkom klubu BB basket, gde je radio s decom. Prvi kontakt s trenerskim poslom, prvi trening i to je bilo to. Nešto je kliknulo i znao je da je pronašao životno zanimanje. Godinama je bio u sistemu FMP iz Železnika. Istakao se kao specijalista za rad s mladim igračima, i to u onom najosteljivijem periodu, kada iz juniorske prelaze u seniorsku košarku. Tada su se mnogi talenti gubili, pa trener mora da bude ne samo trener već i odličan pedagog i psiholog, što Jovanović često ističe. I mora mnogo da se radi. Poznati su njegovi dugi, sadržajni i naporni treninzi. Bio je član stručnog štaba FMP-a dok je na čelu bio Milan Gurović i radio je s mnogim talentima koji su proizašli iz ovog kluba. Bio je i na usavršavanju u Americi, u Letnjoj ligi, gde je upoznao mnoge velike trenere. Pošto je ljubi-

telj NBA lige, možda će i u Zvezdi primenjivati nešto od onoga što je tamo video. Voli brzu, napadačku košarku, Zvezda je ove sezone tako i koncipirana i treba očekivati drugačiju Zvezdu od one koju su ljubitelji košarke gledali poslednjih godina. Vodio je seniorski tim FMP Železnika, s kojim je postigao odlične rezultate, a vodio je, kao što je rečeno, I zagrebački Cibonu. Bio je u stručnom štabu A reprezentacije Srbije za vreme selektora Igora Kokoškova, a trenutno je selektor reprezentacije Srbije U20 i uprkos mnogim imenima koja su se pominjala ovog leta, novi trener KK Crvena zvezda.

- Nekako se sve jako brzo dešavalo - objašnjava za Trener Vladimir Jovanović. - Odmah se krenulo u formiranje tima, u treninge, pa nije bilo puno vremena za analize tog tipa kako se osećam kao novi trener Zvezde. U svakom slučaju, ono što sam već negde re-



kao, kada vas samo pominju kao mogućeg kandidata za trenera ovakvog kluba je velika čast, a kamoli kada to zaista i postanete. Ukazana mi je velika čast da preuzmem klub koji je, kako ste i sami rekli, u poslednjoj deceniji najuspešniji u region, ali je to, s druge strane, i velika obaveza da radom i zalaganjem svih nas u klubu ostvarimo ono što su već godinama klupske ambicije.

> Da li postoji određeni strah ili je to neka pozitivna trema pred sve ono što vas očekuje i što se stavlja pred vas?

- Postoji jedna doza neću reći straha, možda prete pozitivne treme ili kako već da to definišemo. To je u stvari osećaj da ste na odgovornoj funkciji i da svoji

KLUPA

Stručni štab šampiona ABA lige, prvaka Srbije i osvajača Kupa takođe je doživeo promene u odnosu na prethodnu sezonu. Prvi pomoćnik biće jedno od najomoljenijih lica kluba u proteklih sezonama Marko Simonović, čovek koji je postao zaštitni znak kluba, a ovo mu je prva, debitantska trenerska sezona. Još jedan bivši igrač Zvezde sedeće na klupi Branko Jorović. Jorović je već pet godina trener, a ovo će mu biti najveći izazov u dosadašnjoj trenerskoj karijeri. Nenad Jakovljević je takođe pomoćni trener. Iskustvo je sticao u ekipi Bajerna kod Svetislava Pešića i u Italiji, u ekipi Trentea, gde je bio pet godina. Specijalista je za individualni rad s igračima. Miodrag Dinić je takođe pomoćni trener. Bio je u FMP-u, a u Zvezdu je došao za vreme Dejana Radonjića. Kondicioni trener je Vladan Radonjić, koji je već dobro poznato ime u ovoj oblasti u Evropi. Radio je dosta u zemlji i inostranstvu, čak i sa vrhunskim evropskim odbojkaškim timovima. Još jedan kondicioni trener je Igor Tomašević, koji je bio odličan student Fakulteta za sport i radio je dosta na fizičkoj pripremi boksera, rukometaša, kao i košarkaša Igokee. Fizioterapeuti su Todor Galić, Miljan Nićiforović i Milorad Čirić. Lekarski tim čine dr Nebojša Mitrović sa Klinike za hirurgiju KBC Zemun i dr Boris Gluščević, specijalista ortopedije.



posao morate da radite dobro, najbolje što znate i umete. To osećanje vam čuva razum, pre svega, i ne dozvoljava ni da poletite suviše visoko, a ni da padnete jako nisko, već da kanališete to na pravi način i da se trudite da taj svoj posao radite na pravi način.

➤ **Kakva je vaša koncepcija igre? Kakvu Zvezdu ćemo gledati naredne sezone?**

– Rekao sam već da volim malo brži stil košarke, dosta trčanja, tranzicije. Naravno, to mora doći iz čvrste i dobre odbrane. Uvek ističem da trener mora biti dovoljno fleksibilan i prilagodljiv. Da neke pozitivne i dobre strane svojih igrača izvuče na neki maksimalan nivo, a da sakrije neke njihove eventualne slabosti. Tako razmišljam, tako pripremam tim. Moji timovi nisu svi isto igrali. Volim da se prilagodim igračima i da iz njih izvučem najbolje. Neka ideja naravno da postoji, ali sve zavisi koliko ona može da se realizuje u praksi i kako će to izgledati na terenu.

➤ **Što se tiče Evrolige, ono što zanima svakog navijača Zvezde jeste da li postoji ambicija i prilika da se učini i koji korak više u najjačem evropskom takmičenju?**

– Kao što i sami znate, Evroliga će i ove godine biti izuzetno jaka. Mnogo timova se pojačalo sa ozbiljnim igra-

čima. Naš prvi protivnik je Efes, aktuelni šampion Evrope koji je na postojeći roster dodao još i Klajburna, Polonaru, koji je prešao iz Fenera, i Antu Žižića. To valjda govori dovoljno o ambicijama i jačini našeg protivnika. Da ne pominjem ostale timove. Ima mnogo sjajnih ekipa s fenomenalnim rosterima i svaka pojedinačna utakmica biće izazov. Naše ambicije nisu samo da se predstavimo na dobar način u Evropi i da igramo dobro već i da dobijemo svakog protivnika, ukoliko je to moguće. E sad, dokle će to da nas dovede, ne mogu u ovom momentu da kažem, ali jako bih voleo da napravimo dodatni iskorak u Evroligi, a koliko je to zaista i moguće, videćemo. Sasvim je sigurno da ću ja sa svojim stručnim štabom i motivisanim igračima, uz podršku rukovodstva tima, učiniti sve da naši navijači budu zadovoljni, a mi ponosni na rezultate koje očekujemo.

➤ **Čime biste vi lično bili zadovoljni na kraju sezone, kada se budete osvrnuli, šta je to što bi vas činilo srećnim?**

– Ono što je već godinama poznato u javnosti kada je Zvezda u pitanju, to je borba na svim frontovima za trofeje. Niko od toga ni sada ne beži i daćemo sve od sebe da te ciljeve i ostvarimo. Moja lična želja kao trenera bi bila da igramo dobru, dopadljivu košarku, da se to dopadne navijačima. Takođe, jako bih bio zadovoljan ako bismo uspeali da promovišemo nekoliko mladih igrača, one koje sad i imamo u timu. Ako bismo uspeali da uradimo sve te tri stvari, i da osvojimo trofeje, i da igramo lepo, i da promovišemo mlade, bio bih najsrećniji trener na svetu – jasan je Vladimir Jovanović, novi strateg kluba s Malog Kalemegdana.

Jovanović više nije samo trener koji obećava već mladi trener koji se može s pravom smatrati stručnjakom koji će, poput mnogih do sada, izrasti u stratega koji bi mogao biti ponos naše košarke. Da li će se naše prognoze ostvariti, ne zavisi samo od njega već od svih čija mu je podrška neophodna. ●

B. Manojlović

Rekao sam već da volim malo brži stil košarke, dosta trčanja, tranzicije. Naravno, to mora doći iz čvrste i dobre odbrane. Uvek ističem da trener mora biti dovoljno fleksibilan i prilagodljiv

Ako bismo uspeali da uradimo sve te tri stvari, i da osvojimo trofeje, i da igramo lepo, i da promovišemo mlade, bio bih najsrećniji trener na svetu

Napad driblingom i prodorom - „random“ basketball



Džon Kalipari je jedan od trenera koji je uvršten u Košarkašku kuću slavnih 2015 godine. U svojoj tridesetogodišnjoj karijeri bio je trener čija su 52 igrača draftovana u NBA ligu, od kojih čak četvorica kao prvi pikovi na draftu, a čak 40 igrača je bilo u samom vrhu drafta (prve runde). Šest puta je učestvovao sa svojim timovima na fajnal for turniru NCAA lige i jednom je bio pobjednik. Tokom 13 godina, koliko je proveo kao trener Univerzитета Kentaki, nijedan trener u NCAA nije imao više pobjeda na NCAA završnim turnirima (31), fajnal forovima (4) i „svit 16“ završnicama (8). Jedan je od trojice trenera koji su u istoriji NCAA lige uspjeli da se u pet sezona zaredom čak četiri puta nađu na fajnal for turniru (samo je još Džonu Vudenu i Majku Križevskom to pošlo za rukom). Sa ukupno 768 pobjeda na zvaničnim utakmicama NCAA lige zauzima 17. mesto u istoriji cele lige s brojem ostvarenih pobjeda do sada. Uspješno je vodio reprezentaciju Portorika 2011-12. godine na različitim šampionatima, kao i reprezentaciju SAD do 19 godina na FIBA Svetskom prvenstvu 2017. godine u Egiptu (bronzana medalja).

Pravac u kome vidim da će ova igra ići u budućnosti je „random“ basketball (nasumičan napad driblingom i prodorom). Želim prevashodno da kažem, a verujem da se svi slažemo u tome, da se košarkaška igra izuzetno menja, i to velikom brzinom. Zato je važno da ste konstantno radoznali, da gledate utakmice, da gleda-

te snimke utakmica i da posećujete što je moguće više trenerskih seminara. Analize pokazuju da se košarkaška igra menja na svakih pet godina. Ako ste mlad trener, uverićete se u ovu tvrdnju posle izvesnog vremena provedenog u ovom poslu.

Imao sam mnogo sreće da u svojoj karijeri radim pored trenera poput Lerija Brauna - to je zapravo i prvi trener sa kojim sam radio. On je možda jedan od najvećih trenera svih vremena na svim nivoima na kojima je radio. On je jedan od najznatijelnijih ljudi s kojima sam ikada imao prilike da se upoznam. A za mene, kao mladog trenera, bilo je izuzetno važno to što sam naučio od njega da razmišljam drugačije: da sagledavam situacije s različitih aspekata i nivoa. Desilo mi se da je 2004. trener jedne više škole, trener u nižem nivou takmičenja, došao da prati i gleda moje treninge na Univerzitetu Memfis. Posle treninga smo otišli na večeru, a on mi je tom prilikom pokazao način kako oni igraju postavljajući napad iz driblinga i prodora (dribble drive motion). Zaboletela me je glava dok sam ga gledao kako mi pokazuje svoj sistem napada. Mi smo svi u Americi odrasli u trening sistemu gde imamo pet blokada i sedam dodavanja u jednom postavljenom napadu. Ovo je za mene bilo otkrovenje. Odleteo sam za Kaliforniju kako bih gledao njegove treninge u tri navrata. To je veliki put koji treba da se pređe, a ja sam to uradio tri puta - samo zato što sam se izuzetno zainteresovao za tu ideju.

Pravac u kome vidim da će ova igra ići u budućnosti je „random“ basketball (nasumičan napad driblingom i prodorom). Želim prevashodno da kažem, a verujem da se svi slažemo u tome, da se košarkaška igra izuzetno menja, i to velikom brzinom. Analize pokazuju da se košarkaška igra menja na svakih pet godina. Ako ste mlad trener, uverićete se u ovu tvrdnju posle izvesnog vremena provedenog u ovom poslu



U tom trenutku, kada sam video napadački sistem o kom ću vam govoriti, imao sam u svojoj ekipi samo jednog igrača koji je to mogao da isprati. Kasnije sam regrutovao igrače za svoju ekipu koji su mogli da isprate takav način igre u napadu. Svi moji prijatelji treneri su mi rekli tada da sam lud. Rekli su mi: „Ti si trener koji sa svojom ekipom ima procenat pobeda od 75%, a sada slušaš trenera nižeg ranga takmičenja?“ Od tog trenutka, kada sam prihvatio taj napadački sistem, imao sam 90% pobeda sa svojom ekipom. Igrači su dobili potpunu slobodu, a čak 55 igrača iz našeg programa je draftovano u NBA ligu. Ukupan procenat igrača koji prođu kroz naš system, a koji kasnije budu draftovani, iznosi 70%. Ponavljam da je ovaj ofanzivni sistem dao igračima slobodu.

Nekada smo govorili da treba da kreiramo situaciju za šut. Kako da treniramo situacije koje će nas dovesti do toga? Ali igra je sada poostala takva da pokušavamo da stvorimo close out situacije, kao da stvorimo izolaciju iz koje ćemo dobiti close out.

Sada kombinujem brzu igru s prodorom iz driblinga. Najveća stvar za mene je to da volimo da pogađamo šuteve za tri poena, ali obožavamo polaganja, floater šuteve i nešto što ja zovem „Đinobili“, a većina zove euro step (ukršteni dvokorak ili ukršteni korak). Veliki deo ovoga svega je zapravo ono čemu učim svoje igrače – brzina i spejsing, ali i možda najbitnija stvar je to da želim da ih naučim da im se noge kreću što je brže moguće dok im um radi sporo (u slow motionu, kako bi mogli da procesuiraju informacije i predvide situacije).

U mom sistemu treninga celom dužinom košarkaškog terena postavljamo trake koje obeležavaju razdaljinu od sedam stopa (oko 213 cm), potom lepimo trake između kojih je razdaljina osam stopa (oko 244 cm), a na kraju, pored prethodnih, lepimo i trake dužinom celog terena na razdaljini od devet stopa (oko 274 cm). Glavna ideja su nam zapravo dve stvari: ako možemo da produžimo dužinu koraka za jednu stopu (oko 30 cm) od onoga što im je normalno – to je jedan korak manje u trčanju prilikom prelaska celog terena! Na taj način postajete

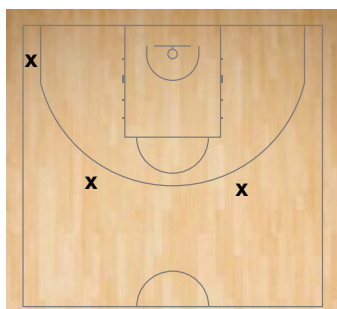
brži. Ne trčanjem uz stepenice, već povećanjem dužine koraka. Ono što takođe dobijamo produžavanjem koraka je i oslobađanje/opuštanje kukova. Morate da imate u vidu da će im na početku ovog produžavanja koraka biti veoma nelagodno. Ali onoga trenutka kada ta nelagoda pređe u udobnost, počete sa povećanjem/produžavanjem dužine koraka. Neće igrači možda imati korak od osam ili devet stopa, ali ako svaki igrač produži svoj korak i mentalno u svakoj vežbi primeni taj produžetak koraka, imaćete veliku razliku u samom kretanju u napadu.

Druga stvar koja je jako bitna u mom sistemu, bilo da se prelazi iz napada u odbranu ili obrnuto, jesu prva tri koraka. To je ono što pravi razliku. Koja god da se tranzicija dešava, ta prva tri koraka upravo treba da budu najduža (oni o kojima smo malopre govorili – o produžavanju), a nakon napravljena tri koraka okrećemo glavu ka lopti da vidimo šta se dešava i gde se nalazi. Ta prva tri koraka treba da postanu navika kod igrača. Kako pravite naviku? Prosto radite to svakoga dana!

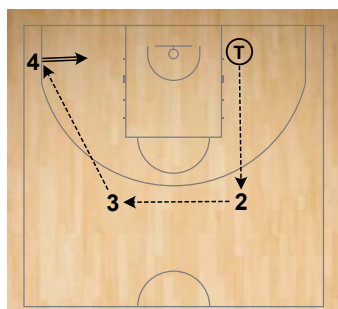
Spejsing se kod nas radi na sledeći način: imamo trake koje su zalepljene u X (iks) na tri pozicije na napadačkoj polovini na koje prosto želimo da naši igrači dođu i zauzmu ih (**dijagram 1**). Dakle, igrači zauzimaju jednu od tri pozicije ili utrčavaju ka košu, i to je način na koji mi igramo.

Pokazaću vam vežbu koju radimo kad lopta dolazi sa post pozicije. Imajte u vidu da koliko pričamo o napadu, isto toliko vremena provodimo i u radu na odbrani. Dodajemo loptu i vičemo „Još jedan!“, zbog toga što je taj igrač (koji viče) otvoren/slobodan da primi loptu. Nemojte da dajete signal i da vičete „još jedan“ ako niste otvoreni. Dakle, lopta (prvo dodavanje) krenuće od trenera, koji je poziciji posta, da bi se igrači na pozicijama koje zauzimaju (a koje su prikazane prethodno na dijagramu 1) dodavali uz glasno pozivanje „još jedan“ dok lopta ne stigne u ugao odakle će igrač šutirati (**dijagram 2**). Želite da vidite koliko i kako brzo će igrači dodavati loptu između sebe. Igrač 3 već mora da kaže „još jedan“ pre nego što igrač 2 primi loptu od trenera. Nakon upućenog šuta na koš, igrač 4 ide na suprotnu stranu u kolonu,

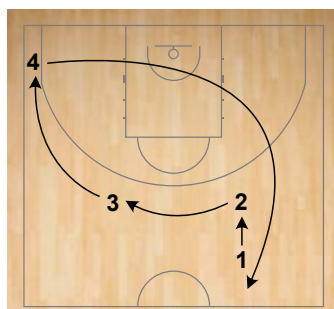
Glavna ideja su nam zapravo dve stvari: ako možemo da produžimo dužinu koraka za jednu stopu (oko 30 cm) od onoga što im je normalno – to je jedan korak manje u trčanju prilikom prelaska celog terena! Na taj način postajete brži. Ne trčanjem uz stepenice, već povećanjem dužine koraka. Ono što takođe dobijamo produžavanjem koraka je i oslobađanje/opuštanje kukova.



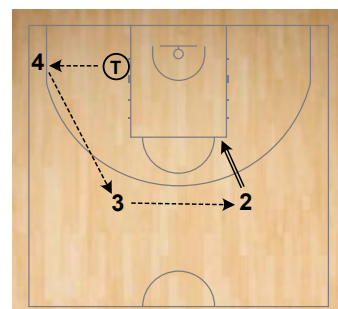
DIJAGRAM 01



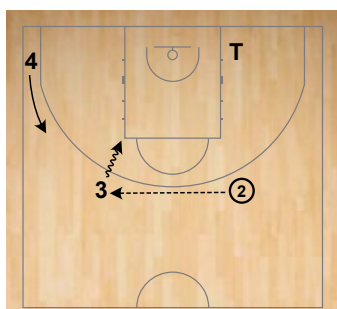
DIJAGRAM 02



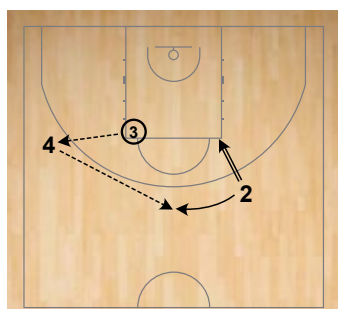
DIJAGRAM 03



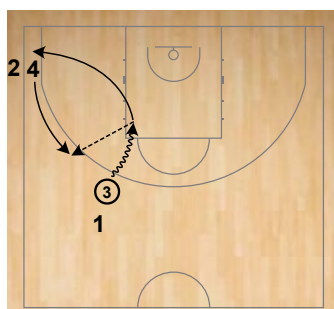
DIJAGRAM 04



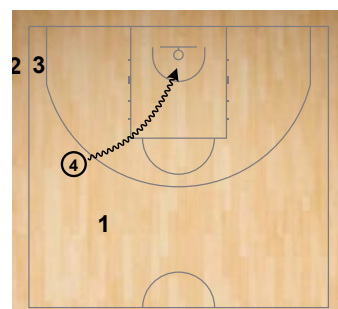
DIJAGRAM 05



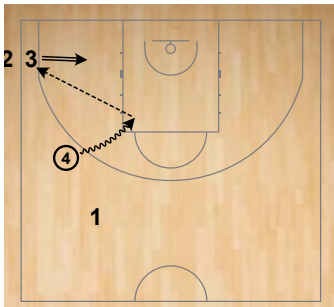
DIJAGRAM 06



DIJAGRAM 07



DIJAGRAM 08



DIJAGRAM 09

a igrači 2 i 3 se pomeraju na pozicije na koje su dodavali loptu. Igrač 1 (u ovom slučaju) postaje prvi igrač koji prima loptu od trenera i dodaje je sledećem igraču (igraču 2). **(dijagram 3)**

Takođe, imam običaj da šta god da se govori i više na terenu – treba da se uradi/vikne tri puta! Takođe možemo da merimo koliko brzo se igrači oslobađaju lopte. Izuzetno je važno da se signal daje veoma glasno, jer trenirate za uslove igre – utakmice, gde igrate u punoj dvorani uz ekstremno glasne navijače.

Sada možete raditi dodavanje na suprotnu stranu – iz ugla ka spolja (skip pass) **(dijagram 4)**. Naglašavam da je glasna komunikacija važan deo ne samo ove vežbe već igre uopšte.

Sledeće što ćemo dodati na prethodnu vežbu je kretnja s loptom. Igrač 3, kada primi loptu, napraviće prodor driblingom, ali će se zaustaviti nakon dva koraka (i jednog driblinga) i izbaciti loptu na igrača 4 (koji će malo poboljšati svoju poziciju/ugao za prijem) **(dijagram 5)**. Osim igrača iz ugla (4), koji menja svoju poziciju, i igrač 2 će promeniti svoju poziciju i pomeriti se ka lopti (prema vrhu kapice). Po prijemu lopte od igrača 3, igrač 4 će je proslediti igraču 2, koji uzima šut s vrha kapice **(dijagram 6)**. Sve vreme imajte u vidu potrebu za komunikacijom i signalizacijom „još jedan“. Još jedna bitna stvar je da ne smemo da napustimo ugao previše brzo (igrač 4) zbog toga što možda postoji solucija (u zavisnosti od ponašanja odbrane) da se napravi utrčavanje uz čeonu liniju. Ključna stvar za igrača 4, koji je u uglu, jeste da leva noga kreće prva.

Sledeća vežba koju radimo je popunjavanje prostora nakon prodora. Igrač 3 prodire driblingom, dok igrač iz ugla 4 može da napravi back door utrčavanje kao opciju. Kod back door utrčavanja bitno je da se ne krene sa svoje poziciji previše rano. Igrač 4 treba da čeka i „zamrzne“ odbranu (natera svog odbrambenog igrača da bude ukopan u mestu). Ako utrčavanje igrača 4 može da se desi dok je igrač 3 u prodoru, to je dobra opcija, ali ako ne može – igrač 3 s loptom mora da se zaustavi s driblingom i doda loptu igraču 4. Ukoliko se igrač 4 odluči za back door utrčavanje (uz čeonu liniju), izuzetno je važno da dodavanje ka njemu ide nakon napravljenog prvog koraka sa startne pozicije da bi u slučaju prodora igrača 4 sada, i eventualne pomoći sa suprotne strane (recimo igrača X5), igrač 4 imao lagano dodavanje na svog visokog u reketu. Zbog toga igrač 4 u uglu ne sme da krene ranije nego što bi trebalo. Ipak, ako se igrač 4 odluči za vraćanje gore dok igrač 3 prodire s loptom, igrač 4 ne sme da primi loptu pre nego što stigne do visine produžetka linije slobodnih bacanja **(dijagram 7)**. Igrač 3 će dodati loptu igraču 4, a zatim popuniti njegovu poziciju u uglu. Igrač 4 će sada napraviti prodor na koš **(dijagram 8)**. Zbog čega se pravi loop (široko) utrčavanje prilikom popunjavanja ugla? To se radi kako odbrana ne bi mogla da preuzme igrače u napadu.

Prema brzini u kojoj se košarka igra sada postoje tri stvari koje morate da uradite u kretanju – u početnoj poziciji u brzom igri kako primete loptu – ili je spuštate momentalno u dribling, ili šutirate, ili je dodajete. Tako se ponašate u brzom igri. Kada se nalazite na napadačkoj polovini terena u pozicionom napadu, dok lopta menja svoju poziciju, možete možda po prijemu pogledati oko sebe. Ali u brzom igri sve se odvija na najbrži moguć način.

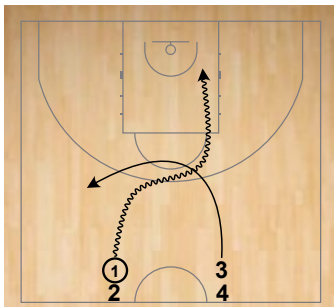
Sledeća opcija iz prethodne vežbe je da se igrač 4,

nakon prodora driblingom koji pravi, zaustavlja i dodaje loptu igraču 3 (posle njegovog loop istrčavanja i popunjavanja pozicije u uglu) koji uzima šut iz ugla **(dijagram 9)**.

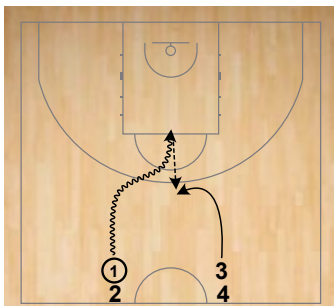
Sledeća vežba je kretnja igrača s loptom u završnici napada u tranziciji, gde postoje dve opcije: loop (široko) ili pitch. U prvoj opciji igrač s loptom 1 stiže i prolazi centralnim koridorom preko linije penala s loptom ka košu. Igrač sa suprotne strane (3) pravi loop kretnju i otvara prostor za igrača s loptom da napadne koš **(dijagram 10)**. Treba paziti da ukrštanje dvojice napadača ne bude preblizu, već da postoji određena distanca (koju prati i dobar tajming). Poenta je da igrač 3 treba da pređe sa jedne strane na suprotnu ukrštajući svoju kretnju s putanjom igrača s loptom.

Opcija pitch se dešava kada igrač s loptom (1) driblingom dolazi do sredine linije slobodnih bacanja, zaustavlja se u poziciju kao da će da uruči loptu. Za to vreme igrač 3 malo „kasni“ i čeka odluku igrača s loptom. Kada je video da se zaustavio na liniji penala, igrač 3 istrčava na poziciju van linije za tri poena i čeka dodavanje od igrača s loptom (kratko dodavanje, ne uručenje, jer će u slučaju uručjenja odbrana moći da preuzme) **(dijagram 11)**. Nakon kratkog dodavanja igrač 3 će prodorom napasti koš, dok će se igrač 1 skloniti s putanje i osloboditi prostor **(dijagram 12)**. Sledeća opcija bila bi situacija gde igrač 3 mora da se zaustavi u reketu i izbaci loptu igraču 1, koji je sada pozicioniran za šut **(dijagram 13)**.

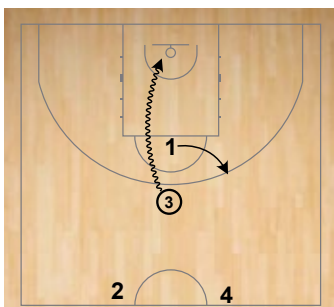
Prethodno objašnjene vežbe samo su osnov za nadgradnju načina na koji igramo. U vežbi koju sledeći pokazujem videćete trčanje dugačkim korakom, koji smo na početku pokazali i objasnili na koji način možete da ga vežbate sa igračima. Igrači 2 i 3 treba da što dužim koracima pređu s jedne na drugu stranu i istrče ka uglovima terena. Dvojica trenera se nalaze na strani napada, obojica s loptama (T1 i T2). Kada igrači stignu do uglova na suprotnoj strain, trener T1 će dati pas igraču 2, koji treba da primi loptu u trku, bez zaustavljanja, spusti je u dribling i napadne prodorom reket. Trener može dodati igraču 2 loptu i pre nego što stigne do ugla (može je dodati već kako pređe liniju produžetka slobodnih bacanja), ali u svakom slučaju igrač 2 s loptom treba da prodorom napadne reket – prodor može da bude kroz sredinu ili uz čeonu liniju. Nakon ulaska u reket, igrač 2 dodaje loptu igraču 3, koji se nalazi u suprotnom uglu **(dijagram 14)**. Igrač 3 po prijemu lopte sada napada reket (koš) prodorom, dok se igrač 2 vraća na poziciju u uglu (na strani s koje je započeo prodor pre dodavanja) **(dijagram 15)**. Po prijemu lopte igrač 3 sada napada koš prodorom/driblingom, ali na suprotan način od toga kako je igrač napao (ako igrač 2 prvobitno napada po čeonu liniju, onda igrač 3 napada ka sredini). Kada uđe u reket driblingom, igrač 3 dodaje loptu igraču 2 (koji se vratio u svoj ugao) za šut (koji može da bude ili duga dvojka ili šut za tri poena) i potom se vraća na svoju startnu poziciju (u ugao iz koga je krenuo u prodor), gde će primiti dodavanje od trenera T2 za šut **(dijagram 16)**. Način na koji moje ekipe igraju je takav da ću kao trener igrača izvesti iz igre u slučaju kada nije uzeo otvoren šut – jer je to način na koji igramo. Retko ćete videti da je trener izveo igrača zbog toga što nije uzeo otvoren šut, ali ja ću to uraditi jer su ti otvoreni šutevi koje stvaramo zapravo i cilj naše igre. Jasno je da nećete moći prodorom da postignete poene ako vas odbrana usko čeka i štiti ulazak u reket – zbog



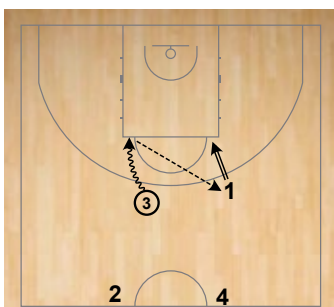
DIJAGRAM 10



DIJAGRAM 11



DIJAGRAM 12



DIJAGRAM 13



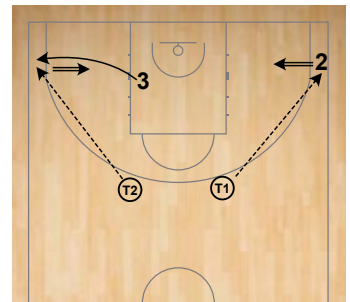
Čak i visoki igrači u mojoj ekipi moraju da budu sposobni da pogode floater. Ovi šutevi su čak i u NBA ligi počeli sve više da se koriste jer prosto mogu da se izvedu kada god želite - ne možete uvek da šutirate iz driblinga ili posle korišćenja blokada za izlazak... Ali floater šut uvek možete da izvedete, ma ko vas čuvao

toga moramo da šutiramo spolja. Razumem da nećemo uspjeti sve šuteve da pogodimo, ali moramo se truditi da ih sve i ne promašimo!

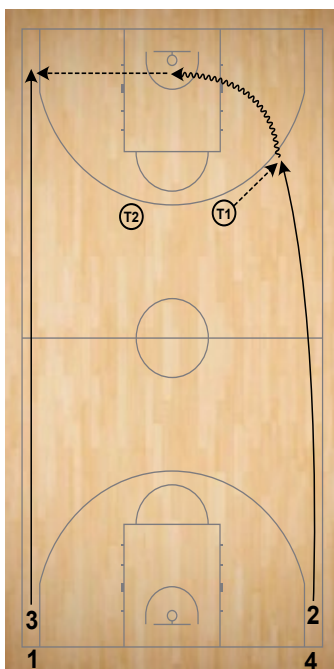
Sledeća opcija u prethodno opisanoj vežbi jeste ta da igrači koji prave prodor, po prijemu lopte od trenera, posle prodora prave skip dodavanje suprotnom treneru (od onoga od koga su primili loptu za prodor). Dakle, igrač 2 će primiti loptu od trenera T1 i praviti prodor uz čeonu liniju, posle čega će dodati loptu treneru T2 (**dijagram 17**). Potom se igrač 2 vraća u ugao na strani s koje je krenuo u prodor, a trener T2 sada dodaje loptu igraču 3, koji pravi prodor ka sredini, a potom dodaje skip pas treneru T1 (**dijagram 18**). Po povratku obojice igrača posle prodora i skip dodavanja trenerima, treneri im daju loptu za šut iz ugla (**dijagram 19**).

Posle prikazanih opcija, umesto šuta koji bi igrači trebalo da preduzmu, može da se ubaci, recimo, završnica prodorom i floater šutem.

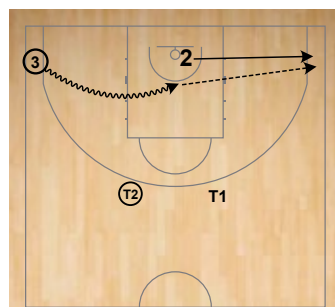
Kao trener sam tokom godina menjao svoj sistem rada. Naš cilj je uvek bio da pogodimo više slobodnih bacanja nego što će protivnik pogoditi šuteva spolja. Ali počeo sam da menjam tu taktiku i da učim i teram igrače da koriste floater šuteve. Čak i visoki igrači u mojoj ekipi moraju da budu sposobni da pogode floater. Ovi šutevi su čak i u NBA ligi počeli sve više da se koriste jer prosto mogu da se izvedu kada god želite - ne možete uvek da šutirate iz driblinga ili posle korišćenja blokada za izlazak... Ali floater šut uvek možete da izvedete, ma ko vas čuvao. Takođe, ovi šutevi su jako dobri ako se zaletite u odbranu koja se skupila u reketu, i umesto da probijate i



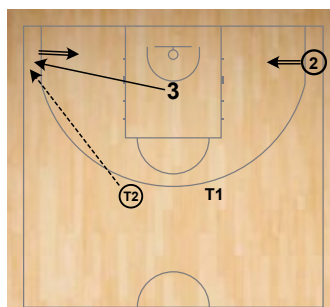
DIJAGRAM 19



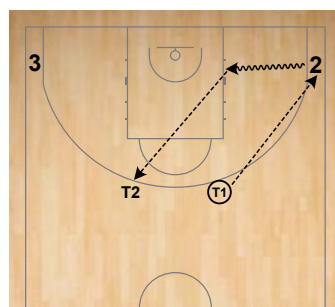
DIJAGRAM 14



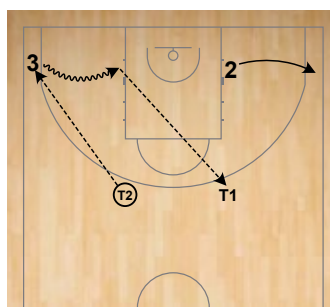
DIJAGRAM 15



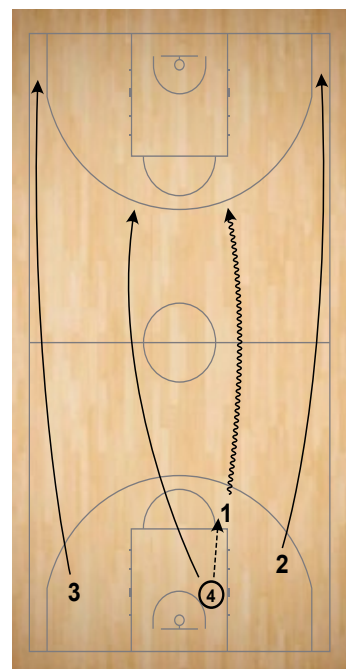
DIJAGRAM 16



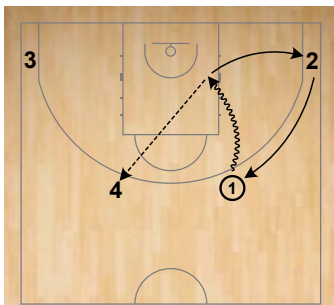
DIJAGRAM 17



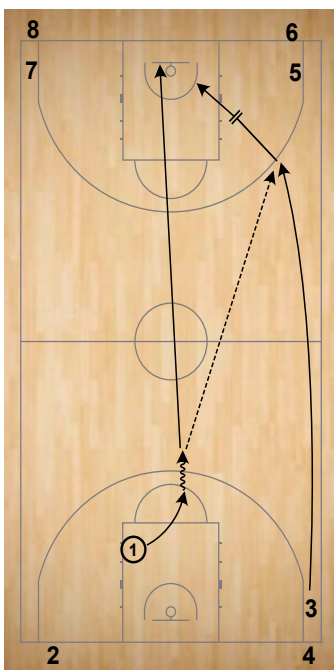
DIJAGRAM 18



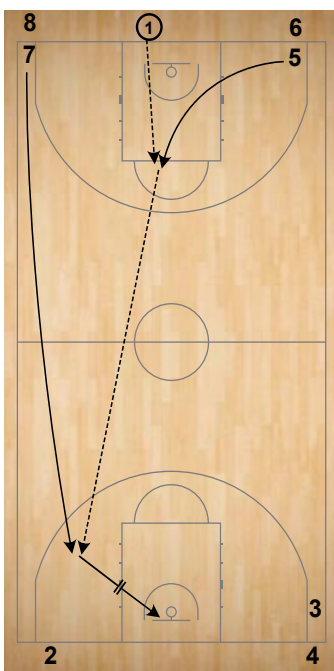
DIJAGRAM 20



DIJAGRAM 21



DIJAGRAM 22



DIJAGRAM 23



ulazite u kontakt sa igračima – i čak napravite faul u napadu – koristeći ovaj šut izbegavate kontakt sa igračima, a pored toga, ovaj šut ima 65% uspešnosti. Ipak, ako koristite ovaj šut i izbegavate kontakt sa odbranom, nećete imati veliki broj slobodnih bacanja.

Još jedna stvar koja se dešava da bi se igra usporila dok lopta prelazi s jedne strane na drugu jeste fintiranje polaska u dribling po prijemu lopte. Šta se dešava kada igrači fintiraju pre polaska u dribling? Dešava se da sudije sude grešku u koracima, pa čak i kada ona to stvarno nije. Zato ja od svojih igrača tražim da po prijemu lopte kolena drže nisko, a da loptu dignu visoko (to je jedina finta koju želim).

Sledeća vežba je sa četvoricom igrača, gde od njih želimo da nakon uhvaćene lopte u odbrani istrče što je pre moguće u tranziciji na suprotnu stranu i zauzmu željene pozicije (na mesta o kojima smo na početku govorili). Igrač 1 će preneti loptu driblingom, igrači 2 i 3 će popuniti uglova, a igrač 4 će zauzeti poziciju na suprotnoj strani od igrača 1 (dijagram 20). Igrač s loptom (1) napraviće prodor ka košu i izbaciti loptu napolje i popuniti jednu od pozicija. Ostali igrači treba da prate i popune prazne pozicije – konkretno, igrač 2 će popuniti startnu poziciju igrača 1 (dijagram 21). Tokom vežbe igrači dodaju loptu sledećem ako je rekao „još jedan“, a potom će neko od igrača napraviti prodor i izbaciti loptu nazad (nakon čega sledi popunjavanje pozicija). U svakom slučaju, vežba se radi kako bi se tokom jednog izvođenja napravilo sedam dodavanja, dve finte šuta (dakle, usporilo dodavanje) i konačno išlo u završetak floater šutom.

U samoj tranziciji više volim da moj organizator igre doda loptu ispred sebe i da je ekipa prenese dodavanjem nego driblingom. Takođe, moram da naglasim da što se same igre tiče, mi treneri smo ti koji načinom na koji branimo određene situacije (udvajanjima, iskakanjima na PnR poziciji...) možemo da zaustavimo određeni postavljeni napad koji protivnik igra protiv nas. Ali ne možete da zaustavite igrača koji ume da igra! Tako u

našem sistemu treninga učimo naše visoke igrače istim stvarima kojima učimo naše bekove. Tako da koju god vežbu da radimo, recimo „četiri igrača spolja“, i naši visoki igrači su deo te četvorice koji igraju sa spoljnih pozicija. Sledeća vežba je jedna od vežbi koje radimo i u kojima tražimo da se igrači na pozicijama 4 i 5 ponašaju kao svi ostali spoljni igrači.

U sledećoj vežbi dozvoljen je samo jedan dribling i to igrači koji dodaju dugačak pas u tranziciji. Naime, igrač 1 kreće s loptom kao da je dobio outlet dodavanje posle uhvaćene lopte i sa jednim driblingom (ili bez driblinga uopšte) pokušava da doda loptu igraču koji uz bočnu liniju trči u kontranapad (dijagram 22). Igrač iz ugla na suprotnoj strani (7) ne kreće dok lopta ne udari tablu prilikom polaganja igrača 3. Igrač 1, koji je dodao loptu za polaganje, taj je koji ide da je pokupi iz mrežice, ne dozvoljavajući da padne na pod. Kako je igrač 1 hvata i iskoračuje da je ubaci u teren, igrač 5 kreće sa utrčavanjem da primi outlet dodavanje da se započne tranzicija na suprotnoj strani (dijagram 23). Igrač 5, koji primi loptu bez driblinga, dodaje je igraču 7, koji je već istrčao na suprotnu stranu (jer je on krenuo kada je lopta dodirнула tablu prilikom polaganja igrača 3). Po istom principu se vežba i kretanja nastavlja sa ostalim igračima – igrač 5 ide da pokupi loptu iz mrežice i ubaci je u igru igraču 2, koji je prima, dok igrač 4 iz ugla trči na suprotnu stranu u kontranapad. Lopta mora da se doda ispred igrača koji treba da natrči na nju. Na skok u odbrani (da pokupimo loptu iz mrežice) idemo s dve ruke, nikada jednom. Jednom rukom ćemo samo reagovati u odbrani kada idemo na skok u zoni linije slobodnih bacanja, želeći da je na taj način skrenemo i dodamo nekom od svojih saigrača, u suprotnom, kada smo bliže košu ispod linije slobodnih bacanja, uvek idemo sa dve ruke da hvatamo loptu prilikom skoka u odbrani. Ovom vežbom pokušavamo da igramo brzo i da trčimo brzo, dok nam um radi sporo i imamo vremena da razmišljamo. ●

Priredio: Goran Vojkić, viši košarkaški trener

Odbrana s preuzimanjem i neutralizovanjem - mismatch situacija

Naš stari poznanik i uvek rado viđen predavač trener Ettore Messina otvorio je 21. Košarkašku kliniku „Dušan Duda Ivković“ u veoma posećenoj dvorani „Ranko Žeravica“. Na početku svog izlaganja zahvalio je UKTS na pozivu da bude učesnik eminentnog trenerskog skupa i posebno pomenuo saradnju sa svojim prijateljem Duletom Vujoševićem.

Italijanski stručnjak je imao posebnu motivaciju da podeli s nama svoja razmišljanja u donošenju odluka na terenu. Danas je sasvim drugačije nego kada je kao mladi trener započeo karijeru. Svi sada imaju pristup obilju informacija (od interneta, treninga, klinika itd.). Napomenuo je da je veoma važno da se procene informacije i da treneri odrede ono što može da im koristi za izgradnju sopstvenog sistema igre. Messina je objasnio da će nam izložiti svoj pogled na temu preuzimanja i napadu na taj način odbrane.

Napomenuo je da se počinje od osnovnih stvari. Na treningu se prate igrači koje želimo da obučimo i da ih korigujemo. Messina je posebno istakao da ga dva faktora u osnovi vode kroz treninge i utakmice u pokušaju da razume uspešnost ili neuspešnost urađenog. Ti faktori, veoma bitni u košarci, jesu **VREME** i **PROSTOR**.

● Primeri stvaranja/eliminisanja vremenske prednosti

VREME u našem sportu znači da radiš nešto sve dok se to ne završi. To nije da radiš, završiš i počneš novu aktivnost. Očigledan primer je momenat dodavanja lopte igraču. (**dijagram 1**) U konkretnoj situaciji dodaje se onog momenta čim se napadaču vidi lice prilikom izlaska iz blokade. Kada primi loptu, napadač može da šutira, a ako je odbrambeni igrač blizu, onda

može da aide u prodor. To je osnovno pravilo košarkaškog napada.

Sličan primer (prilikom dodavanja, kada odbrana odlazi u pomoć) prikazan je u narednom dijagramu. (**dijagram 2**) Lopta se dodaje brže nego što odbrambeni igrač vrati i zauzme close out poziciju.

Sledeći primer (**dijagram 3**) prikazuje reakciju odbrambenog igrača na kretanje napadača koji koristi blokadu. Igrač odbrane X2 (deny) ne dozvoljava napadaču 2 da iskoristi vreme za akciju, da kreira i koristi prednost (agresivno se prati igrač napada preko blokade). Sa iskakanjem (jumping) odbrambenog igrača X1 na igrača s loptom, napadač je primoran na dodatni dribling, tako da kasni s dodavanjem (gubi se tajming napada). Odbrana na ovaj način troši vreme napadačima.

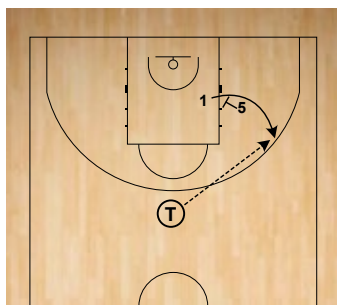
Što se tiče napada, traži se pravovremenost s brzim protokom lopte, postavljenjem dobrih blokada, kreiranjem male izolacije (sopstvene ili saigračeve). Stvaranje prednosti u vremenu (TIMING) vrši se dodavanjem u pravom momentu (čim je saigrač otvoren za prijem lopte, kreće dodavanje).

Čitanjem odbrane pri prolasku kroz blokadu napadač stiče prednost. (**dijagram 4**) U momentu kada odbrambeni igrač želi da prođe kroz blokadu (nogom je ušao u prostor između igrača koji postavlja blokadu i njegovog odbrambenog igrača), dodavač započinje izvođenje dodavanja (nikako kasnije) lopte u ugao. Primjenjuje se jednoručno ili dvoručno dodavanje iznad glave. Prekasno je dodavanje (gubi se prednost) ako je odbrana prošla kroz blokadu. Fokus dodavača je čitanje pozicije odbrambenog igrača u cilju pravovremenog dodavanja.

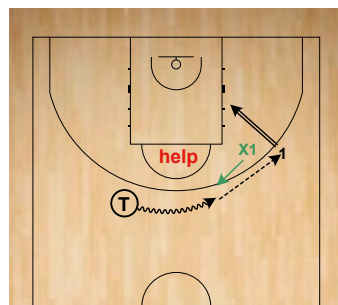
Napadački posmatrano, prednost se stvara kretanjem bez lopte i dodavanjem.



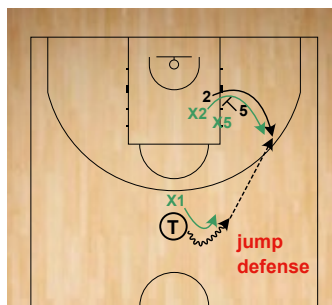
Danas je sasvim drugačije nego kada je kao mladi trener započeo karijeru. Svi sada imaju pristup obilju informacija (od interneta, treninga, klinika itd.). Veoma je važno da se procene informacije i da treneri odrede ono što može da im koristi za izgradnju sopstvenog sistema igre



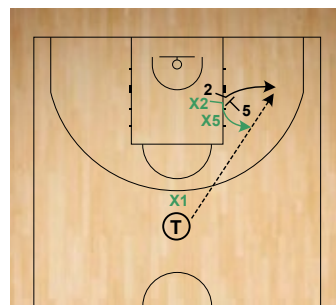
DIJAGRAM 01



DIJAGRAM 02



DIJAGRAM 03



DIJAGRAM 04



Možete da učite igrače košarku kao trener koncepta ili kao trener akcione celine (sequence of action). Kao trener koncepta učimo ih šta treba da rade u konkretnoj situaciji. Morate da se odlučite kakav trener želite da budete, trener koncepta ili akcije. Trener koncepta uči igrače kako da čitaju i reaguju

Sa odbrambenog aspekta, pokušava se usporevanje napada agresivnom deny odbranom, pritiskom na loptu, fizički odbranom od utrčavanja itd. Ovo je kao igra u šahu odbrane i napada (kreiranje i sprečavanje tajminga).

● **Primeri kako se kreira PROSTOR u napadu**

Ne sme da se dozvoli da jedan odbrambeni zaustavi dva ofanzivna igrača u isto vreme.

Igrač koji pomaže X2 ne može istovremeno da zaustavi loptu i svog igrača (dijagram 5a). Napadač svojom aktivnošću (prodorom) primorava odbrambenog igrača X2 da dođe u pomoć svom saigraču X1. Napad je stvorio prostor za otvoren šut posle dodavanja igraču 2.

Prostor je izuzetno bitan, tako da napad mora da vodi računa o rasporedu svojih igrača. (dijagram 5b). Napadač 4 (low post pozicija) zna da igrač s loptom 1 želi da napadne svog odbrambenog igrača. Ako bi ostao na svojoj poziciji, onemogućio bi prodor svog saigrača i zato izlazi napolje kreirajući prostor.

Ako igrač 4 nije šuter, utrčava na suprotnu stranu (dijagram 5c) i primorava odbrambenog igrača X3 da krene u pomoć. U tom slučaju napadač 1 ima opcije do-

davanja saigraču 4 (lob dodavanje) ili saigraču šuteru 3 na suprotnu stranu (skip pass). Znači, igrač 4 mora da kreira prostor saigraču s loptom, u suprotnom, njegov odbrambeni igrač X4 istovremeno ometa igru njegovog saigrača 1 (kao da čuva dva ofanzivna igrača).

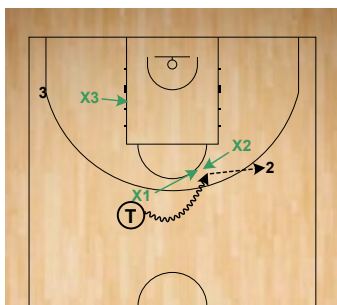
Važno je da se u toku trajanja napada (24 sekunde) prostor u kome se igra kontinuirano menja. Treba da se uče igrači da čitaju prostor i reaguju. Ako se ne reaguje dobro u odnosu na poziciju odbrambenog igrača, prostor se narušava i napad pravi gužvu.

Možete da učite igrače košarku kao trener koncepta ili kao trener akcione celine (sequence of action). Kao trener koncepta učimo ih šta treba da rade u konkretnoj situaciji. Morate da se odlučite kakav trener želite da budete, trener koncepta ili akcije. Trener koncepta uči igrače kako da čitaju i reaguju.

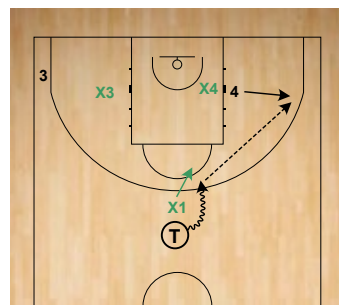
Mesina daje sledeći primer (dijagram 6a):

Napad organizuje PnR i dribler prolazeći blokadu ide na stranu dva ofanzivna igrača. Ako X2 pomaže, lopta se dodaje njegovom protivniku 2 (moguća opcija).

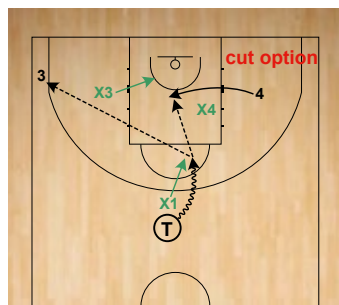
Neki treneri (dijagram 6b) upotrebljavaju napad sa utrčavanjem igrača 2 (back door). Posle help odbrane sledi dodavanje igraču 4, koji ima otvoren šut.



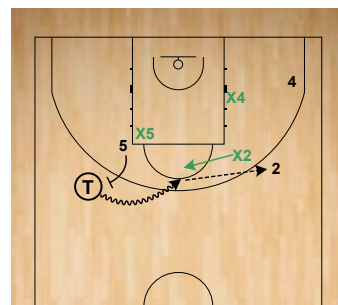
DIJAGRAM 05a



DIJAGRAM 05b



DIJAGRAM 05c



DIJAGRAM 06a

Treneri takođe primenjuju flare screen (dijagram 6c) tako da se, posle dodavanja, kreira otvoren šut za igrača 2.

Trener Mesina voli da koristi (dijagram 6d) utračavanje igrača 4. Tako se otvara prostor za dodavanje igraču 2 ili eventualno lob dodavanje igraču 4.

Morate da se odlučite koji ćete koncept da primenite u napadu na jačoj strani prilikom help situacije. Mesina daje primer da kada je bio bio asistent u NBA ligi, glavni trener je voleo da zove rescreen, kada odbrana ide ispod blokade. U Evropi, kada odbrana ide ispod blokade, napad radi rescreen i napadač s loptom ide na suprotnu stranu. Tu se vidi razlika u treniranju koncepta ili akcije.

VREME i PROSTOR su veoma značajni. Napadački tim kreira TAJMING, a defanzivni želi da to poništi. U napadu želiš da kreiraš SPEJSING, a kao protivnik želiš da organizuješ odbranu koja će to sprečiti (kreiraju se situacije s mnogo pomoći na igraču s loptom over help).

ODBRANA

Prema Mesininom mišljenju, mnogo vremena se na klinikama provede pričajući kako da se brani PnR, o akcijama za šutera i kako organizovati preuzimanje. Dve su veoma bitne stvari u odbrani, a to su tranzicijska odbrana (ne dozvoljavaju se poeni iz kontr napada) i poeni iz drugog napada (limitirati koliko god je moguće poene iz ofanzivnog skoka). Dobar tim će ubaciti između 10 i 15 poena iz kontr napada i 10 poena iz ofanzivnog skoka (to je ukupno 25). Ako možete da sprečite ovakve poene, kako će protivnički tim da postigne 80 poena? Stavite sebe u poziciju da nećete da dozvolite lake poene (poene iz kontr napada, ofanzivnog skoka i slobodnih bacanja). Ne faulirajte igrača u šutu, pametno iskoristite bonus ili faulirajte igrača koji su slabi šuteri. Postići 60-65 poena na polovini terena je veoma komplikovano (posebno u modernoj košarci, s pravilima i terenom koji je veoma mali). To je veoma teško.

Mesina smatra da NBA trener Popović svakodnevno predugo radi tranzicijsku odbranu. Važno je da se primora napad da igra na polovini terena I, ako je moguće, da završava sa skok-šutom, a ne poenima iz reketa. Savet je da se poeni mogu primiti samo spolja. Pričajući o zgrađivanju i poenima iz drugog napada, Mesina ističe da želi da njegova odbrana limitira, koliko je moguće, rotacije. – Svaki put kada nas stave u rotaciju jer moramo da pomognemo, svi se kreću, i to je propast. Čak i kad zaustavimo šutera, lopta je u vazduhu, 4-5 igrača se kreće i nemoguće je postaviti box out. Tako napad može da ostvari skok u napadu. Cilj je da limitirate lake poene i situacije koje nas stavljaju u rotaciju.

● Preuzimanje

Glavni razlog za preuzimanje, po Mesini, jeste slaba odbrana PnR. Ako se iskače u odbrani kod PnR, napad

kreira prednost zato što radi slip, roll ili brzo dodaje loptu. Ako se lopta usmerava na bočnu ili čeonu liniju, protivnik ide na pop i suprotnu stranu. Možda nije dovoljan jak pritisak na lopti, a onda je teško da se borite se s blokadom.

Glavni razlog zašto preuzimamo, po Mesini, jeste zato što smo (odbrambeno) loš PnR tim.

Drugi razlog je što napadački tim nema kvalitetnu post igru (igrači su visoki, ali nisu dovoljno vešti za napad na toj poziciji i možda se samo okrenu i šutnu).

Treći razlog za preuzimanje je što se tako zaustavlja kretanje lopte. Mesinin zaključak je da se kod mnogo timova bekovi posle blokade, kada vide preuzimanje, vraćaju driblingom nazad (retreat), tražeći izolaciju jer žele da napadnu.

Obično odbrana preuzimanjem usporava napad (freezing offense). Samo neki timovi, kada vide preuzimanje, kreću s brzim dodavanjima da nađu mismatch.

Znači postoje tri bitne situacije:

1. Pomaže se lošem PnR odbrambenom igraču;
2. Daje se prednost lošem protivničkom post up igraču
3. Usporava se napad usporavanjem kretanja lopte (freezing the offense).

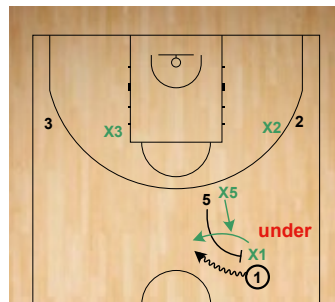
Činjenica je da posle preuzimanja napadači počnu da razmišljaju o mismatch situaciji. Na taj način postaju spori i na kraju se odluču na izolaciju.

Iako protivnički tim nije previše dobar na postu, ne treba da se preuzima previše rano. Ako se to uradi, napadači imaju više vremena da traže mismatch na postu, onda se pravi foul i brzo se uđe u bonus.

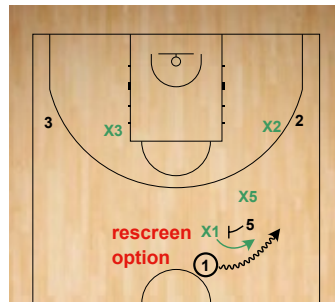
Mesina primenjuje jednostavan koncept kada se postigne koš (a koristi preuzimanje u odbrani): igra odbranu preko celog terena (shadow press). Cilj je da se protivniku krađe vreme. Takođe, njegov tim vrši pritisak na igrača s loptom da se dribler nekoliko puta okrene pri vođenju i potroši šest-sedam sekundi pri prenosu. Odbrana pokušava da oteža prvo dodavanje na krilo i na visoku post poziciju. Tako protivnik samo troši vreme svog napada. Cilj je da se prvi PnR radi u 15-16 sekundi, pa posle preuzimanja ostaje 12 do 14 sekundi za napad.

Ako se promaši napad, a protivnik prenese loptu i postavi PnR, ne vrši se preuzimanje. Pre svega, cilj je da se zaustavi lopta visoko i prolazi se ispod prve blokade. Mnogo igrača se vraća trčeći unazad do linije tri poena. Kao rezultat toga protivnik postavlja prvi PnR u zoni šuta, a to nije dobro za odbranu. Zato mnogo vremena na treninzima Mesina radi footwork. Po prelasku sredine terena prvo se fintira agresija, a dva koraka pre linije tri poena pravi se pritisak na loptu (dijagram 7a). Ako se tada postavi prvi PnR, odbrambeni igrač (X1) prolazi se ispod blokade.

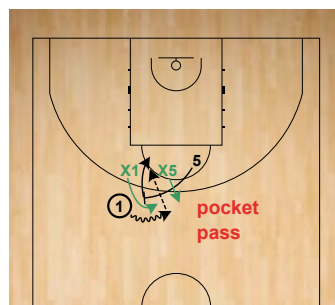
Dve su veoma bitne stvari u odbrani, a to su tranzicijska odbrana (ne dozvoljavaju se poeni iz kontr napada) i poeni iz drugog napada (limitirati koliko god je moguće poene iz ofanzivnog skoka)



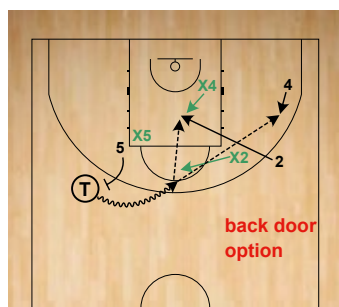
DIJAGRAM 07a



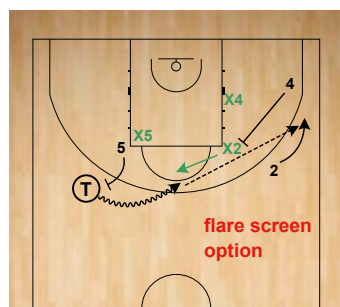
DIJAGRAM 07b



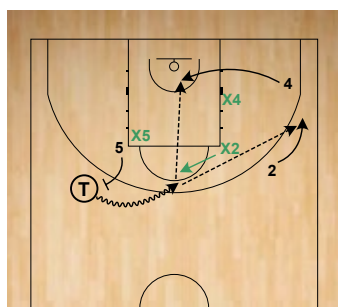
DIJAGRAM 08a



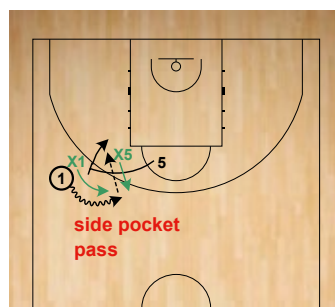
DIJAGRAM 06b



DIJAGRAM 06c



DIJAGRAM 06d



DIJAGRAM 08b



igraču s loptom. Prolazom ispod pruža se otpor igraču koji ide na roll. Igrač koji preuzima radi jump switch (**dijagram 9a**) tako da igrač s loptom, zbog dodatnog driblinga, nema vremena za pravovremeno dodavanje.

Direktno dodavanje u reket je veoma opasno, ali je sa ovakvim preuzimanjem (jump switch) otežano. Takođe, napadač nema opciju lakog šuta. Igrač odbrane koji je izvršio takvo preuzimanje posle popravljiva svoju poziciju u odnosu na koš. Mogućnost prodora je takođe otežana jer je odbrana napravila gužvu u reketu.

Prosečni timovi preuzimaju flat (**dijagram 9b**), ali kvalitetni protivnici takvu odbranu kažnjavaju dodavanjem direktno u reket. Igrač s loptom u reketu može da šutira, da uradi zadnji (reverse) pivot i doda. To je veliki problem za odbranu.

Zaključak za odbranu je da pri preuzimanju vrši ranu komunikaciju, jump switch, povlačenje (retreat) i otpor (resist) igraču koji roluje.

Mesina je dao veoma jednostavnu vežbu PnR odbrane. (**dijagram 10a**).

Kad trener T2 da znak igraču na poziciji 4 ili 5, on trči i postavlja blokadu igraču s loptom. Trener T1 dodaje loptu nekom od spoljnih igrača 1, 2 ili 3. PnR se brani sa preuzimanjem.

U sledećem primeru (**dijagram 10b**) malo je drugačiji raspored igrača, ali je sve isto kao u prethodnoj vežbi. Fokus odbrane je na igraču s loptom i igraču koji postavlja blokadu. Veoma je laka vežba i radi se takmičarski. Igrači odbrane komuniciraju (pick, pick, switch, switch) i preuzimaju.

Napad zauzima nov raspored (**dijagram 11**), pa su igrači 3 i 4 u uglu terena, 5 postavlja blokadu i roluje, a 1 i 2 su iznad linije tri poena. Dok dva igrača vrše preuzimanje pri PnR, ostali igrači odbrane postavljaju trougao (brane prostor i dodavanje svojim neposrednim protivnicima). Zašto se postavljaju u trougao? Odbrambeni igrači (X1, X2 i X3) pomažu, a u momentu preuzimanja izlaze na svoje igrače. Preciznije, u momentu poziva za preuzimanje (switch, switch) igraču napada se drže u deny odbrani dve sekunde. Ne dozvoljavaju se otvorene linije dodavanja u reket. Ako napadači, koji ne učestvuju u PnR, neometano prime loptu, imaju dobar ugao za dodavanje igraču, koji je u rolu. Po isteku dve sekunde odbrambeni igrači se vraćaju u help poziciju.

Mesina tvrdi da ako se želi dobra odbrana, da ne možemo da budemo agresivni 24 sekunde, a da pritom zadržimo koncentraciju. - Juniori i kadeti igraju agresivno, ali jednog momenta protivnik probije i da lak koš. S druge strane, igrač odbranu dva metra daleko od napadača i bude isto. Moraš da pomogneš, sprečavaš prodor, ali moraš i da se vratiš na vreme na svog protivnika. Moraš da vršiš pritisak na šutera, ali ne prekasno.

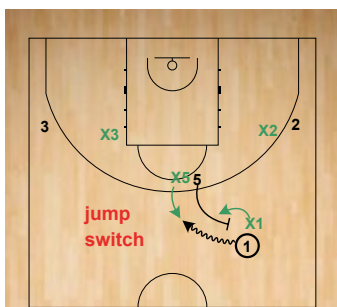
Kod postavljanja rescreena (**dijagram 7b**), prolazi se preko blokade i lopta se usmerava ka bočnoj liniji terena.

Ne radi se preuzimanje na visoko postavljenu PnR. Tek kada se lopta prebaci na suprotnu stranu, onda se pri odbrani PnR primenjuje switch. Naročito je bitno da se visoko uzimaju dobri šuteri.

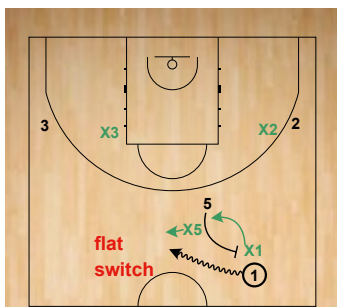
Savet je da se uloži napor da se lopta zaustavi visoko. Mesinin tim ima pravilo da prvi PnR preuzima sa igračem na poziciji 4, dok je sa igračem na poziciji 5 odluka fleksibilna (zavisi ko igra na poziciji 5 u odbrani, a ko u napadu).

Mesina je istakao problem kada protivnik ne odstaje od short roll opcije, čak ni na bočnim pozicijama. (**dijagrami 8a i 8b**) Onda njegov tim obavezno koristi preuzimanje prolaskom ispod blokade. Komunikacija je veoma kvalitetna (na vreme se zove switch) i preuzima se ispod blokade. Na dijagramima je prikazana situacija preuzimanja iznad blokade, što napadu daje očiglednu prednost.

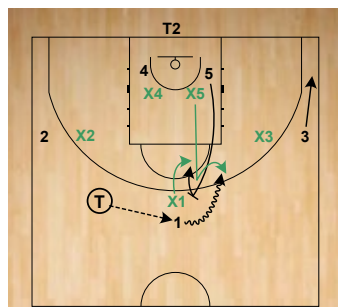
Rana komunikacija je neophodna uz kontakt na



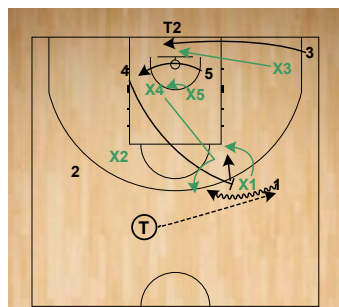
DIJAGRAM 09a



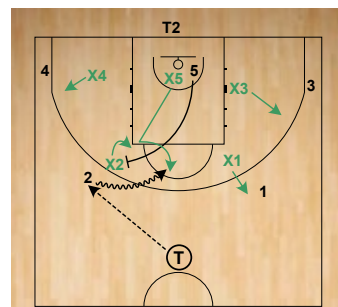
DIJAGRAM 09b



DIJAGRAM 10a



DIJAGRAM 10b



DIJAGRAM 11

● **Mismatch pozicija**

Sljedeća vežba (**dijagram 12a**) prikazuje situaciju nakon preuzimanja kod PnR. Nastaje mismatch dodavanjem na stranu rol igrača. Niski igrač odbrane X2 igra ispred napadačkog niskog posta. Ostali igrači odbrane (X5, X2 i X3) postavljaju se u zonu s raširenim rukama.

Ako se lopta doda niskom postu, vrši se udvajanje (**dijagram 12b**) sa igračem koji je došao u pomoć sa slabije strane. Pritisak na loptu ključ je dobre odbrane u cilju ometanja dodavanja niskom postu.

Odbrana se nada da će igrač s loptom X4 da prodre do čeonje linije, što bi bilo napadačko samoubistvo. Sada odbrana kreira protivničke greške i loše šuteve. Pritisak na loptu rezultira lošim dodavanjima, prodorima i šutevima napadača.

Mesina je posebno napomenuo da se preuzeti igrač na niskom postu (mismatch) ne čuva snagom, već brzinom odbrambenog igrača. Odbrana izbegava (release) kontakt. Posebno pitanje je da li želimo da ostanemo u zamci koju smo postavili niskom postu sa loptom u posedu. Ako je analiza pokazala da je loš dodavač, odbrana



ostaje u postavljenoj zamci. U suprotnom, napušta se zamka (igrač koji je došao u pomoć ostaje na niskom postu, a igrač koji je izvršio preuzimanje se oslobađa i odlazi na drugog slobodnog napadača). Ako se ostaje u trapu, učimo igrače detaljima. Ukrštaju se noge sa saigračem, da protivnik ne probije zamku i izvrši dodavanje. Na taj način se napadač dovede u poziciju da izvrši dodavanje koje je sporo i iz neravnoteže.

Prema Mesininom mišljenju, svi vole trostruko preuzimanje (**dijagram 13a**). Triple switch nikad ne dolazi sa single sidea, jer se dodavanjem otvara šut za tri poena.

Ako imamo dva igrača iza (double side), možemo da pripremimo trostruko preuzimanje (**dijagram 13b**). Na ovaj način visoki odbrambeni uzima visokog igrača napada.

Na kraju da se nešto kaže o situaciji kada se igra open deny (**dijagram 14**).

Mesina koristi open deny jer odbrambeni igrač dobro vidi tok PnR napada, a istovremeno ne otvara šut svom direktnom protivniku. Visoki igrači imaju osećaj da mogu da pokriju veliki prostor na taj način.

NAPAD

Mesina ne želi da počne PnR suviše kasno jer želi da ostvari prednost u reketu. Ove godine je koristio ANGLE situaciju. Lopta se dodaje na single side (**dijagram 15a**), 5 posle PnR ide u low post poziciju, 4 ide u flash na poziciju visokog posta, a 2 ide u ugao.

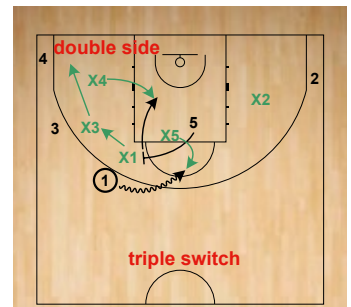
Igrač 4 po prijemu lopte na visokom postu (**dijagram 15b**) ima poziciju za šut, high/low dodavanje i dodavanje šuteru u ugao.

Ako odbrana (X5) zatvara poziciju za prijem lopte na visokom postu (**dijagram 15c**), igrač 4 pravi flare blokadu za igrača 1, koji tako po prijemu lopte ima otvorenu poziciju za šut, prodor ili dodavanje.

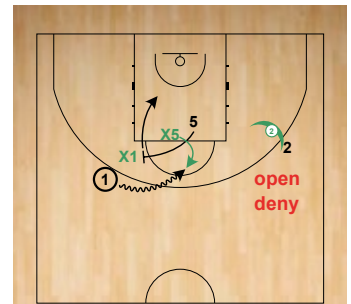
Naravno, ne izostavljaju se osnovna dodavanja posle PnR. Bekovi moraju da znaju džepno dodavanje (pocket pass) za igrača u rolu, kao i skip dodavanje u ugao. Visoki igrači takođe moraju da znaju kratko džepno dodavanje za high/low, kao i dodavanje šuteru (skip pass) u suprotni ugao.

Finalno za napad, ako ništa nije uspeo, onda se u poslednjim sekundama pravi izolacija za spoljnog protiv visokog igrača odbrane. Odbrambeni igrač fintira napad na loptu, lagano se povlači nazad sa ciljem da napadač šutira preko njegove ruke. Napadač koristi nekad šut, a nekad prodor, zavisno od situacije. U svakom slučaju, mora biti obučen da svojom tehnikom i individualnom taktikom realizuje napad. (iz lateralnog kretanja s loptom, uz fintu, menja pravac kretanja, ubacivanjem ramena ulazi u kontakt i prodire pod koš, sa naskokom u stranu ili nazad dolazi u poziciju za skok-šut). ●

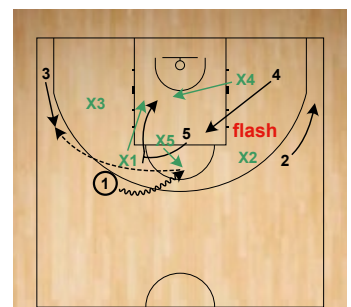
Priredio: Igor Kovačević, viši košarkaški trener



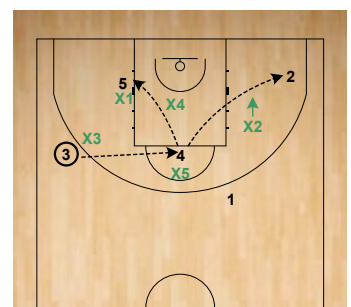
DIJAGRAM 13b



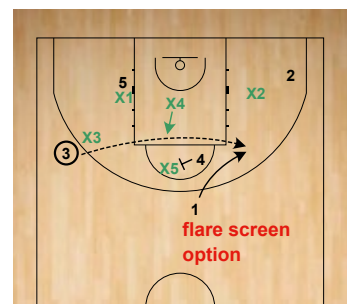
DIJAGRAM 14



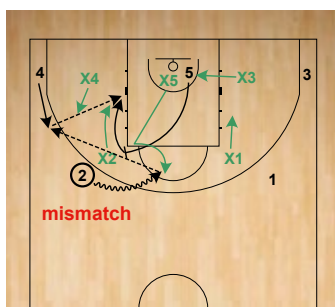
DIJAGRAM 15a



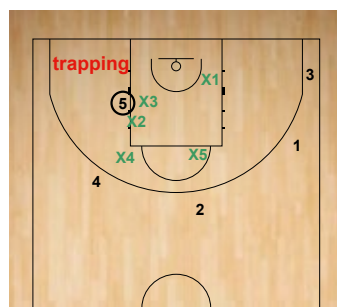
DIJAGRAM 15b



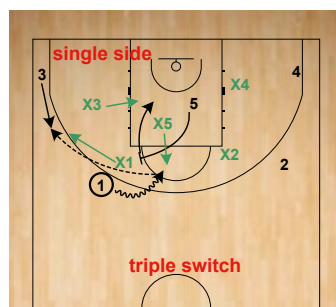
DIJAGRAM 15c



DIJAGRAM 12a



DIJAGRAM 12b



DIJAGRAM 13a



Opcije u tranzicionom napadu (I DEO)

Najteža faza je je igranje pozicionog napada. Sve ideje prikazane na predavanju, kada nemate tim koji trči mogu se iskoristiti za pozicioni napad. Karakteristika tranzicije je tempo napada, koji treneri mogu da kontrolišu igrajući rani napad ili sekundarni kontranapad. Tim i trener dobijaju na taj način kvalitet.

Igor Kokoškov trener sa dve decenije bogatim NBA iskustvom održao je na 13. Beogradskoj Klinici predavanje „Opcije u tranzicionom napadu“. U svom izlaganju izneo je različite sisteme i ideje kolega iz NBA sa kojima je saradjivao ili protiv kojih je igrao. Prisutni treneri su imali priliku da na terenu vide dijapazon različitih informacija, koje se mogu iskoristiti u pripremi igre sopstvenog tima.

Kokoškov je objasnio kako su igrački potencijali timova definisali strategiju igre.

„Klipersi su imali mlad tim i nisu mogli uspešno da igraju na polovini terena. Tako neiskusni tim je bio orijentisan na agresivnu odbranu i kontranapad.

Detroit sa trenerima Braunom i Saundersom su imali konzervativniji i konvencionalniji tim. Trener Lari Braun je inače predstavnik škole Dina Smita tvorca sekundarnog kontranapada. Sa timom se radilo dosta na polovini terena.

Odlaskom u **Feniks** i rad sa Stivom Nešom je ulazak u potpuno je drugu filozofiju igre. Igrala se druga košarka, sa različitim tempom igre i sa drugom selekcijom šuta.“

Kao zaključak se nameće, da je neophodno da imate ličnu sistematizaciju igre, da bi bili uspešan trener.

Kokoškov je zatim objasnio da napad ima 4 faze: kontranapad, sekundarni kontranapad, rani napad i pozicioni napad.

Kontranapad je svaka situacija gde postoji brojčana prednost od 1:0 do 5:4. Traži se čista situacija da se lopta položi u koš ili kreira prilika za otvoreni šut.

Sekundarni kontranapad je nastavak napada visokog tempa od 5 do 7 sekundi, sa minijaturama gde se čita odbrana. Inicira se brz napad visokog ritma.

Rani napad je takodje visokog ritma ali bez brojčane prednosti. Iz tranzicionih linija ulazi se u napad na odbranu. Nešto je sporijeg tempa i primenjuje se posle odbranjenog koša.

Pozicioni napad se koristi u bilo kojoj formaciji i koristi se kad god se želi. Napad se odvija na polovini terena bez brojčane prednosti.

Trener Kokoškov je u Feniksu imao sporiji tim pa je akcenat u igri bio na ranom napadu i sekundarnom kontranapadu. Pozicioni napad se igrao samo na završetku utakmice. Opređenje za sekundarni napad ili rani napad zavisi po mišljenju Kokoškova pre svega od toga kako će da se kontroliše tempo utakmice.

U Evropi se malo koristi sekundarni kontranapad i rani napad. To je zaključak a ne kritika trenera Kokoškova. U sekundarnom kontranapadu se često koristi PnR, pa ako se ne završi prelazi se na pozicioni napad.

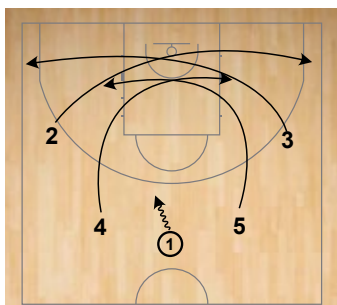
Predavanje je koncipirano tako da se daju informacije a izbor i način korišćenja je ostavljen trenerima. Kokoškov je dao neku vrstu zaključka da:

1. Igrački personal opredeljuje izbor. Možda tim sa kojim radite nema trkački potencijal? Radiš ono što ti omogućava da pobediš.

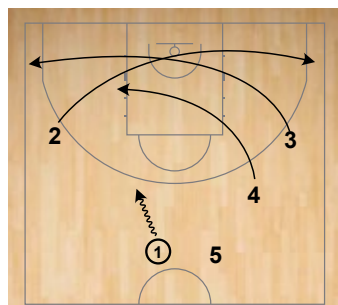
2. Mnogi treneri ne osećaju kada i šta mogu da iskoriste. Kada rani napad a kada sekundarni kontranapad?

3. Jedan od glavnih problema je kako se šta trenira? Kod legendarnog trenera Lari Brauna kada se primi koš igra se pozicioni napad. Posle odbranjenog protivničkog napada (nakon skoka, osvojene lopte itd.) tim istrčava i zove se sekundarni kontranapad ili rani napad. To je bilo pravilo koje se koristilo.

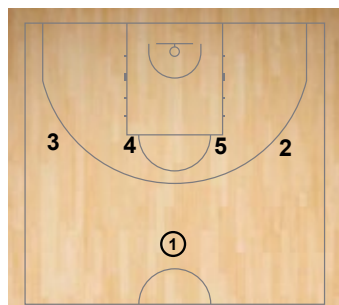
Najteža faza je je igranje pozicionog napada. Sve ideje prikazane na predavanju, kada nemate tim koji trči mogu se iskoristiti za pozicioni napad. Karakteristika tranzicije je tempo napada, koji treneri mogu da kontrolišu igrajući rani napad ili sekundarni kontranapad. Tim i trener dobijaju na taj način kvalitet. Protok lopte najbolje govori o ovom momentu (gledajući San antonio gde se lopta brzo prenosi a odbrana pada).



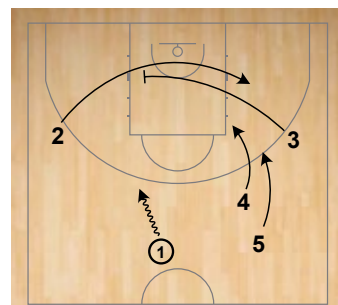
DIJAGRAM 01



DIJAGRAM 02



DIJAGRAM 03



DIJAGRAM 04



Sezonu počinjemo sa uigravanjem kroz **Rani napad**. Veoma je dobro za početak kao kondicioni deo, uigravanje linija napada, stvaranje tandema itd. Tim još nije spreman da igra na polovini terena a daleko od toga da trči kontranapad. Slabost tranzicionog napada je odbrana. Da bi razvio tranzicioni napad potrebno je da odbrani koš, pa tek onda se trči. Kritičari ističu da brza igra nosi velike rizike i kada je važnost utakmice velika to limitira tim.

„U Feniksu realnost je da se prva četvrtina igra otvoreno a u drugoj se forsira visok tempo, da bi na kraju četvrtine igralo na polovini terena. U trećoj četvrtini se opet igra sa jakim tempom a u četvrtoj četvrtini se usporava. Na kraju utakmice se koristi najbolji igrač da bi se dobila utakmica. Kada se završava četvrtina kalkulišemo (pedesetak sekundi do kraja) i gledamo da igramo 2 napada a protivnik samo 1 („2 za 1“). Konkretno igramo brzi prvi napad, pa posle protivničkog napada imamo zadnji posed.“

Kokoškov je izneo primere **FORMACIJE KONTRANAPADA** poznatih NBA timova (**dijagrami 01, 02, 03, 04, 05, 06, 07 i 08**).

Dijagram 01 je prikazao **Utah** kontranapad sa širokim ukrštanjem na čeonj liniji. Dosta sezona trener Sloan je igrao na ovaj način, da bi se to razvilo (**dijagram 02**) kasnije u kontranapad, gde se prvi trejler spuštao direktno na low post poziciju. Krilni igrač 3 je

imao zadatak da doda loptu na **post up** poziciju. U slučaju da se ništa ne postigne tim prelazi u formaciju 1-4 (**dijagram 03**).

Na sledećem primeru (**dijagram 04**) **Charlotte** primenjuje raspored uslovljen potencijalom igrača. Igrač 3 postavlja blokadu igraču 2 i ostaje u poziciji donjeg posta.

Igrači 4 i 5 nisu dobri šuteri i koriste se za postavljanje blokade šuteru 2 (**dijagram 05**). Igrač 1 ima izbor za dodavanje igračima 3, odnosno 2.

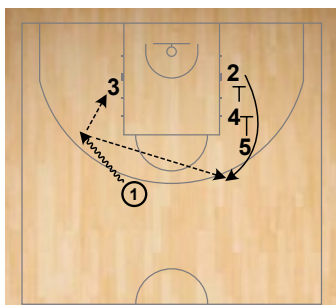
Na primeru (**dijagram 06**) **Miami** tim široko istrčava i otvara teren (centri takodje nisu dobri šuteri). Spoljni igrači imaju prostor i priliku da završe.

Huston takodje otvara ceo teren (**dijagram 07**). Igrač 5 nije dobar post up igrač, pa nakon utrčavanja u reket ide na suprotnu stranu. Ostali igrači su u širokom rasporedu.

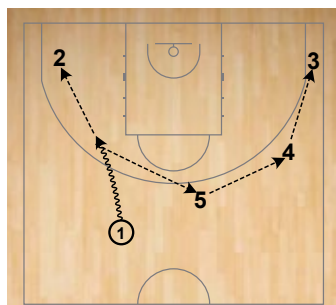
Detroit istrčava kontranapad (**dijagram 08**) tako da igrač na poziciji 4 (dobar post up) utrčava na niskom postu na strani lopte. Igrač 1 nakon dodavanja krilnom igraču 2 utrčava u reket i izlazi na suprotnu stranu koristeći blokadu igrača 5. Igrač 3 se u međuvremenu otvorio na poziciji za 3 poena. Igrač 5 je kao loš dodavač iskorišćen da napravi blokadu na slabijoj strani.

Kokoškov je konstatovao da je očigledno igrački potencijal uticao na opredeljenje trenera da definišu način tranzicije.

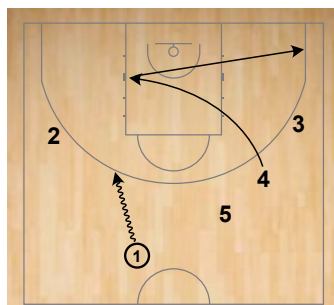
„U Feniksu realnost je da se prva četvrtina igra otvoreno a u drugoj se forsira visok tempo, da bi na kraju četvrtine igralo na polovini terena. U trećoj četvrtini se opet igra sa jakim tempom a u četvrtoj četvrtini se usporava. Na kraju utakmice se koristi najbolji igrač da bi se dobila utakmica. Kada se završava četvrtina kalkulišemo (pedesetak sekundi do kraja) i gledamo da igramo 2 napada a protivnik samo 1 („2 za 1“). Konkretno igramo brzi prvi napad, pa posle protivničkog napada imamo zadnji posed.“



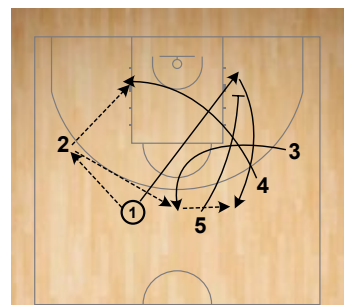
DIJAGRAM 05



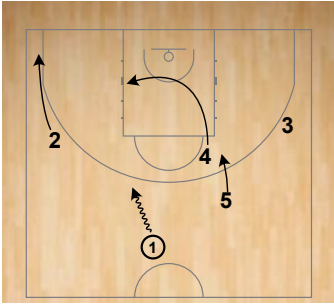
DIJAGRAM 06



DIJAGRAM 07



DIJAGRAM 08



DIJAGRAM 09

● **Vežbe kontranapada (5:0) na kolektivnom treningu**

Kad god je **TIMSKI TRENING** trener Kokoškov je otvarao kontranapad, što je prikazano na dijagramima od 01 do 07. Linije Tranzicije se strogo poštuju sa pravilima koja obezbeđuju kontinuitet.

Dijagram 10 – Trener nabacuje loptu na tablu a igrači 4 i 5 su u skoku za loptu. U slučaju da igrač 4 uhvati loptu, dodaje loptu igraču 1, koji je prenosi a on istrčava kao drugi trejler. Krilni igrači 2 i 3 istrčavaju a takodje i prvi trejler 5. Igrač 2 polaže loptu u koš posle dodavanja lopte od igrača 1. Trejler igrač 5 skače i hvata loptu, krilni igrači 2 i 3 menjaju strane a drugi trejler stiže do linije penala i okreće se na suprotnu stranu.

Dijagram 11 – Igrač 5 hvata loptu i dodaje igraču 1, koji je driblingom prenosi i dodaje krilnom igraču 2. Igrač 4 utrčava u srce reketa i prima loptu od krilnog igrača 2.

Trener Kokoškov koristi istu vežbu sa opcijom da realizaciju uzastopno izvrše oba krilna i oba visoka igrača (4 koša).

Sledeći zadatak je kontranapad gde svi igrači postižu po koš.

Dijagram 12 – Vežba se izvodi na isti način kao u dva predhodna dijagrama. Oba krilna igrača istrčavaju široko a kontranapad završava igrač 2.

Dijagram 13 – Kontranapad se kontinuirano nastavlja krilni igrač 3 polaže loptu u koš.

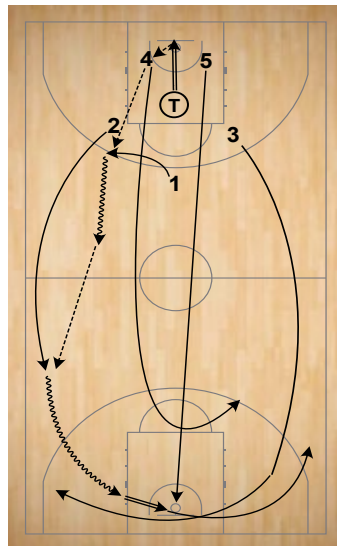
Dijagram 14 – Visoki igrač 2 spušta se na poziciju niskog posta i završava polaganjem ispod koša.

Dijagram 15 – U ovoj završnici kontranapada krilni igrač 2 koristeći trejlera igrača 4, prebacuje loptu krilnom igraču 3. Igrač 3 dodaje loptu niskom postu igraču 5, koji polaže loptu u koš.

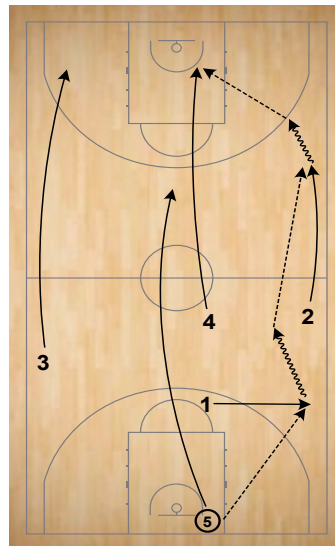
Dijagram 16 – U završnoj fazi ove vežbe visoki igrač 5 hvata loptu i dodaje igraču 1 koji brzim driblingom u dubinu prodire do koša a ostali igrači istrčavaju. ●

Priredili: Viši košarkaški treneri Igor Kovačević & Marko Mrđen

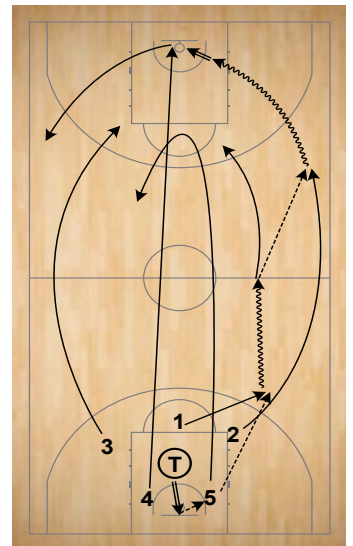
Kad god je timski trening trener Kokoškov je otvarao kontranapad. Linije Tranzicije se strogo poštuju sa pravilima koja obezbeđuju kontinuitet



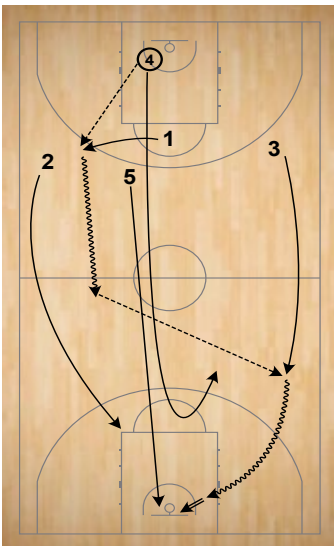
DIJAGRAM 10



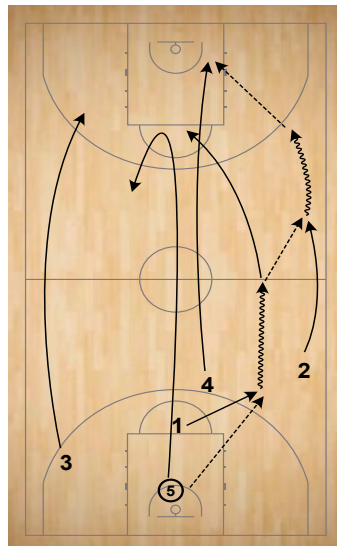
DIJAGRAM 11



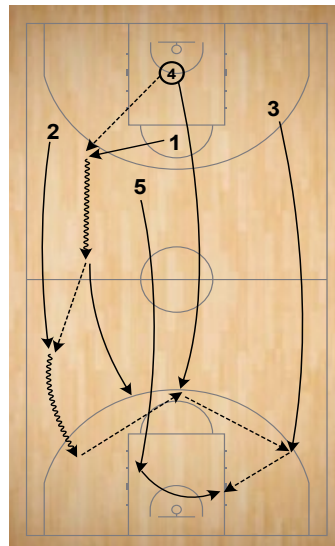
DIJAGRAM 12



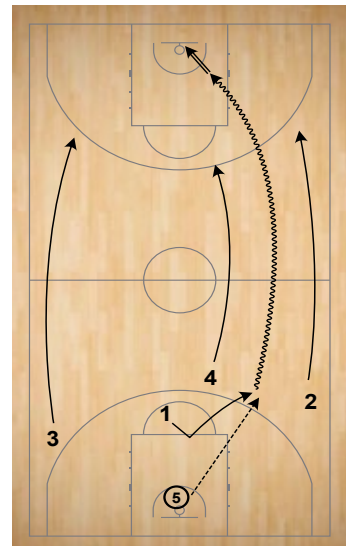
DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 14



DIJAGRAM 15



DIJAGRAM 16

NEW BOOK

IN EDITION

SERBIAN ASSOCIATION OF BASKETBALL COACHES



KOŠARKAŠKA FILOZOFIJA DUŠANA IVKOVIĆA



ČETIRI DEцениJE PROŽETE TROFEJIMA

TROFEJI, KLUBOVI (20)

- EVROLIGA 1997-2002
- KUP SARAJEVO 2000
- KUP KRKAČA 1979
- EVROKUP 2005
- PRVENSTVO JUGOSLAVIJE 1979
- KUP JUGOSLAVIJE 1979
- PRVENSTVO GRČKE 1992, 1997, 2002
- KUP GRČKE 1991, 2000, 2001, 2003
- PRVENSTVO RUSIJE 2001, 2004, 2005
- KUP RUSIJE 2005
- KUP TURSKO 2005
- SUPER KUP TURSKO 2013

TROFEJI, KLUB MLADE SELEKCIJE (1)

- JUNIORSKI FINIKS JUGOSLAVIJE 1974

TRENER GODINE U RUSIJI (2014)

- TRENER GODINE U GRČKOJI (2002)
- TRENER GODINE U EVROLIGI (2002)
- IZBOR U 50 NAJUSLUŠNIJENIH LIČNOSTI EVROLIGE (2014)

JUGOENKA EVROLIGE (2007)

- ČLAN KUĆE SLAVNIH (2007)
- PRIZANJE SVIETKE ASOCIJACIJE KOŠARKAŠKIH TRENERA
- OBITELJSKA NAJGRADIVA SPRIJUGOSLAVIJE
- NAJKA NAJGRADIVA REPUBLIKE SRBIJE
- NAČELNIK NO SPRTIJSKO PRIGRANJE REPUBLIKE SRBIJE
- ODREĐEN NEKOLIKO DRUGOG REDA REPUBLIKE SRBIJE
- POČASNI GRAĐANIN PUNJA
- NAJGRADIVA ZA ŽIVOTNO DOLO MORAŠEVA KOŠARKAŠKIH TRENERA SRBIJE (2012)
- ZLATNA ŽIVKA KOŠARKAŠKOG SAVIZA (2008, 2013)
- NAJGRADIVA ZA ŽIVOTNO DOLO (10) SRBIJSKOG POKLONIKU IMAJER SRBIJE (2013)

MEDALJE, REPRZENTACIJA (6)

- ZLATNE: SP U BUENOS AIRESU 1990, EP U ZAGREBU 1994, EP U RIMU 1995, EP U ATINI 1996
- SREBRNE: OF U SELBU 1988, EP U POLSKOJI 2007

MEDALJE, UNIVERZITETSKE IORE (2)

- ZLATNA: ZAGREB 1987
- SREBRNA: EDMONTON 1983

MEDALJE, POMOĆNIK SELEKTORA (1)

- BRONZANA (1): SP MAGRID 1986

MEDALJE POMOĆNIK SELEKTORA, MLAĐE KATEGORIJE (1)

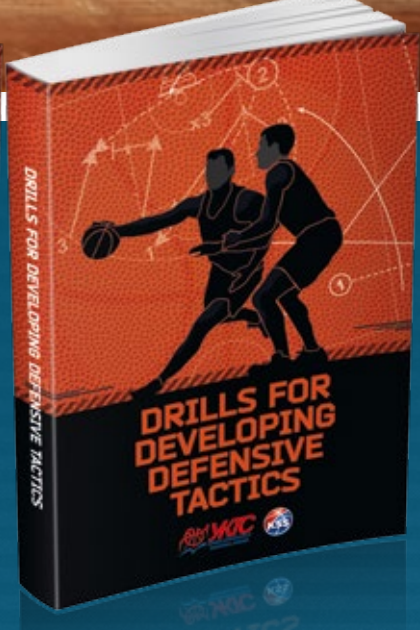
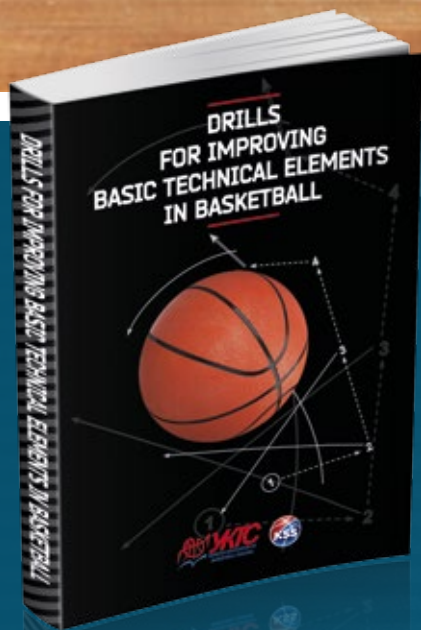
- ZLATNA: EP U-18 U SPANILU 1976

MEDALJE SELEKTOR, MLAĐE KATEGORIJE (3)

- SREBRNA: EP U-18 U FRANCOŠKOJI 1977, EP U-18 U PARIZU 1978
- BRONZANA: EP U-18 U DALLASU 1978

MEDALJE, SAVJETNIK SELEKTORA (3)

- ZLATNA: EP BARCELONA 1997, SP ATINA 1998
- SREBRNA: OF ATLANTA 1996



Tehničko-taktička obuka igrača na spoljnim pozicijama



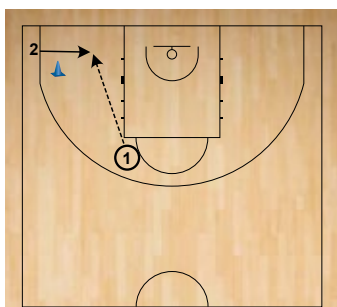
z mog iskustva, kako igračkog tako i trenerskog, obuku igrača na spoljnim pozicijama možemo podeliti na rešavanje situacija iz nekoliko različitih segmenata igre.

Prva, koju najčešće koristim u vidu zagrevanja, jesu različite završnice iz reketa. Možemo ih raditi iz situacija koje se najčešće dešavaju u igri. Jedna od njih je utrčavanje u prazan prostor iz ugla ili backdoor utrčavanje sa 45 stepeni. Možemo početi s najjednostavnijim dvokorakom i polaganjem na prvi obruč. Posle toga, iz dvokoraka možemo dodati polaganje na drugi obruč. Onda ubacujemo suprotni dvokorak, s leve strane desni, odnosno sa desne levi dvokorak. Možemo kombinovati polaganje iz desnog dvokoraka levom rukom i obrnuto. Takođe, treba raditi završnice iz naskoka, opet možemo kombinovati ulazak u naskok leva/desna nogom i obrnuto i polaganje unutrašnjom ili spoljašnjom rukom, na prvi ili drugi obruč, završnice iz alley oop dodavanja. Možemo dodati i zadatak da igrač uradi jedan brz dribling pri primanju lopte i uđe opet u jednu od prethodno pomenutih završnica.

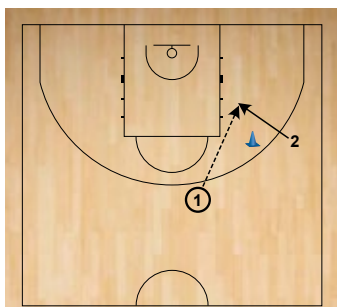
Druga situacija koju često srećemo u igri jeste napad iz close out situacija. Mnogi igrači, čak i na seniorskom nivou, uglavnom su naučeni da naskaču u dva kontakta i koriste ukršteni polazak u dribling u jednu stranu. Mnogo su lakši za scouting i teže dolaze do prednosti u tim situacijama. Iz tog razloga radimo naskok leva/desna i kombinujemo ukršteni polazak u dribling s direktnim polaskom u dribling. Posle toga radimo naskok desna/leva i opet kombinujemo ukršteni polazak u dribling s direktnim polaskom u dribling. Ovako dajemo igračima širi repertoar polazaka u dribling i automatski će biti teži za čuvanje protivničkim igračima. Ovdje možemo i dodati takozvani leteći close out, kada igrač napada loptu koja mu dolazi, odnosno pravi prednost u momentu kada se njegov odbrambeni igrač vraća na njega (San Emeterio,

Marin Rozić). U close out situacijama možemo dodati još neke završnice, kao što su cikcak dvokorak (euro step), ukršteni dvokorak, završnica iz rolinga (spin move), zaustavljanje u naskoku s fintom šuta pa onda završnica iz pivota (Rondo move), floateri iz dvokoraka, posle jednog koraka ili naskoka. Najvažnije u napadu iz close out situacija jeste brzina prvog koraka, jer je to momenat kada se pravi prednost nad odbrambenim igračem. Takođe, greška koja se često pravi jeste da napadač uhvati loptu posle prvog driblinga i dovode sebe rano u situaciju da mora da donese odluku da li da završi iz dvokoraka ili da doda loptu. Treba obratiti pažnju na stvaranju navike da se pravi još jedan dribling da bi se donosile bolje i mirnije odluke. U close out situacijama dodajemo i završnice šutem. Posle dva driblinga šut iz privlačenja, iz naskoka u dva kontakta, iz naskoka u jednom kontaktu, step back šut posle jednog ili dva driblinga, šut posle dva driblinga i finte šuta (Bodiroga, Dončić). Naravno, prva opcija kada se dobije lopta i odbrambeni igrač nije dovoljno blizu jeste šut bez driblinga (catch&shoot). U ovoj situaciji treba obratiti pažnju na brzinu dolaska na mesto s koga šutira, napraviti nekoliko brzih koraka u dolasku na biranu poziciju da bi imao mirniji šut. U svakoj od ovih situacija bi bilo bolje dodati pomagača koji bi glumio odbrambenog igrača radi stvaranja osećaja za prostor u odnosu na odbranu (igrači mogu da se rotiraju u toj ulozi ili pomoćni trener).

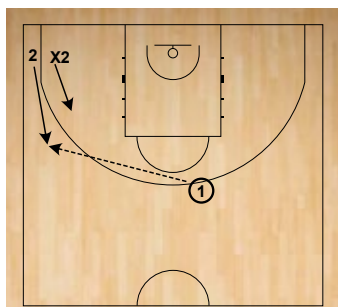
Treća situacija u kojoj se često nalaze igrači na spoljnim pozicijama je igra 1:1. U današnjoj košarci treneri se često odlučuju za odbranu preuzimanjem (switch defense). Igrač bi trebalo da bude obučen da rešava situacije 1:1 driblingom spolja kako prodorom, na čemu insistira većina trenera, tako i da sam sebi izgradi šut iz povoljne pozicije. Treba insistirati da se takve situacije rešavaju što brže i da se sa svakim driblingom pokuša napraviti prednost. Za uvod u igru 1:1 bih preporučio takozvani



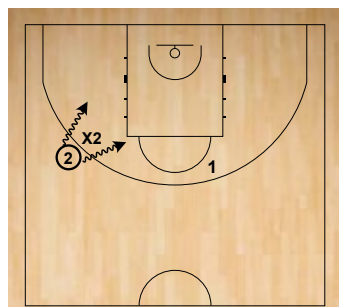
backdoor završnice 01



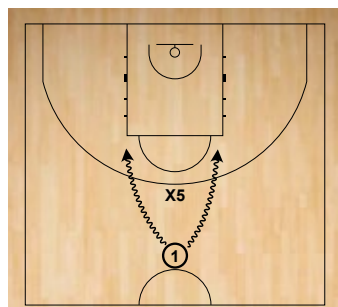
backdoor završnice 02



završnice close out 01



završnice close out 02



igra 1 na 1

hesitation dribble, iz kojeg se može ući u različite finte. Prva situacija koja je najjednostavnija je hesitation + promena ritma + napad direktnim korakom iz driblinga. Takođe, treba insistirati, kada se promeni ritam i napravi se neka prednost, da se ne hvata lopta posle prvog driblinga, nego da se napravi još jedan dribling koji će doneti mirniju završnicu i bolje odluke (vrsta završnice, pas ili izdriblavanje izvan reketa ako se nije napravila dovoljna prednost). Iz hesitation driblinga se može ući i u prednju promenu, in&out fintu ili vezivanje dve finte (dvostruka prednja promena, in&out + prednja promena itd.). Razlog zbog koga preporučujem ovaj uvod u igru 1:1 jeste dobar ritam driblinga za promenu ritma za prodor, ali i za šuteve iz driblinga. Iz istih ovih finti se može i šutirati posle jednog ili dva driblinga. Možemo kombinovati različite ulaske u šut (privlačenje ako je brz šut, naskok na dve noge, step back šutevi ili šut iz hesitation driblinga bez dodatnog driblinga, koji se pokazao kao šut za tri poena koji igrači mogu da pogađaju u visokom procentu). U igri 1:1 ne treba da se koristi previše driblinga, već da svaki dribling ima funkciju i da se situacije rešavaju u kratkom vremenskom periodu da se ne bi gušila igra. Poželjno bi bilo da se na treningu uključi pomoćni trener kao odbrambeni igrač ili da se rotiraju igrači u toj ulozi. Kada se tehnika finti usavrši, odbrambeni igrač treba da otežava napadaču što više i da ga tera da donosi odluke u odnosu na blizinu i agresivnost odbrane. Možemo odrediti i vremenski period u kom napadač mora da uputi šut ka košu (istek napada na utakmici).



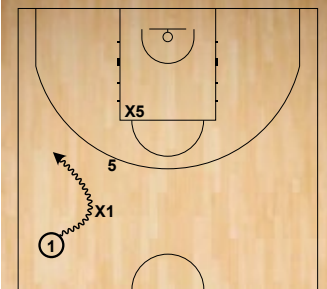
Četvrta situacija u kojima se najčešće nalaze igrači na spoljnim pozicijama je Pick&Roll. Tehniku napada iz P&R možemo podeliti prema vrsti odbrane na koju napadamo. Najčešće odbrane koje se igraju su drop (centar čeka nisko u reketu), flat (centar je postavljen visoko u momentu pika), hedge (centar iskače visoko na igrača s loptom), usmeravanje na strani (odbrambeni igrač usmerava igrača s loptom ka bočnom autu) i odbrana ispod bloka (odbrambeni igrač na lopti prolazi ispod bloka). Bez obzira na to koju vrstu odbrane, napadamo jedan od ključnih momenata za dobrog P&R igrača je na-

pad na suprotnu stranu od pika (tzv. reject). Tako će napadač najbolje dovesti loptu u liniju pika i dati vremena svom centru da napravi dobar blok. Vrlo je važno da to uđe u naviku svakog igrača jer ukoliko obide svog odbrambenog igrača na suprotnu stranu od pika, može da se napravi velika prednost jer timaska odbrana očekuje da se odigra P&R i u većini slučajeva nije spremna za ovakav napad. Reject možemo raditi iz situacije kada napadač dobija loptu i automatski pravi fintu polaska ka piku i napada na suprotnu stranu od pika ili direktno iz driblinga, gde napadač priprema P&R igrajući 1:1 sa svojim odbrambenim igračem. Može se raditi i dupli reject, kada napadač prvo napadne 1:1, pa se u momentu pika opet odluči na napad na suprotnu stranu. Prvi cilj napadača uvek treba da bude prodor na suprotnu stranu od pika jer će samim tim i ukoliko ga odbrambeni igrač sačuva biti u dobroj poziciji za P&R. Opet dodajemo razne završnice iz reketa prilikom prodora (floateri, šutevi sa dva-tri metra, euro step, naskoci u dva kontakta).

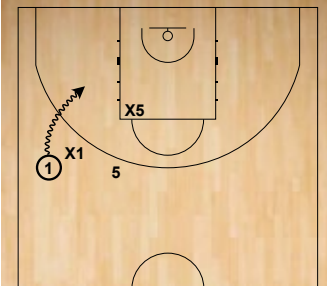
Posle rejecta i pri ulasku u pik na drop odbranu treba promeniti ritam, ubrzati i posle dva driblinga napraviti oklevajući dribling (hesitation), i tu najčešće doneti odluku u odnosu na poziciju odbrambenih igrača. To može biti dodavanje igraču koji ide u rol, dodavanje igraču spolja ukoliko je došlo do neke pomoći, šut igrača s loptom ili nastavak driblinga ako igrač s loptom nije napravio prednost. U ovoj situaciji se često dešava da igrač s loptom mora da sačeka igrača koji ide u rol i tada treba koristiti tzv. hostage dribling. Igrač s loptom štiti loptu i

on izaziva kontakt sa njegovim odbrambenim igračem koji izlazi iz pika. Radeći to, on opet stvara prednost i tera protivničkog centra da se odluči koga će da brani: igrača s loptom ili igrača koji ide u rol. Samim tim povlači i stranu pomoći i opet postoji mogućnost dodavanja na spoljnog igrača. U napadu na drop odbranu od P&R treba vežbati završnice iz hostage driblinga (floateri i šutevi iz step sidea). Takođe su efikasni i šutevi posle dva driblinga direktno iz pika (ulazak u šut privlačenjem jedne noge), šutevi posle jednog driblinga s jednim međukorakom (Micić, Larkin), šutevi posle dva driblinga i oklevaju-

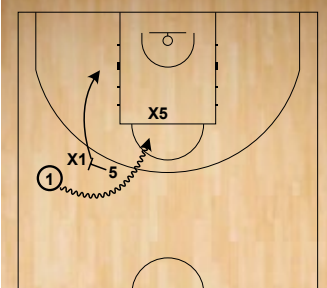
P&R napad na drop odbranu



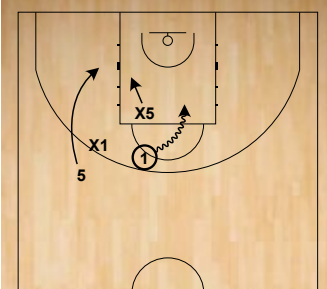
reject



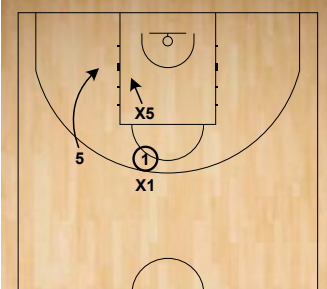
drugi reject



moment za hesitation (šut, nastavak prodora ili dodavanje)



nastavak prodora (završnica)



hostage dribling

Na agresivnu P&R odbranu iskakanjem, u teoriji, igraču s loptom je najteže da postigne koš. Reject je opet prva opcija jer je odbrana agresivnija i usmerava igrača s loptom ka piku tako da je napad na suprotnu stranu od pika možda i najrealnije izvesti na ovu vrstu odbrane

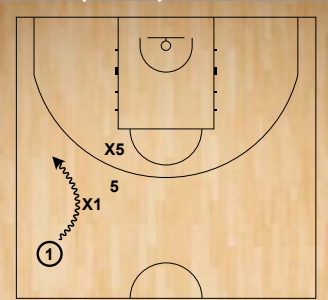
ćeg driblinga. U početku treba vežbati šut za dva poena, posle nekog vremena preći na šuteve za tri poena.

Kada se napada flat odbrana od P&R, opet treba naglasiti važnost rejecta pre pika. Posle toga je opet vrlo važna promena ritma i brz ulazak u P&R sa dva driblinga jer se tu pravi prednost u odnosu na odbrambenog igrača koji je na lopti. Posle tog drugog driblinga se donosi odluka da li se dodaje lopta na igrača koji ide u rol/short rol ili se dodaje na spoljnog igrača s kog dolazi pomoć. U tom momentu takođe se napada i odbrambeni igrač koji brani pik (to je uglavnom centar suparničke ekipe), pravi se dodatni korak u stranu i opet se menja ritam i napada kuk odbrambenog igrača. Tu možemo dodati i in&out fintu kao uspešnu tehniku napadača kojom pravi prednost u odnosu na odbranu (Micić, Ivanović). U nekim situacijama, ukoliko je odbrambeni igrač visoko, moguće je napraviti i split move i na taj način običi odbrambenog igrača i napraviti prednost. Iz ovih situacija uglavnom nije moguće završiti dvokorakom, već treba koristiti brza polaganja (ako skočimo posle prvog koraka s desne noge, završiti desnom rukom i obrnuto), završnicu iz naskoka u dva kontakta uz kontakt sa odbrambenim igračem (power lay up), naskok u dva kontakta i finta šuta unutrašnjom rukom (Rondo move). U ovim situacijama treba vežbati i šuteve iz driblinga, slično kao na drop od-

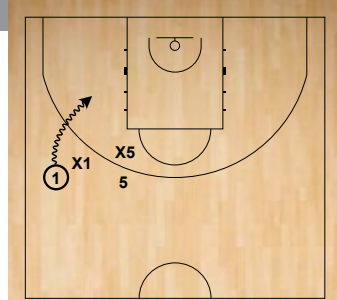
branu, uz veći pritisak odbrambenih igrača (šutevi posle jednog ili dva driblinga, step back šutevi). Poželjno bi bilo ubaciti i odbrambenog igrača na lopti i odbrambenog igrača na poziciji 5 radi stvaranja realnije slike sa utakmice (možemo uključiti ostale igrače i rotirati ih u toj ulozi ili ubaciti pomoćnog trenera da glumi odbranu).

Na agresivnu P&R odbranu iskakanjem, u teoriji, igraču s loptom je najteže da postigne koš. Reject je opet prva opcija jer je odbrana agresivnija i usmerava igrača s loptom ka piku tako da je napad na suprotnu stranu od pika možda i najrealnije izvesti na ovu vrstu odbrane. Posle rejecta se opet pravi promena ritma i sa dva brza driblinga se ulazi u pik, s tim što se drugi dribling pravi u stranu, udaljavajući se od odbrane i posle tog driblinga se donosi odluka (dodavanje ili nastavak prodora). Postoji opcija splita posle prvog driblinga ukoliko je odbrambeni igrač koji iskače preagresivan. U ovim situacijama treba vežbati završnice floaterima i šutem iz driblinga sa tri-četiri metra, jer će se teško doći do polaganja zbog jake strane pomoći. Na ovu vrstu odbrane igračima treba skrenuti pažnju da je najefikasnije brzo se osloboditi lopte dodavanjem ukoliko je odbrana agresivna i pravi situacije dva protiv jednog udvajanjem, ali uvek treba da zadrže dovoljnu dozu agresivnosti s loptom da bi izazvali udvajanje.

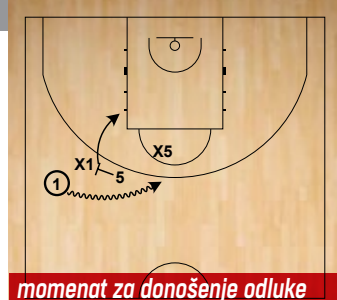
P&R napad na flat odbranu



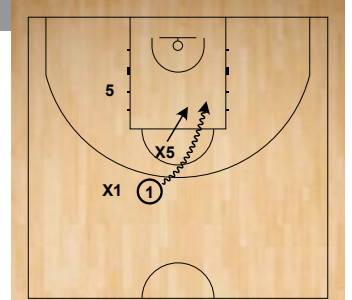
reject



drugi reject

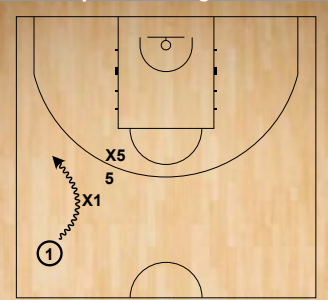


momenat za donošenje odluke (šut, dodavanje, nastavak prodora)

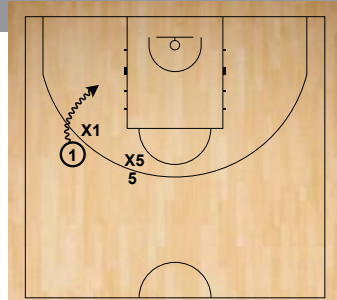


završnice iz kontakta

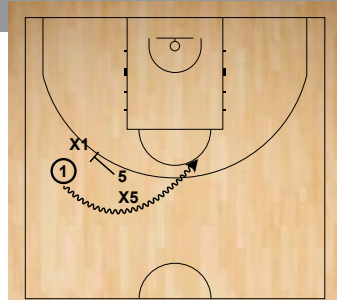
P&R napad na hedge



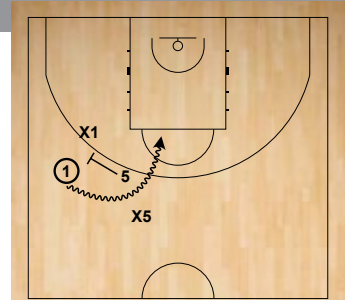
reject



drugi reject

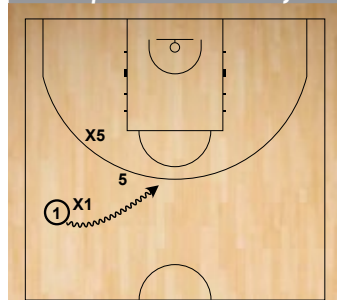


dribling u stranu i nastavak prodora

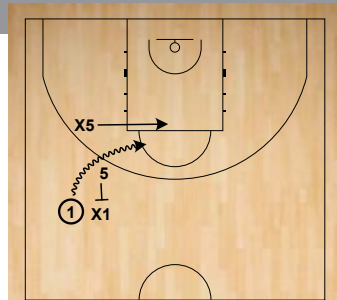


split move

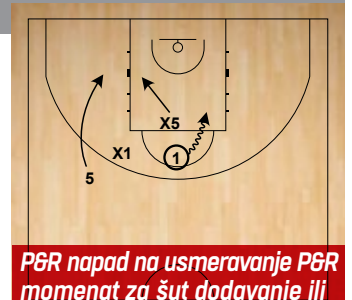
P&R napad na usmeravanje



reject



snake move



P&R napad na usmeravanje P&R momenat za šut dodavanje ili nastavak prodora

P&R odbranu usmeravanjem na stranu takođe je moguće napasti rejectom, s tim što se sada napada sredina terena. Posle rejecta se opet menja ritam i sa dva driblinga se ulazi u pik ka strani. Efikasan napad na ovakvu vrstu odbrane je snake move, koji se radi čim se prođe linija napadača koji pravi blok. Pravi se prednja promena i prva opcija je napasti kuk protivničkog centra i krenuti na prodor. Koriste se završnice koje sam već pominjao u napadu na flat odbranu. Ukoliko je odbrambeni igrač koji brani pik u dobroj poziciji, pravi se dodatni dribling u stranu i oklevajući dribling iz kog se donosi odluka (dodavanje, šut ili nastavak prodora). U tehnici ulaska u šut u ovoj situaciji može se koristiti i naskok iz jednog kontakta jer je dobar ritam šuta iz oklevajućeg driblinga. Za nastavak prodora treba vežbati završnice floaterima (iz dvokoraka, iz naskoka, posle jednog koraka sa levom ili desnom rukom). Kao i u prethodnim situacijama treba koristiti igrače ili pomoćnog trenera kao odbranu.

Na utakmicama se često dešava situacija kada odbrambeni igrač na lopti prolazi ispod postavljenog bloka. Ponekad je to odbrambena taktika, ali i u odnosu na određenu situaciju (blok se postavlja daleko od koša ili se igra leteći P&R). U tim situacijama važno je naglasiti da se ne odustaje od prodora ka košu u momentu P&R jer se često dešava da se odbrambeni igrač na lopti malo zakači za blok i izgubi brzinu. U tom trenutku napadač koji ima loptu treba da promeni ritam i pokuša da napadne prodorom ka košu. Ukoliko nije napravio prednost i odbrambeni igrač je ispred njega, radi se separacija unazad driblingom i sprema se napad na još jedan povratni P&R (tzv. repick) kao jedna od najčešćih opcija u napadu na ovakvu vrstu odbrane. To je dobar momenat za napad rejectom jer odbrambeni igrač pokušava da se vrati u dobru poziciju za branjenje pika. Ukoliko je odbrambeni igrač opet odbranio, igra se još jedan P&R u odnosu na odbranu koje smo prošli u prethodnim primerima. U napadu P&R na odbranu ispod bloka važno je vežbati šuteve iz driblinga jer posle jednog ili dva postignuta šuta protivnički tim uglavnom menja vrstu odbrane. Kada se vežba šut na ovu vrstu odbrane, napadač s loptom bi

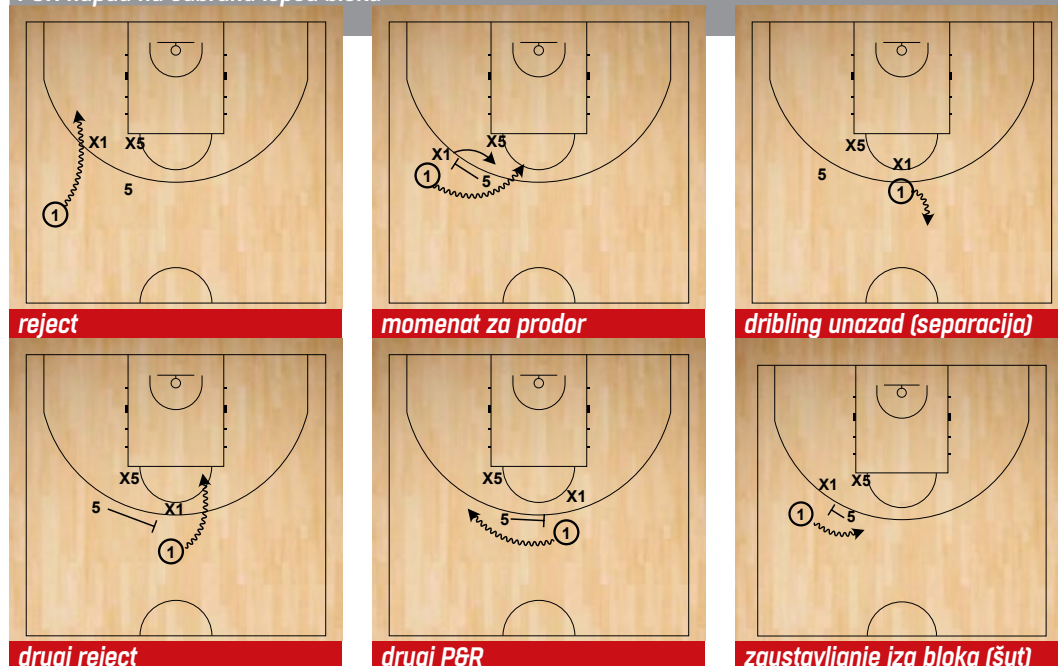


trebalo da se zaustavi iza bloka i s dodatnim driblingom u mestu da napravi dobar ritam za šut. Trebalo bi da se vežbaju šutevi posle prvog pika i posle ponovljenog pika ukoliko se odbrana odluči da dva puta ide ispod bloka.

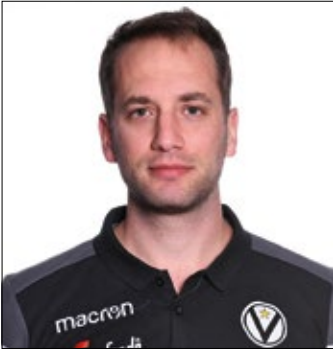
Ovo su neke od najčešćih situacija s kojima se igrač susreće na utakmicama i iz tog razloga treba kreirati vežbe na treningu koje će biti najbližnje njima. Vežbe treba počinjati bez odbrane, pa kada igrač poboljša tehniku, treba uvoditi odbranu koja bi trebalo da pomogne igraču da realnije doživi situaciju sa utakmice. Treba voditi računa o intenzitetu u kome se radi vežba, menjanje ritma prilikom svake promene pravca, pogled igrača stalno treba da bude podignut da bi u svakom trenutku bio spreman da donese najbolju moguću odluku za svoju ekipu. Šutevi koji se vežbaju iz ovih situacija treba da se uzimaju u intenzitetu koji je sličan onome sa utakmice jer se takvim radom napreduje i dolazi do popravljanja procenata šuta na utakmicama. ●

U napadu P&R na odbranu ispod bloka važno je vežbati šuteve iz driblinga jer posle jednog ili dva postignuta šuta protivnički tim uglavnom menja vrstu odbrane. Kada se vežba šut na ovu vrstu odbrane, napadač s loptom bi trebalo da se zaustavi iza bloka i s dodatnim driblingom u mestu da napravi dobar ritam za šut. Trebalo bi da se vežbaju šutevi posle prvog pika i posle ponovljenog pika ukoliko se odbrana odluči da dva puta ide ispod bloka

P&R napad na odbranu ispod bloka



Oporavak u košarci - od teorije ka praksi



U poslednjih 20 godina razvoj tehnologije je doprineo da se prikuplja neverovatna količina podataka praćenjem trenaznog procesa, utakmica, kao i procesa oporavka. Ovo je znatno doprinelo neverovatnom razvoju atletskih sposobnosti igrača, kao glavnom faktoru razvoja same igre

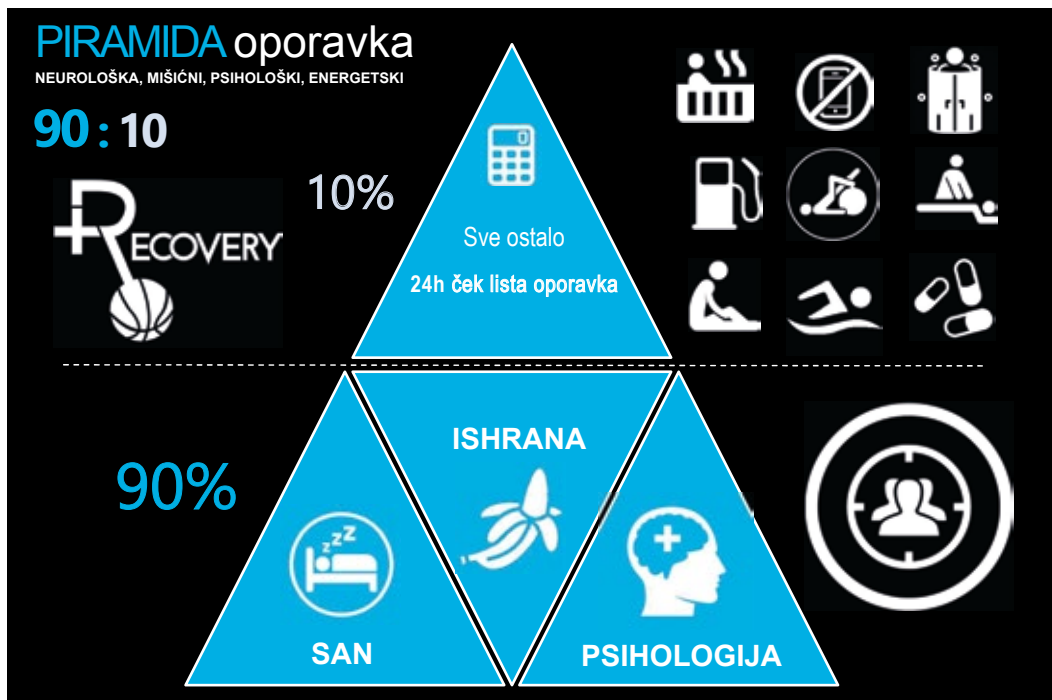
Košarka je timski sport i kao igra predstavlja ekstremno dinamičku aktivnost (J. Hoffman, 2008). Rezultat zavisi od više faktora, uključujući energetske kapacitete, tehničko-taktičku obučenost i psihološke karakteristike igrača. Svi nabrojani faktori predstavljaju kompleksan funkcionalni sistem, koji je kreiran i modifikovan tokom same košarkaške aktivnosti i gde kvalitet odnosa faktora određuje rezultat (Terrados et al., 2019). Interesantna stvar je što košarka kao sport konstantno evoluiru zahvaljujući nekoliko faktora. Neki od njih su konstantan razvoj tehnologije, razvoj trenazne metodologije, razvoj metoda oporavka, razvoj menadžmenta i organizacije samih organizacija, razvoj takmičenja (liga) ili, na kraju krajeva, razvoju same igre kroz promenu pravila. U poslednjih 20 godina razvoj tehnologije je doprineo da se prikuplja neverovatna količina podataka praćenjem trenaznog procesa, utakmica, kao i procesa oporavka. Ovo je znatno doprinelo neverovatnom razvoju atletskih sposobnosti igrača, kao glavnom faktoru razvoja same igre (Delextrat & Cohen, 2008). Na primer, Evroliga je pre nekoliko godina povećala broj timova koji učestvuju na 18, što znači 34 regularne utakmice u sezoni za svaki tim. Ukupan broj utakmica jedne ekipe može dostići 70 ili još više, npr. 95, uključujući plej-of, nacionalna kup takmičenja, FIBA prozore i prijateljske mečeve.

● Košarka

Danas se u košarci od igrača zahteva da poseduju vrhunske morfološke karakteristike i motoričke sposobnosti. Košarkašku aktivnost karakterišu kretanja različitog intenziteta i trajanja, iznenadne promene pravca i smera kretanja, kako horizontalnog tako i vertikalnog (Meckel et al., 2009). Tokom utakmice igrači se kreću na različite načine: šetanjem, laganim trčanjem, sa različitim orijentacijom tela u prostoru, pivotiranjem, skakanjem, igrom u konatktu itd. (Narazaki et al., 2009). Isti autori navode da većinu vremena za igru – 56,8% igrači provode hodajući, zatim trčanje i skaknje su zastupljeni sa 34,1% vremena i samo 9% ukupnog vremena igrači provode stojeći. Tokom 48-minutne igre igrači u proseku prelaze između 4.500-5.000 metara (Crisafulli et al., 2002). Promena forme kretanja se u proseku dešava na svake dve sekunde (Ben Abdelkrim et al., 2007).

Naširoko je prihvaćeno da je košarkaška igra anaerobna aktivnost, ali je jako teško odrediti realno učestvovanje svakog izvora energije (aerobnog i anaerobnog). Visok broj ubrzanja, usporenja, kratkih ponovljenih sprintova, skokova i promena pravca i smera kretanja zahteva brzu produkciju mišićne sile i oslobađanja energije (anaerobni sistem), zato što većina aktivnosti traje između dve i šest sekundi. S druge strane, aerobni kapacitet je takođe neophodan da bi se izdržala ponavljajuća aktivnosti visokog intenziteta i ukupan učinak tokom





Sve u svemu, fiziološki i psihološki zahtevi tokom košarkaške sezone su veoma visoki, što konstantno utiče na sportsku formu i psihičko stanje igrača. Ako se ne uzme u obzir adekvatan odnos između treninga, utakmica, zahteva van terena i oporavka, može doći do zamora, bolesti ili povrede

igre. Potrošnja kiseonika (VO₂max) dostiže vrednosti između 60-75 procenata, dok su vrednosti otkucaja srca (HRmax) u rasponu između 70 i 90 odsto (Meckel et al., 2009). Prosečna koncentracija laktata u krvi tokom igre kreće se između 4-9 mmol/L (Ben Abdelkrim et al., 2007; Ostojic et al., 2006). Ovi nalazi ukazuju na prisustvo i važnost glikolize u energetskim potrebama košarkaša.

Što se tiče zahteva van terena u košarci, ESPN je objavio veoma zanimljiv članak o ukupnoj distanci putovanja svakog NBA tima tokom sezone 2017/2018. U proseku, timovi su prešli 48.546 milja tokom jedne sezone, dok je Portland Trejlblejzers putovao najviše (54.004 milja). Ova razdaljina je ekvivalentna letenju od Čikaga do Klivlenda svakog dana 176 uzastopnih dana. Na drugoj strani sveta, u Australijskoj nacionalnoj ligi (NBL), Gerrans (2016) izveo je istraživanje i došao do podatka da je tim Kerns Tajpans putovao 67.304 kilometra (41.820 milja) tokom sezone 2016/2017. Zgusnuto potovanje tokom košarkaške sezone može imati negativan uticaj na status hidratacije igrača, navika u ishrani, kvalitet i količinu sna, produžavajući tako potrebno vreme za oporavak između utakmica i/ili treninga (Calleja-Gonzalez et al., 2020; Huighe et al., 2018).

Sve u svemu, fiziološki i psihološki zahtevi tokom košarkaške sezone su veoma visoki, što konstantno utiče na sportsku formu i psihičko stanje igrača. Ako se ne uzme u obzir adekvatan odnos između treninga, utakmica, zahteva van terena i oporavka, može doći do zamora, bolesti ili povrede.

● **Fitness-zamor kontinuum (GAS - General Adaptation Syndrome)**

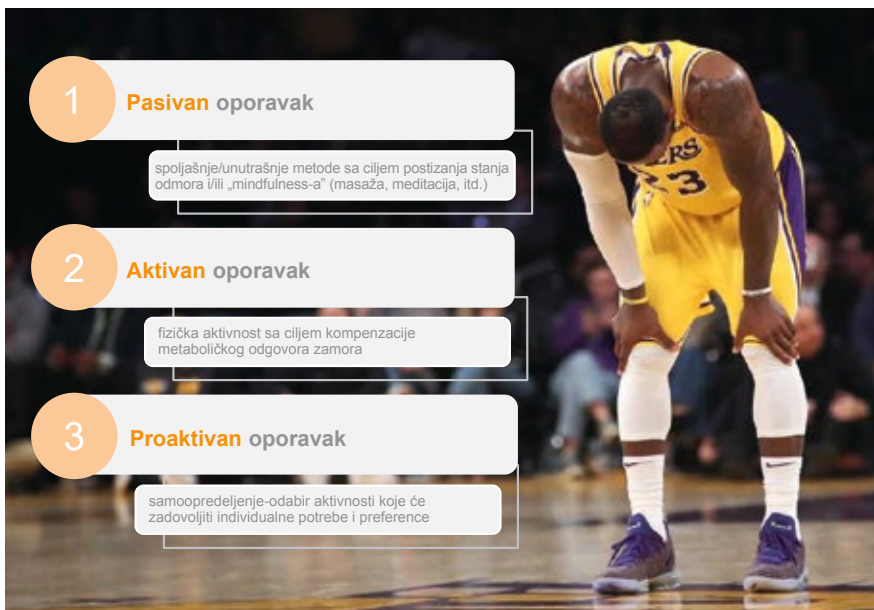
Performanse, oporavak i zamor se mogu posmatrati na kontinuumu i na sve njih utiču fiziološke i psihološke determinante (Kellmann et al., 2018). Svaki put nakon preopterećenja nastupiće smanjenje fizičkih kapaciteta. Ukoliko postoji dovoljno vremena za oporavak nakon opterećenja, superkompenzacija će nastupiti. Ukoliko je opterećenje isuviše veliko (intenzitet i/ili obim), ili je

	Kompresione čarape 1 pt Nošenje tokom putovanja 2 pts Nošenje tokom putovanja		Hladna kupka/Kontrastna terapija (toplo/hladno) 3 pts Hladna kupka 1 pt Kontrast 30s hladno > 30s toplo x 8		Bazen / Plaža Sesija oporavka (20min) 3 pts Različite tehnike plivanja/tehnike trčanja Vežbe mobilnosti/istezanja		San 3 pts Dostići 8+ sati spavanja tokom noći 2 pts Popodnevno spavanje 20-30 min 1 pt Korišćenje pomagala za kvalitetniji san (maske za oči i čepovi za uši)		Masaža/Mobilnost 2 pts Masaža dubokog tkiva 30 min 3 pts Samo-masaža / Korišćenje rolera / loptica 20 min 3 pts Istezanje uz pomoć guma 20 min 1 pt Tiger-point loptice za fascije, itd 8 min
	Samo-dreniranje nogu / Vizualizacija 1 pt Noge postavljene uz zid, podignute		Psihološki aspekt 3 pts Pozitivan um @ noć 3 pts Vizualizacija 8 min 3 pts Budućnost 8 min		Dinamička limfna drenaža nogu 2 pts Normatec / Air Relax 20min				

vreme oporavka kratko/nedovoljno, efekat sukcesivnog treninga može dovesti do kumulativnog smanjenja fizičkih kapaciteta, koji kasnije mogu dovesti do „overtraining syndroma“ ili „overreaching syndroma“.

Zamor s kojim se igrači tokom treninga ili utakmica prvo susreću može se klasifikovati kao centralni zamor i periferni zamor, dok su glavni mehanizmi zamora: iscrpljivanje supstrata (glikogen, ATP-CrP), nagomilavanje metaboličkih produkata (joni hidrogena, laktati, neorganski fosfat, NH₄), povećanje temperature, oštećenje mišićnog tkiva usled aktivnosti, promene u koncentraciji elektrolita (voda, Na, K, itd.), promene u količini BCAA, slobodni radikali itd. Primera radi, dehidratacija više od 2% telesne mase tokom treninga ima izrazito negativan uticaj na performanse kod košarkaša (Baker et al., 2007). Štaviše, nedostatak sna ima negativne uticaje na fizičke performanse, kao što su dizanje tegova (trening snage), kardiorespiratorne funkcije i psihomotorički zadaci (Mougine et al., 1991; Reilly & Piercy, 1994). Postoje različite definicije i klasifikacije zamora, ali praktično zamor se može klasifikovati kao: 1) lokomotorni zamor (mišići, tetive, ligamenti i kosti); 2) metabolički (energetski) zamor – usled nedostatka

Zamor s kojim se igrači tokom treninga ili utakmica prvo susreću može se klasifikovati kao centralni zamor i periferni zamor, dok su glavni mehanizmi zamora: iscrpljivanje supstrata, nagomilavanje metaboličkih produkata, povećanje temperature, oštećenje mišićnog tkiva, promene u koncentraciji elektrolita ...



1 Pasivan oporavak

spoljašnje/unutrašnje metode sa ciljem postizanja stanja odmora i/ili „mindfulness-a“ (masaža, meditacija, itd.)

2 Aktivan oporavak

fizička aktivnost sa ciljem kompenzacije metaboličkog odgovora zamora

3 Proaktivan oporavak

samoopredeljenje-odabir aktivnosti koje će zadovoljiti individualne potrebe i preference

1 Neuromišićni oporavak



2 Mišićni oporavak



3 Energetski oporavak



4 Psihološki oporavak



Na kraju, idealan oporavak treba da se sastoji od pozitivne percepcije samog oporavka, adresirajući odgovarajuće psihološke i fiziološke mehanizme koji su neophodni za oporavak od treninga i/ili takmičenja. Saradnja i komunikacija između igrača, medicinskog osoblja i trenerskog osoblja neophodna je u cilju minimiziranja rizika od pretreniranosti i povreda.

energetskog sadržaja; 3) psihološki zamor (kognitivne i konativne funkcije); 4) neuromišićni zamor. Ova podela je zasnovana na različitim vremenskim intervalima potrebnim da zamor navedenih sistema nastupi, kao i neophodnog vremena za oporavak i adaptaciju svako od sistema.

● Oporavak

Oporavak predstavlja fiziološki i psihološki restorativni proces u odnosu na vreme (Kellmann et al., 2018). Osnovna podela je na pasivni, aktivni i proaktivni način oporavka. Pasivne metode oporavka podrazumevaju primenu spoljašnjih metoda, kao što su masaža, pasivno istezanje ili čak sprovođenje stanja potpunog odmora koje karakteriše neaktivnost. Aktivni oporavak uglavnom uključuje lagane fizičke aktivnosti koje imaju za cilj da nadoknade metaboličke reakcije fizičkog umora. Proaktivni oporavak aludira na visok nivo samoopredeljenja, gde se aktivnosti biraju i prilagođavaju individualnim potrebama i preferencijama. Upotreba različitih metoda oporavka zavisi uglavnom od vrste aktivnosti koja se izvodi, perioda do sledećeg treninga ili odigrane utakmice, opreme, osoblja koje je na raspolaganju timu/igračima (Calleja-Gonzalez et al., 2016). Na primer, broj ljudi koji putuju s timom na gostujuće utakmice možda neće biti isti kao na domaćim utakmicama. Najčešće metode oporavka koje koriste igrači i timovi uključuju hidrataciju, ishranu, elektrostimulaciju, masažu, istezanje, psihološke metode (mindfulness), unos CHO i proteina, suplementaciju vitamina i minerala. U svakom slučaju, postoji samo jedan pregled literature u vezi sa strategijama oporavka posle meča, objavljen pre nekoliko godina (Calleja-Gonzalez et al., 2016).

Huighe et al. (2020) klasifikovao je oporavak u dve kategorije: primarne strategije oporavka i sekundarne strategije oporavka. Prema autorima, primarne strategije oporavka su: 1) odmor i san; 2) hidratacija i 3) ishrana, dok su sekundarne strategije oporavka: 1) ergogena sredstva; 2) fizičke strategije; 3) mentalne strategije i 4) terapijske intervencije.

Praktično, kao i umor, proces oporavka se može klasifikovati kao oporavak lokomotornog sistema (oporavak mišića, tetiva, ligamenata, zglobova i kostiju), opo-

ravak metaboličkog sistema (dopuna energetskim sadržajem), oporavak psihičkog stanja (oporavak kognitivnih sposobnosti i konativne funkcije) i konačno oporavak neuromišićnog sistema, prema različitim vremenskim okvirima u kojima bilo koji od ovih sistema zahteva da se oporavi nakon treninga ili utakmica.

● Zaključak i praktična primena

Kondicioni treneri i medicinski tim bi trebalo da planiraju oporavak kao deo dobro planirane periodizacije. Obično u praksi proces oporavka uglavnom zavisi od finansijskih sredstava kluba, tako da to treba uzeti u obzir prilikom planiranja mogućih metoda. Tim koji brine o igračima (kondicioni treneri i medicinski tim) svakako bi trebalo da implementiraju pravila ili metodologiju oporavka s makrostrukturom i mikrostrukturom. Makrostruktura treba da se zasniva na: 1) stvaranju pozitivnog okruženja oko grupe, 2) pristupu zasnovanom na nauci, 3) konstantnom obrazovanju igrača i 4) komunikaciji između igrača i osoblja, i između osoblja, dok mikrostruktura treba da se zasniva na: 1) opuštanje – odmor – oporavak (ne možete da se odmorite ako se niste opustili, ili ne možete da se oporavite ako se niste odmorili ili opustili), pre-, per- i post (kratkoročni oporavak), pri čemu će smanjenje početne razlike u umoru značiti manji zamor na kraju (unos energenata ili hidratacija, itd.), 3) dani oporavka i slobodni dani (uključiti i ove dane koliko je moguće kao opciju za upravljanje umorom).

Na kraju, idealan oporavak treba da se sastoji od pozitivne percepcije samog oporavka, adresirajući odgovarajuće psihološke i fiziološke mehanizme koji su neophodni za oporavak od treninga i/ili takmičenja. Uzimajući u obzir primenu strategija oporavka u košarci, treba promovisati individualizovan pristup, gde se čini da kombinacija proaktivnih modaliteta oporavka rezultira najbržim stopama oporavka i kontinuiranim performansama na visokom nivou. Oporavak treba programirati kao integralnu komponentu trenažnog procesa kroz implementaciju mikro-/mezo-/makro ciljeva oporavka. Saradnja i komunikacija između igrača, medicinskog osoblja i trenerskog osoblja neophodna je u cilju minimiziranja rizika od pretreniranosti i povreda. ●



UNIVERZITET „UNION - NIKOLA TESLA“
FAKULTET ZA SPORT
BEOGRAD



**BUDI DEO POBEDNIČKOG TIMA
OSTVARI SVOJE AMBICIJE
STUDIRAJ SA ŠAMPIONIMA**

Četvorogodišnje osnovne akademske studije,
na nivou od 240 ESPB, za sticanje zvanja

DIPLOMIRANI TRENER U SPORTU

DIPLOMIRANI MENADŽER U SPORTU

DIPLOMIRANI SPORTSKI NOVINAR

Jednogodišnje master akademske studije,
na nivou od 60 ESPB, za sticanje zvanja

MASTER TRENER U SPORTU

MASTER MENADŽER U SPORTU

**MASTER MENADŽER
U TURIZMU I REKREACIJI**



