

TRENER

broj 122
oktobar 2024.
godina XXVIII

magazin udruženja košarkaških trenera



*Svetislav Pešić:
Svi za
jednog,
jedan za
svi*



*Dr NEBOJŠA ČOVIĆ,
NOVI PREDSEDNIK KSS:*

*Pešić, na opšte
zadovoljstvo,
nastavlja rad*



*Božidar Maljković
u Akademiji
francuske košarke*



magazin ■ Broj 122 ■ oktobar 2024. ■ godina XXVIII

TRENER

Biti bolji – ispoštovano



Da, već možemo tvrditi: pravilo koje je prihvaćeno, da Udruženje košarkaških trenera Srbije svojim aktivnostima svake godine mora nadmašiti prethodnu, bukvalno se poštuje. Naravno, ova tvrdnja nije bez dokaza. Reč je, pre svega, o osnovnom zadatku koji je smisao postojanja Udruženja – stručno usavršavanje trenera.

Sve akcije u tom smeru već su uglavno poznate. Tu je inovirani veb-sajt, društvene mreže i naravno magazin Trener. Bez obzira na mogućnost, takoreći, dnevnog praćenja aktivnost, bilo je zadovoljstvo prisustvovati redovnoj godišnjoj skupštini Udruženja, koja je održana 26. septembra u Kući košarke.

Naša tvrdnja da smo u svim aktivnostima pевазиши pretходnu, uspešnu godinu i ovom prilikom je argumentovana. Evo činjenica. Naš najstrajiji stručni seminar Trenerski dani „Borivoje Cenić“ ne samo po kvalitetu tema i predavača jedinstven je jer je oboren rekord po broju prisutnih trenera, što višestruko raduje.

Već odavno, u svetskim razmerama, afirmisana Košarkaška klinika „Dušan Ivković“ imala je, kao što su naši članovi već upoznati, za predavače vrhunska svetska trenerska imena koje je bilo zadovoljstvo samo videti u našoj sredini, što je još jedan dokaz ugleda naše klinike. Sve prateće aktivnosti koje su se dešavale na klinici samo su je obogatile: od dvobroja ovog magazina, koji povodom klinike uvek izlazi dvojezično (srpski i engleski), koji je uobičajeni deo trener-skog paketa, do odavanja priznanja najuspešnjim trenerima svih kategorija u tek završenoj sezoni.

Sve to uz prisustvo oko 70 trenera iz inostranstva koji su bili slušaoci. Oba pomenuta skupa više nego ikad obeležila su brojna pitanja predavačima, što je zaista imponovalo organizatoru, jer se videla želja naših trenera da što više obogate svoje znanje i iskustvo, a za to im se pružila izvanredna šansa koju su iskoristili.

Nastavljena je uspešno započeta izdavačka delatnost u vidu štampanja knjiga, što je dragoceno ne samo za ovu

već sve buduće generacije onih koji se opredeli za trenerski posao.

Potrebitno je posebno istaći, slobodno možemo reći, pravi podvig ostvaren u saradnji s Fakultetom za sport iz Beograda, gde je Udruženje uplatilo sredstva za, po Zakonu o sportu obavezno, doškolovanje 150 prijavljeni trenera koji su stekli zvanje učitelja košarke. Nažalost, mada su uslovi bili, u dogovoru s fakultetom, izvanredni i nastava se mogla pratiti onlajn, pedesetak prijavljenih trenera se nije pojavilo ni na nastavi ni na ispitim. Možda neki i opravdano, ali neki su propustili predivnu priliku.

Kada smo već pomenuli veoma sadržajnu sednicu Skupštine Udruženja, mora se istaći da je saradnja s Košarkaškim savezom bila izvanredna, kao i s Ministarstvom sporta Vlade Srbije u vezi s primenom Zakona o sportu.

Takođe, na skupštini je doneta odluka, na čemu smo mi u našem magazinu više puta insistirali, da se Košarkaškom savezu predloži da se povodom tradicionalnog božićnog koktel-a, kada se u organizaciji KSS organizuje izbor najbolje igračice i najboljeg igrača u protekljoj godini, za koje glasaju novinari, uvrsti i izbor najboljih trenera u muškoj i ženskoj konkurenciji, jer oni to u najmanju ruku zaslžuju isto kao igračice i igrači.

Bilo bi teško u ovom uvodniku pobrojati i ostale uspešne ektivnosti Udruženja, posebno velikog pozrtvovanja operativaca u našoj kancelariji, kao i brojnih trenera volontera, bez koji nijedna uspešna organizacija ne može da se realizuje.

Ono što ostaje kao veliki, gotovo preveliki izazov za naредnu godinu jeste pitanje kako je, prema usvojenoj tehnologiji rada Udruženja, učiniti uspešnjom.

Opet, obaveza koja svima u Udruženju lebdi nad glavom, da budemo uspešniji, ostaje jer sve ostalo bi bilo porazno. Istovremeno, mi koji na neki način sve samo pratimo, uvereni smo da ne treba brinuti. Dovoljno je stečenog znanja, iskustva i preuzetih obaveza od prethodnih generacija na koje su se u Udruženju navikli, tako da verujemo da ćemo o sledećoj godini pisati kao još uspešnijoj od ove. ●

Impresum

ISSN 2812-7986

Osnivač i izdavač: Udruženje košarkaških trenera Srbije, Beograd, Sazonova 83 ■ **Za izdavača:** Ivan Jeremić ■ **Glavni i odgovorni urednik:** Mirko Polovina, mppolovina@gmail.com
Izdavački savet: dr Vladimir Koprivica (predsednik), Aleksandar Ostojić, Milan Mrda, Milan Tasić, Ljupča Žugić ■ **Design&Layout:** Studio Platinum ■ **Dijagrami:** Marko Mrden
Prevod: Nina Vidosavljević i Filip Simić ■ **Lekatura i korektura:** Branislava Cvetković ■ **Adresa redakcije:** Beograd, Sazonova, 83 ■ **e-mail:** ukts@ukts.rs
Telefon: +3811134 00 852 ■ **Fax:** +3811134 00 851 ■ **Štampa:** Birograf Comp, Zemun ■ **Tiraž:** 1.000 primeraka ■ **Časopis izlazi dvomesečno**
■ Rešenjem Ministarstva za informacije Republike Srbije br. 651-03-00323/1999-03, od 17.1.2000. god. „Trener“ je upisan u registar javnih glasila, pod rednim brojem 2928



Čović: Pešić nastavlja rad, na opšte zadovoljstvo

Nebojša Čović je izabran za novog predsednika KSS-a. Dobio je podršku 28 od prisutnih 30 delegata, što mu omogućava četvorogodišnji mandat na čelu Saveza

Na sedmoj sednici Skupštine Košarkaškog saveza Srbije, održanoj 1. oktobra 2024. godine u „Kući košarke“, Nebojša Čović je izabran za novog predsednika KSS-a. Čović je dobio podršku 28 od prisutnih 30 delegata, što mu omogućava četvorogodišnji mandat na čelu Saveza.

Pored novog predsednika, izabrana su i četiri potpredsednika KSS-a. Na poziciji potpredsednika za mušku košarku vratio se proslavljeni košarkaš Nenad Krstić, dok je nekadašnja reprezentativka Ana Joković ostala na mestu potpredsednika za žensku košarku. Potpredsednik za finansije i marketing postao je Filip Sunturlić, dok će potpredsednik za takmičenja biti Darko Jovičić.

Nakon izbora, Čović je zahvalio delegatima na učakanom poverenju i istakao da je pred Košarkaškim savezom izuzetno značajan period.

- Hvala na poverenju, pred nama je jedan interesantan period, a to znači novi olimpijski ciklus i nadam

se da ćemo da nastavimo kontinuitet. Imamo obaveze već u novembru, slede nam kvalifikacije, 2025. imamo Evropsko prvenstvo, 2026. nije prazna, imamo kvalifikacije, 2027. je Svetsko prvenstvo, 2028. Olimpijske igre... Treba da postavimo sistem, ne samo za naredne četiri godine, reprezentaciju imamo, treba napraviti zajednički pristup, bez obzira na razlike – rekao je Čović.

On je naglasio da će prvi zadatak novog rukovodstva biti izbor selektora reprezentacije, kao i razvoj treningnih centara, a sve u svrhu razvoja srpske košarke.

Takođe, dan kasnije održana je i konferencija za medije, na kojoj je novi predsednik KSS-a odgovarao na konkretna pitanja novinara.

Na pitanje novinara o selektoru muške seniorske reprezentacije Svetislavu Pešiću, predsednik Nebojša Čović je rekao:

- Pešić ima otvoren poziv da nastavi rad. Da li hoće ili neće, to je pitanje za njega. Razgovaraćemo i mi s njim. Nema tu nikakvog spektakla. Svaki olimpijski ciklus nosi

sa sobom preispitivanje i raspravu o novom stručnom štabu. Kariju je istekao ugovor jer je gotov olimpijski ciklus. Pešić, po mom mišljenju i iskustvu, predstavlja logično rešenje, ali to je moje mišljenje. Igrači su, verujem, iskreni u svom mišljenju i isto tako razmišljaju, ali da vidi-mo da li i Pešić isto tako misli. Bilo bi dobro da se to nastavi. Po meni, postoji jedan izazov, imamo četiri srebra, bronzu... EP nam je interesantno da u tom kontinuitetu dođemo do prve zlatne medalje kao Srbija, a za to nam treba Kari. Ako Kari ne ostane, biće da smo mi nesposobni, ali mi ćemo imati kontakt s njim, i ako ostane i ako ne ostane, mi ćemo razgovarati s njim.

Jedno od aktuelnih pitanja odnosilo se na ABA ligu, kao i na domaće takmičenje.

- Ja jesam za jaku domaću ligu, ali moramo da vidi-mo gde ta liga vodi. Moramo da nađemo način i put kako idemo u Evropu. Postoje dva puta, jedan je ovaj preko ABA lige, on vas košta 1.000.000 evra, možda sledeće godine bude 2.000.000 evra. Nema tu posebnih pristupa i pravila. Drugi put je preko FIBA, treći faktor ne znamo, kakav je odnos EKA-FIBA, kakav će dogovor biti. Postoji podela na dve navijačke grupe, vi procenite da li su oni interesi košarke u Srbiji. Naše nije da navijamo za jednu i drugu grupu. Uz konsultacije s klubovima i košarkaškim svetom treba da dođemo do najboljih rešenja, ne mogu da podržim ABA 2 ligu, ako srpski klubovi ne mogu da idu u ABA, ne mogu da podržim ni ABA. Neki će reći da je licemerno jer sam se ja zalagao za ABA ligu. Jesam, ali tada su bili drugi uslovi. Godine 2000. je bilo neko drugo stanje. Onda kada smo reformisali ABA ligu j. t. d., kada smo se oslobodili šest osoba koje su imale 20 odsto udela, a 80 odsto odluka su donosili. Mnogo toga se promenilo, ABA liga više nikuda ne vodi. Videćemo gde će taj put voditi, nije on blizu, ali je neminovan. Imo puno ljudi koji hoće da se dodvore onoj ili ovoj strani, to nije interes. Nisam čuo planove za naredni ciklus iz Olimpijskog komiteta, a on je počeo... Mi ćemo se maksimalno truditi i raditi transparentno. Dragoceno nam je svako mišljenje, predlog. Gledamo to svaki dan, ne samo u košarci. Iz toga nema benefita...



Predsednik KSS-a je govorio i o daljim planovima.

- Program je napravljen da bi se ispunio. Nisam od onih koji popuštaju pred programom. Mislim da će biti veoma mnogo problema, jer postoje problematične navike. Kad god se nalazimo pred kršenjem regularnosti, neće biti tolerisano. U svakom smislu, jer se, nažalost, u sport uvukla korupcija. To je jedna stvar na koju će biti nulta tolerancija. Moramo da zaustavimo vredanje. Vredate državu koja vam daje pare. Ovo nije politički, mi imamo jednu državu i ovakav trend mora da буде zaštićen. Vi kao mediji ste tu jako važni. Izgubljen je kult reprezentacije ne tek tako, nego jer se prave afere, a ne normalne vesti. Biće nam potrebno da radimo puno na tim stvarima, ali naše je da gledamo isključivo interes srpske košarke. Potrebno je mnogo zalaganja na poslovima koji nas čekaju. Potrudimo se da sačuvamo i očuvamo rezultate. Neće biti lako, već za EP su velika očekivanja. Idemo korak po korak kroz program, u tom četvorogodišnjem ciklusu - zaključio je Čović. ●

S. Grujović

OSTAVKA U ZVEZDI

Neboja Čović je bio predsednik Košarkaškog saveza Jugoslavije od 1996. do 1997. godine. Čović je takođe podneo ostavku na mesto predsednika KK Crvena zvezda, pozivajući ostale rukovodioce da učine isto kako bi se poštovao Zakon o sportu. Tokom njegovog mandata u Crvenoj zvezdi klub je osvojio 25 trofeja.

Sa Pešićem na Evropsko prvenstvo

Na izuzetno posećenoj konferenciji za novinare, 20. oktobra, Predsednik KSS Neboja Čović, u prisustvu svojih najbližih saradnika, saopštio je da Svetislav Pešić ostaje selektor naše reprezentacije – do 30. septembra 2025. godine.

To je ujedno bilo i jedno od prvih želja u obećanju predsednika Čovića, nakon dolaska na čelo KSS. Rečeno – učinjeno. Predsednik Čović je istakao da je to bila gotovo opšta želja kako u KSS, tako i u košarkaške javnosti i svih košarkaša.

Sam selektor Pešić je istakao da i pored nekih već planiranih aktivnosti, ponudu KSS i predsednika Čovića nije mogao odbiti. On je u svom prvom obraćanju, pored zahvalnosti na želji da nastavi rad na mestu gde je bio izuzetno uspešan, izrazio želju i očekivanja da se brizi o reprezentaciji posvete klubovi i svi oni koji imaju svoj deo obaveza kada je reprezentacija u pitanju. Mi smo sasvim uvereni da će moto „Svi za jednog – jedan za svi“ doneti vrhunski rezultat, posle završenih „prozora“ i na predstojećem Evropskom prvenstvu. Narančivo, nije malo broj ni onih koji bi voleli da i posle toga popularni Kari ostane i dalje na mestu selektora. ●

M. Polovina



Novi trofejni put za nastavak autobiografije

Kada se osvrnemo na vrhunsku igru i rezultate reprezentacije Srbije i osvajanje bronce na nikad jačim OI, više je nego jasno da je selektor Pešić pored redovnih obaveza i izazova imao i vanredne motive, da konačno opovrgne sve sumnje u sebe i, pre svega, svoje izabranike





Uautobiografskoj knjizi trofejnog strateša Svetislava Karija Pešića „Moja igra, moj put“ mnogo je košarkaških i životnih istina i pouka. Ko je znao i htio da razume, mogao je iz toga mnogo da nauči.

Neke neverne Tome su se posle OI u Parizu korigovale, ali nećemo više o njima. Važno je da su prave (Karijeve) vrednosti definitivno pobedile.

Kada se osvrnemo na vrhunsku igru i rezultate reprezentacije Srbije i osvajanje bronce na nikad jačim OI, više je nego jasno da je selektor Pešić pored redovnih obaveza i izazova imao i vanredne motive, da konačno opovrgne sve sumnje u sebe i, pre svega, svoje izabranike. Da je na dobrom putu, video se i posle SP u Manili prošle godine osvajanjem srebra. U Lalu i u Parizu je zaokružen krug. Kari je, pored ogromnog znanja i iskustva, pokazao kvalitet više. Pre svega hrabrost, odlučnost, doslednost sopstvenim principima... Uz nadaleko čuvenu harizmu...

Put. Ponovo ta magična reč. Ovom prilikom ćemo se baviti Karijevim destinacijama – Lil i Pariz 2024. Kao logičan nastavak prethodna dva intervjua sa srpskim selektorem u Treneru. Ne možemo da se otmemo utisku da je vanserijski stručnjak na znalački i na samo svoj, originalan način trasirao i prevadio to sjajno putešestvije. U prethodnom razgovoru stali smo kod toga da se čekao ishod kvalifikacija u Portoriku i ime preostalog rivala u grupi na OI. A evo šta je Pešić izjavio na odlasku u Francusku na OI:

– Cilj je uvek najveći, ne samo sa aspekta rezultata nego da se pripremimo da ga i ostvarimo. Dug je to put za nas, jer prvo je trebalo baviti se Svetskim prvenstvom. To je bilo takmičenje koje je predstavljalo kvalifikacije za OI. Mi smo se kvalifikovali i nismo igrali turnir u julu, što je za nas, na neki način, bila prednost, jer smo imali više dana treninga i priprema. Velika je

razlika između priprema za OI i za SP, mesec dana ranije kreću OI, a klupska sezona se završila kao i svake godine, krajem juna.

Trofejni strateg je pre ulaska u avion za Francusku priznao:

– Proces priprema za mene kao trenera, nisam rekao to igračima dosad, bio je najizazovniji u mojoj karijeri. Vrlo je teško bilo isplanirati i program treninga, sve što je potrebno, mnogi igrači nisu došli od-morni, ali OI su veliki izazov za sve nas. Imali smo dodatnu motivaciju, zalaganje, pokušali smo da se što bolje pripremimo za ovakvo takmičenje. Svi igrači su završili veoma kasno klupsku sezonu, na primer, Milutinov i Petrušev u trećoj nedelji juna. Za dodatne napore su potrebeni dodatni odmor i pripreme. Većina je imala dobru sezonu, oni su noseći igrači u klubovima, daju najviše što mogu, a to iziskuje posebno fizičko opterećenje.

Govorio je Pešić i o početnim planovima po dolasku u Lil, gde je održana prva faza takmičenja.

– Svako takmičenje je izazovno, a OI posebno. OI se ne igraju svake godine, na prošle se nismo kvalifikovali. To je sigurno posebna motivacija za svakog od nas, za svaku ekipo. Naši igrači znaju da kontrolišu emocije, imaju svoju rutinu tokom priprema. Važno je na svakom takmičenju ići korak po korak, pripremati se za sledeću utakmicu. Praviti drugi korak pre prvog i teoretski je nemoguće, fokus je da prvo stignemo u Lil, da vidimo kako ćemo se smestiti. Da iskoristimo prvih nekoliko dana, a sve ostalo su rutina, priprema... Mislim da sada, uoči starta, izgledamo smireno i nadamo se da će sve biti dobro.

Iskusni trenerski vuk ponovio je tada ono što je ranije isticao više puta.

– Očekuju nas najjače OI u istoriji, biće najveća konkurenca dosad, 10 kandidata za medalju, a mož-

NAJLAKŠE JE S JOKIĆEM

Tokom OI osvanuli su video-snimci s treninga srpske reprezentacije na kojima Nikola Jokić crta Pešiću neke taktičke elemente. Selektor je bez sujete razmatrao sve takve sugestije.

– Najlakše je trenirati Nikolu Jokića. On je jednostavan dečko, posvećen ekipi i košarci do kraja. Ako on odluči da igra, onda je tu sto odsto, i pre treninga i za vreme i posle treninga. Spreman za svaku vrstu komunikacije, spremjan na fidek u smislu kako možemo da rešimo problem. On ima veliko iskustvo, iako još ima mnogo da igra. Isto tako i Bogdanović i Micić. To su igrači sa ogromnim iskustvom, trenirali su ih najbolji treneri i naravno da se njihovi stav, predlog, primedbe analiziraju i posle toga se donose odluke. Kad sam bio mlad trener, mislio sam da ti neko na taj način ugrožava autoritet, međutim, s godinama se nauči mnogo. I onda jednostavno razumeš da je trener tu zbog igrača, da su oni najvažniji deo – ispričao je Pešić.

REZULTATI NA OI I KONAČNI PLASMAN

1. kolo: Srbija – SAD 84:110
2. kolo: Portoriko – Srbija 66:107
3. kolo: Srbija – Južni Sudan 96:85
Četvrtfinale: Srbija – Australija 95:90
Polufinale: Srbija – SAD 91:95
Meč za treće mesto:
 Srbija – Nemačka 93:83.
Finale: SAD – Francuska 98:87.

Konačni plasman:

SAD, Francuska, Srbija, Nemačka, Kanada, Australija, Brazil, Grčka, Južni Sudan, Španija, Japan, Portoriko

da i 11, kada pogledamo rezultate tokom priprema. To se nikada nije desilo. Biće borba do krajnjih granica, svaki meč je važan, ne samo zbog pobeđe nego i rezultata i koš-razlike, jer takav je sistem takmičenja.

Selektor Pešić je mesecima upozoravao da se učešće Srbije na OI ne sme poistovetiti i svoditi samo na duel sa selekcijom SAD, već je konstantno upozoravao na snagu i kvalitet timova Južnog Sudana I, kasnije, Portorika, koji se kvalifikovao uoči samih Igara. Ovako je komentarisao premijerni duel sa Amerikancima:

– Sigurno da smo ovakvu utakmicu očekivali i ništa novo nismo doživeli. Velika je razlika kada igraju protiv nas, očigledno imaju dodatnu motivaciju. Nismo mnogo govorili o odbrani, tu sve počinje i to je baza. U pripremnom delu smo se koncentrisali na napad, znali smo da će vršiti pritisak na našu organizaciju igre. Prerano smo počeli da šutiramo sa distance, a šut nas nije specijalno služio. Igraš koliko ti rival dozvoli, ovo sve je dokaz da smo izgubili organizaciju igre i sve ono što smo dobro radili u prvom poluvremenu. To je najkraća analiza.

Uoči mečeva sa atipičnim selekcijama Portorika i Južnog Sudana je dodao:

– Rekli smo da eventualna pobeda ili poraz od SAD ne menja situaciju, moramo da odigramo još dve utakmice za četvrtfinale. Nema slabog protivnika, znam kako treba sad da reagujemo i pripremamo se za sledeću utakmicu. Nema vremena za specijalne analize.

U tom trenutku neizvestan je bio novi okršaj sa Amerikancima, a Pešić je dosledno ponovio:

– Ne razmišljam o novom okršaju sa SAD, to vi razmišljajte. Kako se drugi pale na Amerikance, tako se pale i na nas. Nijedna utakmica neće biti laka, svi će imati pojačanu motivaciju protiv nas. Biće neizvesne borbe do kraja i moramo da uzmemo sudbinu u svoje ruke i krećemo na pobedu.

Posebno poglavljje minulih OI, a i svetske košarkaške



istorije, predstavlja polufinalni susret Srbije i SAD, u kojem je sjajnim „orlovima“ za nijansu izmakla senzacionalna pobeda, a Pešićeva priprema ove utakmice, prema priznanju najeminentnijih košarkaških stručnjaka, uči će u sve košarkaške udžbenike.

– Teško i izazovno je bilo pripremiti se za taj meč. Mi smo igrali na 90 poena protiv Australije i Amerike. Imali smo fantastičan intenzitet fantastične odbrane, iako je bilo 90 poena. Ogromna potrošnja i taj stres su se jednostavno pretvorili u uživanje i zadovoljstvo.

Mnogi su posle te utakmice za analne komentarisali kako je to bila Karijeva doktorska disertacija.



- Bilo je u prošlosti dobrih i teških utakmica, i pobeđa i grešaka trenera i dobrih odluka. U polufinalu sa SAD uspeli smo da sakrijemo svoje slabosti, a da istaknemo prednosti. Dva prethodna meča sa Amerikancima, jedan pripremni, a drugi u grupi u Lili, pomogli su nam da vidišmo šta da promenimo, ali da ostanemo u okvirima koncepta svog napada i odbrane. Da ne izmišljamo toplu vodu, da se ne opterećujemo previše Amerikancima, ali ipak da prilagodimo svoju odbranu i napad na ono što smo prethodno videli u njihovoj igri. Otkrili smo gde da ih napadnemo. Recimo, naš cilj je uvek bio da ih napadnemo ispod koša, jer tu imamo Nikolu Jokića, najboljeg igrača na svetu. Imali smo i Filipa Petruševa u strašnoj formi i s velikim samopouzdanjem - objasnio je Pešić.

Srpski selektor je tada izjavio da je akcenat bio da se napravi ravnoteža između unutrašnje i spoljašnje igre i nađe način kako da se promeni ritam.

- Trudili smo se da napravimo balans između kontrapada i igre „pet na pet“. Amerikanci igraju drugačiju košarku, teško se snalaze bez lopte, nervozni su kad nemaju loptu u rukama dovoljno. Razmišljali smo kako da im oduzmemos posed lopte. Odbranom pre svega i dobro organizovanim napadom „pet na pet“. To je funkcionalo vrlo dobro, dok smo imali snage, izdržali smo to. Ponestalo nam je snage u poslednja dva-tri minuta. Tada smo izgubili organizaciju igre, a više nismo mogli da to nadoknadimo intenzivnjom odbranom i oni su to iskoristili i napravili prednost.

Srpska javnost je opravdano bila ogrožena na sudije, koje su u više navrata oštetile srpski tim na tom meču.

- Ne tražim opravdanja, ko gubi, ima pravo da se ljuti. Nismo dobili respekt od sudija, ne samo na ovoj utakmici. Ako najbolji igrač na svetu za 37 minuta šutira samo četiri slobodna bacanja, a svaki drugi napad ima loptu u rukama, i ako drugi igrač sa 32 minuta na terenu šutira samo jedno slobodno bacanje, a svaki treći ili drugi napad ima loptu. Čudne stvari su se dešavale. Miran sam, ponosan, ali i razočaran, jer nismo imali poštovanje sudija. Ne umanjujem pobedu Amerikanaca, čestitam im i želim mnogo uspeha u finalu - poručio je Kari Pešić posle polufinala.

Otkrio je i da je bilo ozbiljnih kadrovskih problema, Nikola Milutinov je bio bolestan, a i Nikola Jović, koji uz to nije dostigao optimalnu formu posle oporavka od povrede.

- Milutinov je imao dva dana visoku temperaturu i igrao je bolestan. Isto tako i Jović, smanjila se rotacija, dali su koliko su mogli. Pokušali smo da ih oporavimo za još jedan dan takmičenja, da imamo bolju rotaciju protiv Nemaca.

Uprkos bolnom polufinalnom porazu naš selektor i reprezentativci pokazali su neverovatnu energiju i želju na utakmici za bronzu, koja je bila na programu nepunih 48 sati posle iscrpljujućeg susreta sa Amerikancima.

- Pripreme za meč s Nemcima su bile specifične, jer smo prethodno imali dve vrlo teške utakmice, i fizički i mentalno izazovne. Videlo se koliko nas je sve to koštalo protiv SAD, kao i povratak posle minus 24 na meču sa Australijom iigranje produžetka i uspeli smo da pobedimo tu fantastičnu ekipu.

Za utakmicu s Nemačkom je rekao da je trebalo da bude za zlato, a ne za bronzu. Osvojena je bronza zlatnog sjaja, i to Karijeva prva olimpijska medalja. Jedino odličje koje mu je nedostajalo u fascinantnoj trenerskoj karjeri.



SPECIJALNA NAGRADA KARIJU OD UKTS

Naš selektor Svetislav Pešić nagrađen je po drugi put od Udruženja košarkaških trenera Srbije, čime mu je iskazana velika zahvalnost za ogroman doprinos koji je dao razvoju srpske košarke i postignute rezultate naše reprezentacije, s kojom je u poslednje dve godine osvojio srebro na SP u Manili i bronzu na OI u Parizu, kao i za doprinos ugledu našeg udruženja.

Svečanost je upotpunjena predavanjem koje je popularni Kari održao na temu „Trenerski izazovi, prepreke i odluke u procesu do cilja“, a sve je upriličeno u hali „Master“ u Zemunu 21. septembra 2024.

- Pešić je već dobitnik najvišeg priznanja koje dodeljuje naše trenersko udruženje - nagrade za životno delo, ali smo imali potrebu da mu dodelimo i ovu novu nagradu i tako izrazimo posebnu zahvalnost za sve što je uradio za naš sport. To priznanje je zaista jedinstveno i puno simbolike i ističe najnovije Pešićeve uspehe. Dragoceno Pešićovo predavanje nastavak je permanentnog stručnog usavršavanja naših trenera koje planski sprovodimo - istakao je Strahinja Vasiljević, generalni sekretar UKTS.

V.N.T.

Poslednji ples čudesne generacije u Parizu

Smena generacija u ženskoj košarkaškoj reprezentaciji Srbije dešavala se po olimpijskim ciklusima. Ali to ne menja činjenicu da su Olimpijske igre u Parizu bile poslednji ples jedne generacije. One najuspešnije u istoriji koja je osvojila dva evropska zlata (2015. i 2021), evropsku (2019) i olimpijsku (2016) bronzu

SRBIJA NA OLIMPIJSKIM IGRAMA

Za naše košarkaštice Olimpijske igre u Parizu bile su treće uzastopne. U Riju 2016. osvojile su bronzu, u Tokiju 2021. igrale polufinale, ali posle svega ostale bez odličja. U Parizu su stale u četvrtfinalu, posle sasvim koreknog takmičenja po grupama.

Dres Srbije u Parizu nosile su: Ivana Raca, Saša Čado, Nevena Jovanović, Ivon Anderson, Dragana Stanković, Jovana Nogić, Maša Janković, Aleksandra Katanić, Andjela Dugalić, Tina Krajnišnik, Mina Đorđević i Nadja Smailbegović.

• Rezultati

› Takmičenje po grupama

Srbija – Portoriko 58:55

Kina – Srbija 59:81

Srbija – Španija 62:70

› Četvrtfinale

Srbija – Australija 67:85

Četvrtfinale Olimpijskih igara u čuvenom pariskom Bersiju igrale su Srbija i Australija. Tri minuta je do kraja. Utakmica je u tom trenutku već uveliko rešena. Svima je već odavno bilo jasno da će Australija nastaviti borbu za medalju, a da će se Srbija vratiti kući.

Baš u tom trenutku Marina Maljković je s klupe podigla pet igračica. Nije dugo prošlo, a u igru su ušle Jovana Nogić, Andjela Dugalić, Nadja Smailbegović, Ivana Raca i Aleksandra Katanić. Devojke koje će javnost u Srbiji još dugo gledati u dresu reprezentacije. Koje će, nadamo se, osvajati medalje na velikim takmičenjima.

Baš one su zamenile petorku koja je do tog trenutka bila na terenu i pisala najslavnije stranice istorije ženske košarke u Srbiji. Na klupu su otišle Tina Krajnišnik, Saša Čado, Nevena Jovanović, Ivon Anderson i Dragana Stanković. I nije to bilo taktički. U toj velikoj izmeni koju je na tri minuta pre kraja utakmice protiv Australije napravila Marina Maljković bila je ogromna simbolika.

Posle svega, Tina Krajnišnik, Saša Čado i Nevena Jovanović su potvrdile da je to bila njihova poslednja utakmica u dresu Srbije. Dragana Stanković i Ivon Anderson još čemo gledati. Nadamo se. Ali to ne menja činjenicu da su Olimpijske igre u Parizu bile poslednji ples jedne generacije. One najuspešnije u istoriji koja je osvojila dva evropska zlata (2015. i 2021), evropsku (2019) i olimpijsku (2016) bronzu. Od tima koji je početkom 2011. po-

čeо da gradi svoj put, put koji ga je odveo do najviših visina. Sada u toč timu više nije ostao niko. Osim selektorke Marine Maljković.

Smena generacija u ženskoj košarkaškoj reprezentaciji Srbije dešavala se po olimpijskim ciklusima. Svaka-ko je najveća bila posle Tokija kada su se oprostile Sonja Vasić i Jelena Bruks. Ona to tada nije najavila, ali ispostavilo se da posle tih Olimpijskih igara u dresu reprezentacije više nismo gledali ni Anu Dabović, a posle toga ni Aleksandra Crvendakić nije odigrala mnogo utakmica za nacionalni tim.

Sada su se oprostile Saša Čado, Nevena Jovanović i Tina Krajnišnik. U novi ciklus kreće neki novi tim čiji se ko- stur pravio od Tokija...

- Ta prethodna generacija... Šta reći o njima – zapita- la se Marina Maljković, selektorka našeg tima.

Dala je i odgovor. Koji svi znamo...

- One su uradile sve što ikada mogle. Ne znam šta da kažem... Možda čemo da ih ubedimo da još malo igraju u novembru u kvalifikacijama. One su uvek tu za Srbiju. Da bez pogovora rade šta treba. Čak i da presede 40 minuta na klupi, samo da budu deo ovog tima.

Navela je i primer:

- Mnogo puta su me pitali zašto sam u reprezentaci- ju stavila dve igračice koje nisu imale klub, Nevenu Jova- nović i Sašu Čado. One su duša tima, tim bez njih nema dušu. I uvek ću ih stavljati. Naravno, to neću da radim



EP 2025. ulazi bez nekih od lidera tima



naušrb neke talentovane devojčice koja treba da dođe, niti bi one same sebi to dozvolile.

Ostvareni rezultat na ovim, trećim uzastopnim Olimpijskim igrama u pitanju, prema oceni selektorkе, bio je realan. Zbog svega, a najviše zbog ozbiljno visokog kvaliteta Igrala u Parizu. Ipak, ostao je žal.

- U ovoj grupi postoji nešto što je danas retko. Ovo su stvarno ličnosti – i ove što završavaju i ove koje ostaju – koje apsolutno zaslužuju pažnju. Ta ekipa je sastavljena od dobrih devojaka, to je jedan dobar tim, zdrav tim. Garantujem da ovako treba da izgleda jedna sportska ekipa. Primer kako treba da se druži, kako da se živi u grupi. To je jako važno – izjavila je Marina Maljković i dodala:

- Zato sam i ostala kada je cela prethodna generacija otišla, jer su me one ubedile svojim ogromnim radom i ponašanjem. Takve su ličnosti da sam ostala da radim s njima kada sam mislila, najiskrenije, da bi trebalo da odem s prethodnom generacijom i to ostavim nekom drugom. One kao grupa zaslužuju pažnju, zaslužuju da se sedne i da se naprave ozbiljna analiza i plan za ono što sledi.

Prvo što sledi jeste nastavak kvalifikacija za Evropsko prvenstvo 2025. Veliki korak ka završnici takmičenja koje će se igrati u Češkoj, Nemačkoj, Italiji i Grčkoj naše košarkašice su već napravile. U prvom prozoru su upisale dve pobjede. Sada ih očekuju utakmice s Portugalom kod kuće i u Ukrajini u Rigi. Biće to prvo okupljanje naših devojaka otkako su se rastale posle tog četvrtfinala u Parizu. I prvo okupljanje bez duše tima, kako je i selektorka nazvala devojke koje su se oprostile u Bersiju. Sad će neke druge morati da uskoče u cipele lidera. Ne samo na pakretu, neke su to već prihvatile i odlično se snašle, već i van nje- ga. Da nastave da nekim novim devojkama prenose ono što su one naučile od onih koje su ih obećale prihvatile u tim. I naučile ih svemu. ●

B. Kostreš



KVALIFIKACIJE ZA EP 2025.

► G grupa

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1. Srbija | 2 2 0 185:100 4 |
| 2. Portugal | 2 2 0 143:115 4 |
| 3. S. Makedonija | 2 0 2 112:168 2 |
| 4. Ukrajina | 2 0 2 103:160 2 |

► Prvi prozor

- Srbija – Ukrajina 82:40
Portugal – S. Makedonija 65:52
Ukrajina – Portugal 63:78
S. Makedonija – Srbija 60:103

► Drugi prozor

- (7. novembar 2024.)
Srbija – Portugal
S. Makedonija – Ukrajina (10. novembar 2024.)
S. Makedonija – Portugal
Ukrajina – Srbija

► Treći prozor

- (6. februar 2025.)
Srbija – S. Makedonija
Portugal – Ukrajina (9. februar 2025.)
Portugal – Srbija
Ukrajina – S. Makedonija

Godina rada i velikih uspeha

**Udruženje
košarkaških
trenera Srbije je
od svog osnivanja
posvećeno
podizanju nivoa
stručnog rada,
permanentnom
usavršavanju i
edukaciji svojih
članova, a kao deo
ovih aktivnosti,
Udruženje je
prepoznato
po organizaciji
renomiranih
edukativnih
seminara
Beogradска
košarkaška klinika
.Dušan Duda
Ivković" i Trenerски
dani „Borivoje
Cenić".**

Da je Udruženje košarkaških trenera Srbije iza sebe imalo uspešnu godinu, dovoljno da se osvrnemo na spisak aktivnosti koje je UKTS imalo u prethodnih 365 dana. Zbog toga rezimeom, koji je sačinjen na Sednici Udruženja krajem septembra, ali i svim urađenim, i te kako mogu da budu zadovoljni svi oni iz kancelarije u Sazonovoj 83, jer je trenerska struka još jednom imala na raspolaganju razne vrste edukacija, seminra, udžbenika, zbornika radova...

Osim sadržajnog izveštaja o radu, na održanoj Sednici UKTS dnevni red je realizovan kako je i planirano, a na skupu trenerske branše svih 11 tačaka dnevnog reda je usvojeno.

Raspravljalo se o verifikaciji Pravilnika o licenciranju sportskih stručnjaka u oblasti košarke od strane UO KSS, a potvrđena je i odluka o obrazovanju Ogranaka UKTS i potvrđivanju lica izabranih za zastupanje ograna.

Takođe, jedna od tačaka na stolu ispred Upravnog odbora UKTS i njegovih članova bio je izveštaj o radu, za period do 7. septembra prošle godine do 27. septembra tekuće godine.

Usvojen je i izveštaj Nadzorne komisije, kao i finansijski izveštaj, ali i finansijski plan za naredni period.

Udruženje je predstavilo i plan i program rada za 2024/25 godinu, sa ciljem da svoje aktivnosti i poslovanje podigne na viši nivo u odnosu na minuli period.

Udruženje košarkaških trenera Srbije, od svog osnivanja, posvećeno je podizanju nivoa stručnog rada, permanentnom usavršavanju i edukaciji svojih članova, a kao deo ovih aktivnosti, Udruženje je prepoznato po organizaciji renomiranih edukativnih seminara „Beogradска košarkaška klinika Dušan Duda Ivković" i „Trenerски dani - Borivoje Cenić".

„Trenerski dani - Borivoje Cenić" tradicionalno su održani s poleća, a kraj aprila bio je rezervisan za zemunsku halu Master. Seminar je ključan za stručno usavršavanje trenera mlađih kategorija, jer je prisustvo bilo obavezno u skladu sa Zakonom o sportu Republike Srbije i Pravilnikom o licenciranju trenera, a započet je predavanjem selektora juniorske reprezentacije Srbije, Vuleta Avdalovića, na temu „Tehničko-taktičke sposobnosti mlađih igrača".

Drugo predavanje održao je Aleksandar Džikić, selektor muške reprezentacije Gruzije, na temu „Tendenције igre u napadu u mlađim kategorijama."

Dva seminara i ove godine okupila su trenerski košarkaški krem u Beogradu, a kada se podvlači crta mora se istaći da je organizacija „Beogradске košarkaške klinike - Dušan Ivković", bila izvanredna uz učešće izuzetenih predavača, među kojima su bili iskusni NBA stručnjak Stiv Kliford, trener madridskog Reala Čus Mateo, bivši šef struke Pariza, a sada pomoćnik u Memfisu, Tomas Isalo i srpski trener na klupi Londona Petar Božić.

Održavanje Klinike vrhnac je posvećenosti Udruženja košarkaških trenera Srbije u unapređenju profesionalizma i kvaliteta trenerskog rada. Klinika funkcioniše kao most koji povezuje trenersku zajednicu u Srbiji sa međunarodnim stručnjacima, a ova mreža saradnje ne samo da obogaćuje znanje naših trenera, već i otvara mogućnosti za dalju profesionalnu saradnju i razvoj.

Za ljubitelje košarke, Klinika predstavlja izuzetnu priliku da vide iz prve ruke kako se razvijaju najnoviji treninzi i taktike, što dodatno povećava njihovu strast i razumevanje igre. Ovaj seminar poslužio je i kao katalizator za povećanje interesa i entuzijazma među ljubiteljima košarke. Kroz interakciju sa poznatim trenerima i igračima, kao i kroz prisustvo na ovakvim događajima, publika dobija priliku da se dublje uključi u sport, što može rezultirati većim brojem mlađih talentovanih igrača i entuzijasta.

Nemervljiv je i doprinos podršci razvoja mlađih talenta, pošto ovakav događaj ima direktni uticaj na njihov razvoj. Pružajući trenerima najbolju praksu i najnovije informacije, Klinika je pokazala koliko pomaže u oblikovanju budućih generacija trenera, koji će biti sposobni da prepozna i razviju mlade talente u svim fazama njihove karijere.

Osim košarkaškog i edukativnog dela, klinika „Dušan Duda Ivković", imala je uticaj i na sam grad Beograd, koji je još jednom pozicionirala kao košarkaški centar i promovisala prestonicu Srbije i u turističkom i košarkaškom smislu.

„Beogradска košarkaška klinika „Dušan Ivković" je više od edukativnog seminara, ona je centralni događaj koji povezuje sve aspekte košarkaške zajednice, od trenera, ljubitelja sporta, edukativnih institucija, do gradskih vlasti. Kroz 23 godine postojanja, klinika je dokazala svoju vrednost kao ključni faktor u unapređenju košarkaškog znanja i promovisanju Beograda kao globalnog





centra košarke. Ova tradicija i kontinuirani uspeh su garantija da će klinika i u budućnosti nastaviti da igra ključnu ulogu u razvoju i unapređenju košarkaškog sporta", jasan je zaključak UKTS.

Pored ovih značajnih događaja, UKTS ponosno je što je u periodu od septembra 2023. do istog meseca tekuće godine izdalo i četiri broja časopisa "Trener", koji je prepoznat kao jedan od najboljih stručnih magazina za košarkaške trenere u Evropi.

Još jedna bitna stavka u radu UKTS, jeste da se ni u prethodnom periodu nije odustalo od izdavačke delatnosti, pa je tako svetlost dana ugledao zbornik radova - "Novi ciklus".

To je prva knjiga ove serije, koji nosi ovaj simboličan naziv i omaž je entuzijastima koji su pre više od 25 godina objavili prve zbirke radova u okviru akcije permanentnog usavršavanja trenera mlađih kategorija.

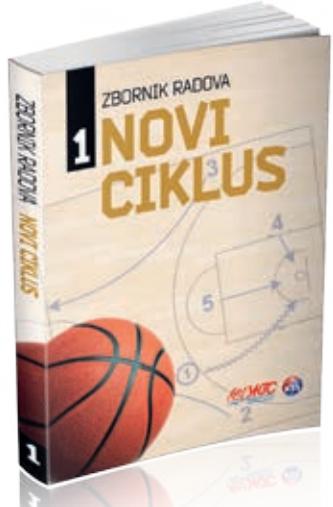
Ova knjiga predstavlja selekciju stručnih radova, metodoloških analiza, filozofskih razmatranja igre, kao i savete iz oblasti fizičke pripreme sportske psihologije. Pripremu ove knjige vodili su naši posvećeni članovi, među kojima su: Aleksandar Glišić urednik i pripevicač, Marko Mrđen, Goran Vojkić, Srđan Flajs, Aleksandar Džikić, Mirko Ocokolić, Milan Mitrović, Aleksandar Virjević, Igor Kovačević, Marko Simonović, Stevan Jovanović, Miloš Vučaković, Vladimir Nestorović i Nemanja Lambergar.

Izdavačku delatnost UKTS upotpunila je knjiga "Karakteristike Small Ball napada i značaj prostora", sve sa ciljem da se unapredi program edukacije, naročito kada je reč o obuci mlađih trenera. Ove edukativne aktivnosti pokazale su se izuzetno korisnim, a najnovije izdanje, ove knjige, autora Igora Kovačevića, predstavlja ključni korak u daljem unapređenju stručnog usavršavanja trenera mlađih kategorija.

Jedan od glavnih ciljeva ove knjige je da motiviše mlađe trenere da svojim konceptom i idejama doprinesu svestranom razvoju talentovanih igrača. Kovačević ističe da je rad sa mlađima ključan za budućnost naše košarke i da je neophodno da se ozbiljno pozabavimo ovom tematikom kako bismo nadoknadiли propušteno.

Udruženje košarkaških trenera Srbije, kao deo svojih kontinuiranih npora ka unapređenju košarkaških veština i znanja, pokrenulo je edukativni program namenjen trenerima mlađih kategorija. Ovaj program, kreiran od strane renomiranog trenera Saše Grujića, ima za cilj da pomogne trenerima u razvoju tehničkih i taktičkih sposobnosti svojih igrača, sa posebnim akcentom na osnovne elemente košarkaške igre.

**Još jedna bitna stavka u radu
UKTS jeste da se ni u prethodnom periodu nije odustalo od izdavačke delatnosti, pa je tako svetlost dana ugledao zbornik radova „Novi ciklus“. To je prva knjiga ove serije koja nosi ovaj simboličan naziv i omaž je entuzijastima koji su pre više od 25 godina objavili prve zbirke radova u okviru akcije permanentnog usavršavanja trenera mlađih kategorija.**



Program je pažljivo osmišljen kako bi obezbedio sistematičan i metodološki pristup obuci mlađih igrača, sa fokusom na individualne tehničke veštine kao osnovu za budući razvoj. Grujićev pristup kombinuje teorijske osnove sa praktičnim primerima, što omogućava trenerima da efikasnije prenesu znanje svojim učenicima.

U minulom periodu UKTS može da se pohvali i novim pionirskim poduhvatom, jer već dugi niz godina postavlja visoke standarde u obrazovanju i profesionalnom razvoju svojih članova.

Ove godine, UKTS je napravio značajan korak napred u obrazovanju trenera kroz jedinstven projekt - kurs sportskog operativnog trenera - sportskog učitelja (IV nivo - za rad sa decom). Ovaj kurs, koji je obezbeđen besplatno za članove UKTS, predstavlja jedinstven primer u našem sportu, pokazujući kako udruženje može da stane iza svojih članova kroz stipendije i podršku.

Kurs je započeo u aprilu i trajao je osam nedelja. Program je realizovan onlajn, a ovakav format omogućio je fleksibilnost i pristup obrazovanju za sve učesnike, bez obzira na njihove trenutne obaveze. Nakon završetka predavanja, kandidati su pristupili završnom ispitu, koji je takođe obavljen onlajn. Svi polaznici koji su uspešno završili kurs dobili su Uverenja o stručnom sposobnosti. Ceremonija dodelje sertifikata organizovana je 29. i 30. juna na Beogradskoj košarkaškoj klinici, pružajući polaznicima priliku da obeleže svoj uspeh u prisustvu kolega i profesionalaca iz oblasti.

Na kursu je učestvovalo ukupno 135 kandidata, svi sa uspehom završili obuku i ispunili sve potrebne uslove za stručnu sposobljenost.

- Moram da naglasim da smo i veoma ponosni na činjenicu da smo osomogodišnju saradnju sa Fakultetom za sport Univerziteta „Union - Nikola Tesla“ ovog proleća krunisali i novom etapom, pošto je UKTS za 135 svojih članova obezbedilo stipendije za kurs sportskog operativnog trenera - sportskog učitelja za rad sa decom. To je zaista bio pionirski poduhvat jer je to jedinstveni primer u našem sportu da je neko udruženje stipendijama stalo iza svojih članova, i omogućilo besplatan kurs sportskog operativnog trenera - rekao je Vasiljević.

Kao i do sada svi mogući sadržaji koje je Udruženje kreiralo, od knjiga, video materijala, časopisa - podjeljeni su trenerima na edukativnim seminarima, a iz trener-skog paketa nisu izosale ni majice, kao i trenerski planeri, table, USB memorije... ●

Dejana Popović

Kvalitet i jedinstvenost već 23 godine

Već 23 godine Beograd je zahvaljujući košarkaškoj klinici postao mesto na kom se krajem juna može čuti reč najboljih evropskih i svetskih trenera

Ni ovog leta Udruženje košarkaških trenera Srbije nije propustilo priliku da oduševi branšu izborom predavača za 23. Beogradsku košarkašku kliniku „Dušan Duda Ivković“, jer svako ko je od 29. do 30. juna bio u hali „Aleksandar Nikolić“ iz te dvorane otiošao je više nego zadovoljan.

A razloga za zadovoljstvo i veliku zainteresovanost bilo je napretek, jer šta drugo očekivati ako u dva dana dovedete Stiva Kliforda, Ćusa Matea, Petra Božića i Tomasa Isaloa da pod svodom kultne dvorane drže košarkaško slovo.



- Bila mi je velika čast, ali imao sam i malu tremu što ču učestvovati na izuzetno prestižnom trenerskom seminaru Biti predavač uz odavanje počasti srpskoj legendi kao što je Dušan Ivković je san, posebno u košarkaškoj prestonici kao što je Beograd - jasan je Mateo

UKTS je ostalo verno svom sistemu odabira predavača, pa je poslednjih dana juna više od 1.500 domaćih i inostranih trenera moglo da sluša svoje kolege koji su ostavili traga u NBA ligi, Evroligi, Evrokupe...

Za nekog sve, za svakog ponešto, ali ono što je sigrurno, svaki trener je iz „Pionira“ otiošao bogatiji za bar jednu košarkašku lekciju.

– Postao je trend da iz godine u godinu podižemo nivo klinike i to je bio slučaj i ovog leta. Dobre stvari ne treba menjati, samo ih treba učiniti još boljim i mislim da je ovogodišnja klinika to potvrdila – počinje priču Strahinja Vasiljević, generalni sekretar UKTS i čovek koji uz pomoć svojih saradnika čini sve da trenerska struka od udruženja dobije najkvalitetnije predavače.

– Svi oni su dali nemerljiv doprinos tradicionalnom kvalitetu najpoznatijeg i najeminentnijeg trenerskog seminara u svetu. Beogradska košarkaška klinika okupila je i ove godine vrhunske stručnjake pod obrubima, a predavanja je pratilo preko 1.500 košarkaških trenera iz Sr-

bije i preko 130 iz inostranstva. Beograd je još jednom bio ucrtan na košarkaškoj mapi sveta kao istinski centar, a upravo su predavači najbolje govorili o kvalitetu i stručnosti ovog seminara u Beogradu. Navršile su se tri godine od smrti Dušana Ivkovića, ali njegovi lik i delo i dalje žive i kroz ovaj seminar, čiji je on bio idejni tvorac. Trudićemo se da i u godinama koje dolaze klinika i dalje nosi epitet najboljeg trenerskog seminara u svetu – jasan je Vasiljević u svom stavu.

Kancelarija iz Sazonove 83 nastavila je tradiciju da branši dovede i mlade prespektivne trenere, među kojima su bili Finac Tomas Isalo i naš Petar Božić.



– Želimo da damo priliku mladim trenerima koji su se svojim radom probili u trenerskoj struci. To je prilika da dodatno motivišemo naše mlade stručnjake, kojih i te kako imamo. Nastavićemo s tom praksom i na narednim klinikama, jer popunjenoš „Pionira“ tokom predavanja Pere Božića i Tomasa Isaloa pokazuju da smo na pravom kursu i da naše i inostrane predstavnike zanima što ima da kaže mlađa garda – ističe generalni sekretar UKTS Strahinja Vasiljević.

– Želeo bih da Zahvalim svim trenerima predavačima, ali i svima onima koji su bili na tribinama „Pionira“ i učinili da ovo bude najposećenija trenerska klinika, koja od pre tri godine nosi ime po Dudi Ivkoviću, legendi ovog udruženja i košarke. Nadam se da su mogli da budu zadovoljni i samim temama, ali i trenerskim paketom. Sva predavanja su snimljena u video-formatu i dostupna su na Jutjub kanalu udruženja. Hvala i svim saradnicima, bez čije logističke pomoći ovaj seminar godinama ne bi bio ono što jeste – prepoznatljivi i najbolji – rekao je Vasiljević.



Upravo je Finac, nekada i sam učesnik i posmatrač na Beogradskoj klinici, održao nadahnuto predavanje koje je okupljenima u „Pioniru“ i te kako prijalo, pa su se na tribinama mogli videti treneri koji su u svoje sveske zapisivali sve ono što je sada već bivši trener Pariza pokazao na parketu.

Pitanja nisu izostala, a sam 42-godišnji trener, koji sadra ima angažman u Memfisu kao asistent, bio je oduševljen što se oprobao i u ulozi predavača.

– Ovo je najbolja klinika koju sam ikada posetio. Kvalitet predavača i okruženje čine je zaista posebnom. Bila je ogromna čast. Ne dešava se često da jedan finski trener dobije poziv i bude u Beogradu i priča o košarci. Imao sam snažnu potrebnu i dužnost da podelim stvari koje sam naučio tokom svog puta. Mislim da je veoma važno imati kulturu deljenja ideja kako bi se sama igra razvijala i unapredivila. Želelo sam da doprinesem tome i nastaviku u tom pravcu – poručio je Isalo.

Veoma uspešna sezona s London Lajonsima Petra Božića, ljubimca navijača Partizana i legendarnog kapitena koji je s crno-belim osvojio čak 18 trofeja, omogu-

ćila mu je da održi predavanje na temu „Razvoj igrača tokom dinamične sezone“.

– Bila mi je velika čast što sam pozvan da učestvujem na klinici, puno emocija, poznatih ljudi u publici... Svi smo nekako bili na okupu – rekao je Božić, a potom se osvrnuo i na svoju trenersku filozofiju.

– Mnogo toga mora da krene od odbrane, jer je odbrana kombinacija ponosa i želje da želiš nešto da uradiš za tim što nije transparentno u statistici. Ako je akcenat na tom delu terena, lakše se ulazi u samopouzdanje, jer iz dobre odbrane uvek ćeš imati nekih lakih pozicija u tranziciji. U napadu volim da igračima dam slobodu u okviru ideje koju želimo da sprovedemo, a slobodu i kredit u napadu moraš zaraditi kroz odbranu.

Čus Mateo u više navrata osetio je kako izgleda vruć gostujući teren u Beogradu, pred navijačima Zvezde i Partizana, a ovaj put osvajač Evrolige 2022. godine, u svojoj debitanskoj sezoni kao prvi trener madridskog Reala, imao je drugaćiju ulogu.

– Bila mi je velika čast, ali imao sam i malu tremu što ću učestvovati na izuzetno prestižnom trenerskom se-

POKLONI NI OVAJ PUT NISU IZOSTALI

Svi učesnici Beogradske košakaške klinike dobili su trenerski paket, u kom su se nalazili majica, dvojezični časopis *Trener*, trenerska tabla, kao neizostavan alat za svakog trenera, a tu je bio i planer za vođenje košarkaških treninga, jer dobar trener zna koliko su važni planiranje i organizacija, eksternu memoriju i zbornik radova „Novi ciklus“.

- Bila mi je velika čast što sam pozvan da učestvujem na klinici, puno emocija, poznatih ljudi u publici... Svi smo nekako bili na okupu – rekao je Božić

- Izuzetno poštujem srpsku košarku i nivo vaših trenera. Bilo je veoma zabavno biti deo ovog seminara. Nadam se da je sve ovo bilo korisno i dobro za trenere – sumirao je Kliford utistke posle Klinike ➔





- Ovo je najbolja klinika koju sam ikada posetio. Kvalitet predavača i okruženje čine je zaista posebnom. Bila je ogromna čast. Ne dešava se često da jedan finski trener dobije poziv i bude u Beogradu i priča o košarci. Imao sam snažnu potebu i dužnost da podelim stvari koje sam naučio tokom svog puta - poručio je Isalo

minaru u fantastičnom košarkaškom okruženju. Biti predavač uz odavanje počasti srpskoj legendi kao što je Dušan Ivković je san, posebno u košarkaškoj prestonici kao što je Beograd – jasan je Mateo.

Amerikanac Stiv Kliford, nekadašnji trener NBA-ligaša Orlanda i Šarlota, koji je takođe radio i kao asistent u Lejkserima, Hjustonu i Njujork Niksimu, ali i sa sprskim košarkašima Vasilijem Micićem i Aleksejem Pokuševskim, pokušao je u prestonici Srbije da prenese znanje

koje je sticao tokom 23 godine provedene u najjačoj ligi sveta i 16 godina u NCAA ligi.

Kliford je pred nekoliko stotina srpskih i internacionalnih trenera u hali „Aleksandar Nikolić“ održao predavanje posle kog su kolege iz publike jedva dočekale da mu postave dodatna pitanja, ali i da naprave fotografiju za uspomenu.

– Izuzetno poštujem srpsku košarku i nivo vaših trenera. Bilo je veoma zabavno biti deo ovog seminara. Dosta interakcije, pitanja trenera... Imao sam priliku da održim dva predavanja. Nadam se da je sve ovo bilo korisno i dobro za trenere – sumirao je Kliford utistke posle klinike.

Uz povahle Miciću, Pokuševskom i Jokiću, imao je reči hvale i za trenere.

– Veoma ceni srpske trenere. Darko Rajaković je prošle sezone u Torontu odradio odličan posao. Tokom sezone tim su mu pratile mnoge povrede, bilo je trejzova, ali njegov Toronto je odlično pripremljen. Svake večeri igrali su s velikim naporom, a to je zasluga trenera – objasnio je Kilford.

Osim oduševljenosti zbog brojnosti trenera, nije krio zadovoljstvo što je mogao da upozna i Beograd, u kom je bio prvi put.

– Prelep grad. Imali smo sjajnu turneju. Provela nas je Gaga, supruga trenera Darka Rajakovića. Naučili smo mnogo o istoriji grada. Imali smo odličan ručak, sve bilo sjajno. Baš sjajno vreme u divnom gradu – poručio je 62-godišnji stručnjak. ●

Dejana Popović

Nagrade kao uvod u kliniku

Svečano otvaranje klinike obeleženo je tradicionalnom dodelom nagrada najuspešnijim trenerima iz prethodne sezone. Predavač ovogodišnje klinike, zajedno sa selektorom ruske reprezentacije Zoranom Lukićem, uručili su priznanja muškim i ženskim trenerima.

● MUŠKI TRENERI

- Janis Sferopoulos (Crvena zvezda) – za osvojeni Kup Radivoja Koraća, titulu u ABA ligi i Superligi Srbije;
- Vladimir Jovanović (Spartak) – prvak ABA 2 lige;
- Miloš Isakov-Kovačević (Vojvodina) – prvak KSL;
- Marko Boltić (BKK Radnički) – prvak Druge muške lige Srbije;
- Vladimir Đorđević, Miljan Marjanović, Pavle Trifunović, Vladimir Jović, Igor Radivojević, Velid Hadžerić, Predrag Mušicki, Igor Jozić,

Mihailo Ljubinac, Aleksandar Jovanović, Dušan Nikolić, Bojan Simanić, Dragoljub Avramović.

● ŽENSKI TRENERI

- Milan Vidosavljević (Mega) za osvajanje Kupa Milana Cige Vasojevića i titulu prvaka Srbije;
- Dragiša Stamenković (ŽKK Ras) – prvak Druge ženske lige Srbije;
- Igor Petrićević, Jelena Stošić, Teodora Marunkić, Nikola Čolić.

● ZLATNE PLAKETE

Plakete koje se dodeljuju od 2022. godine, za izuzetan doprinos razvoju košarke u Srbiji, ove godine su uručene: Draganu Dragosavcu, Radetu Georgievskom, Draganu Vukoviću i Fakultetu za sport Univerziteta „Union Nikola Tesla“.



Božidar Maljković u Akademiji francuske košarke

Predsednik Olimpijskog komiteta Srbije Božidar Maljković zvanično je ušao u Akademiju francuske košarke na svečanoj ceremoniji koja je održana u petak, 18. Oktobra, u Parizu. Tokom svečanosti, zajedno s gospodinom Maljkovićem, u Akademiju francuske košarke primljen je i legendarni francuski košarkaš Toni Parker.

Božidara Maljkovića, proslavljenog košarkaškog stručnjaka, članovima Akademije i ostalim zvanicama na svečanoj ceremoniji u Parizu predstavio je nosilac ordena Legije časti, velikan francuskog sporta Rišar Dakuri. Maljković je ostavio neizbrisiv trag u francuskoj košarci. Tri godine je predvodio Limož i s njim osvojio šampionat i kup Francuske (po dva puta), ali je i jedini koji je trijumfovao u nekadašnjem Kupu evropskih šampiona 1993. u Atini. Kada je Maljković stigao u Limož 1992. godine, već je bio prepoznat kao vrhunski evropski trener nakon uspeha sa splitskom Jugoplastikom, s kojom je osvojio dva Kup šampiona zaredom. Njegov metod je uspeo da transformiše igrače Limoža i razbije prepreke koje su sprečavale francusku košarku, i francuske timske sportove uopšte, da osvoje Kup šampiona. Tokom te 1993. godine veliki evropski timovi su jedan po jedan gubili pred čvrstom odbranom i odlučnošću Maljkovićevih igrača, a Limož se na kraju izvanredne sezone popeo na krov Europe.

Gospodin Maljković, prihvatajući veliku nagradu, svojim govorom dirnuo je srca svih prisutnih, zaradivši salve aplauza i mnogo iskrenih osmeha.

– Marta ove godine Njegova ekselencija Pjer Košar i Francuski institut u Beogradu organizovali su izložbu o mojoj karijeri. Naziv te izložbe je bio „Božidar Maljković, Jedan vrlo francuski život“. Večeras po drugi put za pola godine Francuska slavi moj rad. Hvala Francuskoj. Hvala francuskoj košarkaškoj federaciji. Hvala francuskoj akademiji za košarku. Hvala svim igračima koje sam treni-



rao. Hvala svim upravama s kojima sam sarađivao. Hvala navijačima Limoža i Pariza. I jedno veliko hvala svim najpoznatijim kuvarima Limoža, Liona i Pariza bez kojih bi moj veliki uspeh bio nemoguć – izjavio je Maljković.

Podsećamo da je predsednik OKS Božidar Maljković već član Kuće slave splitskog sporta, kao i Kuće slavnih španske košarke. S obzirom na njegova značajna postignuća u evropskoj i svetskoj košarci, postoji opravданa nuda da će u budućnosti biti primljen i u Kuću slavnih u Springfildu.

(Saopštenje Olimpijskog komiteta Srbije)

UKTS

Maljković – ponos Udrženja

U Udruženju košarkaških trenera Srbije s velikim zadovoljstvom i ponosom primljena je vest o prijemu našeg legendarnog trenera Božidara Maljkovića u Akademiju francuske košarke. Izvesno je da je Maljković ovo visoko priznanje zasluzio, ostavivši dubok trag ne samo u košarci Francuske već i u košarkaškoj Evropi.

Podsetimo, naše udruženje je trenera Božidara Maljkovića 2005. godine svrstalo u grupu naših legendi za sva vremena. Naime, te godine je Maljković nagrađen nagradom za životno delo koja nosi naziv legende Slobodana Pive Ivkovića, odnosno najvišim priznanjem koje UKTS dodeljuje i koje je rezervisano za one koji su svojim rezultatima i sveukupnom doprinosu kako košarci tako i ulozi košarkaškog trenera zaslužili košarkašku besmrtnost. Čestitam!

M. Polovina

NAGRADA ZA ŽIVOTNO DELO

SLOBODAN PIVA IVKOVIĆ

NEBOJŠA POPOVIĆ	ALEKSANDAR NIKOLIĆ	BLAŽSLAV STANKOVIĆ	DUŠAN ZERAVICA	DUŠAN IVKOVIĆ	DUŠAN IVKOVIĆ	ŽELJKO OBRADOVIĆ	DUŠAN VASOTIĆ	DUŠAN PEŠIĆ	
ALEKSANDAR DORBEVIĆ	BORIVOJE CENIĆ	STRAHinja ALAGIĆ	VLADIMIR LUSIĆ	EDWARD MAJKOVIC	EDWARD BOŠKOVIC	RADOMIR ŠAPEC	ZORAN KOVACIĆ	DUŠAN VIJOSIĆ	MARINA MAJKOVIC

Nisam se dvoumio ni u jednom momentu



Vule Avdalović, aktuelni strateg OKK Beograda, ovog marta izabran je na mesto selektora reprezentacije Srbije do 18 godina, a poverenje je u potpunosti opravdao. Naporno letu koje je imao s talentovanim „orličima“ završio je kao i slavni seniori, medaljom, i to srebrnom na Evropskom prvenstvu.

Nekada je s klubovima za koje je nastupao osvajao brojne trofeje širom Evrope. Bio je reprezentativac, a danas spada u grupu mlađih i perspektivnih košarkaških stručnjaka. Vule Avdalović, aktuelni strateg OKK Beograda, ovog marta izabran je na mesto selektora reprezentacije Srbije do 18 godina, a poverenje je u potpunosti opravdao. Naporno letu koje je imao s talentovanim „orličima“ završio je kao i slavni seniori, medaljom, i to srebrnom na Evropskom prvenstvu.

Između brojnih treninga i obaveza na početku sezone sa svojim klubom, Avdalović je izdvojio malo vremena i u razgovoru za magazin Trener govorio o aktuelnim temama, kao i o medalji koja je sigurni pokazatelj da srpska košarka ima igrače na koje će treneri i selektori moći da se oslone u bliskoj budućnosti.

Nekadašnji reprezentativac i aktuelni selektor „orliča“ sa Trener naglašava da je odmah po imenovanju na odgovornu funkciju zavrnuo rukave i prionuo na posao. Tokom priprema i takmičenja njegov tim je uspeo da pokaže izvanrednu koheziju i disciplinu, što je doprinelo osvajanju medalje. Njegova strategija se oslanjala na čvrstu odbranu i razvijanje napadačkih akcija, a tim je ostvario sve pobede u pripremnim utakmicama.

– Prošle godine sam bio pomoćni trener na Evropskom prvenstvu za selekciju ispod 20 godina, to je bilo jedno stvarno dobro iskustvo, sjajno smo saradivali, bili smo peti na tom prvenstvu na Kritu. Kada je stigao poziv, nisam se nijednog trenutka dvoumio. Ceo tim i igrači moraju da se odreknu celog leta, ali mislim da je jako bitno za sve nas košarkaške radnike da se održava taj kult reprezentacije. Da kada dobiješ poziv, ne postoji ništa drugo, osim nekih jako opravdanih razloga, da ne postoji šansa da se neko ne oda zove. Većina igrača se odazvala pozivu i bilo je dobro iskustvo za sve nas.

Priča na čemu je insistirao u radu sa mladim igračima od prvog dana:

– Bilo je važno videti stvari koje su dobre i ukazati na neke koje se ne rade. Takođe, govorili smo da se ne reaguje uvek na prvu, da se ne vidi greška kao katastrofa i da im se objasni na neki način da je sve to normalno u njihovom uzrastu i da moraju u nekim trenucima da promene način razmišljanja i da se apsolutno podrede timu. Sve to je, na kraju, i donelo taj rezultat. To je ta srebrna medalja, jako značajan uspeh za sve nas.

● Priprema i stvaranje tima

Sam početak za Avdalovića nije bio lak, ali je imao jasnu viziju, kao i pomoći kolega koja je i te kako značila. Mladi stručnjak objašnjava kako se kao trener i selektor pripremao za samo takmičenje, kao i to što su bili glavni ciljevi priprema i samog turnira.

– U Košarkaškom savezu Srbije postoje ljudi koji se bave time. Dobio sam izveštaje prethodnih trenera i mi-

slim da se jako dobro radi. Izveštaji se prenose s trenera na trenera, tako da sam imao jako dobar uvid u situaciju. Bio sam u kontaktu sa svima, kao i sa trenerima koji vode klubove i njihovo godište. Kontrolnim treninzima smo napravili dobru selekciju na kraju. Ne pravi se uvek tim od dvanaest najboljih, već onih dvanaest koji najbolje funkcionišu zajedno. Napravili smo dobar skup igrača koji su od početka do kraja funkcionali kao tim.

Pre samog turnira ideja je bila da se tim ujedini i osnaži zajedničkim radom i prijateljskim utakmicama. Tako je za samo četiri nedelje priprema trebalo uraditi veliki posao. Pored priprema i taktičkog dela, zakazano je i šest kontrolnih mečeva. Avdalović pojašnjava kako je tekao ceo proces iz selektorskog ugla.

– Imali smo šest kontrolnih utakmica i oko trideset dana priprema za samo prvenstvo. To se deli na četiri nedelje. Hteli smo da radimo na odbrani, da postavimo osnovne odbrane od pick and rolla. To smo prošli prve nedelje. Druge smo ubacili još jednu alternativnu odbranu i s time smo ušli u prvu pripremnu utakmicu u kojoj smo proveravali šta bolje funkcioniše u odnosu na igrače koje smo imali, kao i to ko se najbolje snalazi u tim situacijama. Treće nedelje smo ubacili zonu, ali ne zbog toga što je mi igramo, već što sam, iz iskustva, znao da se mnogo ekipa odlučuje za tu vrstu odbrane. Timovi koji su favoriti pokušavaju da prevare rivala zonom i zonskim presingom. To smo vežbali da bismo znali kako da napadamo tokom prvenstva. To se pokazalo kao ključna stvar.

Prve tri utakmice u grupi smo igrali zonu 90 odsto vremena. Nije to neka nauka. Ne verujem mnogo u tu vrstu odbrane, kao nešto što bih postavio, ali smo morali sve da imamo spremno. Uz to, četvrtu nedelju smo posvetili iskakanju na piku i to nam je donelo rezultat. Dok vežbate odbranu, vežbate i napad. Želeli smo da iz dobre odbrane trčimo u napad i imamo dobre linije trčanja u kontranapadu i da iz toga imamo veliki broj lakih koševa.

● Odbrana kao zaštitni znak

U maniru velikih imena jugoslovenske i srpske košarke i Avdalović ističe značaj odbrane za svaki tim.

– Odbrana je ključ. Kada biste razgovarali s bilo kojim našim legendarnim trenerom, svaki bi vam rekao isto – najvažnija je odbrana. To jeste jako bitno u obuci mlađih igrača. O tome sam i govorio na klinici. Jedan deo sam posvetio individualnom radu na napadačkim stvarima, a jedan deo je bio posvećen osnovama odbrane.

Ispostavilo se da je ovo bio pravilan pristup. Dobra priprema bila je od koristi u mečevima sa Italijom, Letonijom i Izraelom.

– Italija je bila ključ, prva utakmica. Nismo znali kako ćemo da izgledamo, dug je put bio. Oni su bili u zoni 30 minuta. Imali smo period gde smo ih prelomili. Posle toga smo imali malo slabije protivnike, Letoniju i Izrael. Bila

je dobra stvar što smo raspodelili minutažu u prve dve utakmice, a onda smo imali svežinu u nastavku takmičenja. Izrael je imao malu rotaciju, treću utakmicu su fizički pali i mi smo ih lako dobili. Kasnije su nam se pokazali kao jako nezgodan protivnik.

● Velike pobeđe nad domaćinom Finskom i Belgijom

Reprezentacija je briljirala u pripremnim utakmicama, zabeleživši svih šest pobjeda, a zatim su i u grupnoj fazi upisane tri pobjede. Lako je postojala mogućnost da se susretu s Litvanijom, usledio je duel s domaćinom turnira Finskom.

– Moj strah je bio da ćemo se opustiti posle toliko pobjeda. Ipak, to se nije desilo. Dobili smo tu ključnu utakmicu koja odlučuje da li ideš u najboljih osam ili si u drugom delu. Posle toga usledila je Belgija, kvalitetan protivnik. Imaju tri-četiri jako zanimljiva igrača i jednog visokog, koji nam je pravio dosta problema, ali svakako smo mogli snage da i njih pobedimo.

● Istoriski duel sa Izraelom

Usledio je jedan od najzanimljivijih mečeva poslednjih decenija kada je reč o mlađim reprezentativnim kategorijama. Srbija se ponovo susrela sa Izraelom, koji je ovoga puta odigrao mnogo bolje. Ipak, posle dva produžetka i trojke Andreja Kostića „orlići“ su slavili 115:114.

– Bilo je straha da ih ne potcenimo zbog prvog meča u kom smo ih dobili 20 razlike u grupi. Znali smo da su Šaraf i Majer glavni igrači. Oni su taj dan ubacili mnogo teških šuteva. Praktično smo imali dobijenu utakmicu, ali oni su se vratili, uz peh Bošnjakovića, koji se povredio. Ušli smo u prvi produžetak bez njega. Dimitrijević je pogodio dva penala na dva razlike, tako smo ušli u drugi produžetak, uz rezultat 100:100. I onda smo praktično izgubljenu utakmicu u drugom produžetku dobili. Više nije bilo ni tajm-auta. Drezgić je našao rešenje, dodao Kostiću, koji je pogodio. Ništa nije bilo nacrtano. To je njihov individualni

kvalitet koji je tu reprezentovao ceo naš rad tokom tog leta, a svi oni su stvarno dobro funkcionali kao tim.

Ipak, zlato je izostalo.

– Nemačku smo pobedili dva puta u pripremnom periodu. Smatrao sam da imamo šansu, ali mislim da je veliki uticaj imala povreda Bošnjakovića, koji je bio jedan od ključnih igrača, pre svega u odbrani. Nedostajao je kao kapiten i lider. Njega smo izgubili. I posle ta dva produžetka koje smo imali prethodnji dan, mislim da je došlo do velikog pražnjenja, pre svega visokih igrača, koji nisu dali onakav doprinos kakav su davali tokom celog prvenstva, pa se izgubila ta naša unutrašnja igra. Na kraju, Drezgić i Kostić su odigrali dobru utakmicu, ali s druge strane su imali odličnog protivnika koji je apsolutno zašlužio pobjedu u finalu.

● Srbija ne mora da brine, ali mora da gaji talente

Posle Evropskog prvenstva za juniore mladi Kostić, Dimitrijević, Bošnjaković, Drezgić i ostali postali su prepoznatljivi i o njima se piše s velikim poštovanjem. Baš zato Avdalović ističe važnost kvalitetnog rada sa svakim talentovanim i vrednim mališanom koji voli košarku.

– Mi nismo država kao što su Italija, Španija, Francuska. Oni imaju mnogo veću bazu igrača. Mi smo jedna mala država koja ima veliku tradiciju. Naš je posao kao trenera da ne smemo da propustimo nijednog igrača, a da nismo dali sve od sebe da mu pomognemo. Tako da ja na sve njih tako gledam, posebno ako se vidi da neko ima telo, brzinu, visinu, fizičke karakteristike, ali i talent za košarku, čitanje igre, šut. Mislim da zaslužuju veću šansu. Ne moraju svi baš da budu reprezentativci ili NBA igrači, ali su bitni svi podjednako da bi napravili bilo kakvu karijeru. Znači, ako nisu NBA, da budu u Evroligi, u Evrokupu ili u Jadranskoj ligi. Samo da ima što više naših igrača, a da mi kao treneri pokušamo da im pomognemo da doštignu svoj potencijal – zaključuje Avdalović. ●

S. Grujović



PREDAVAČ NA SEMINARU UKTS

Najstariji edukativni seminar Udruženja košarkaških trenera Srbije Trenerski dani „Borivoje Cenić“ održan je 27. aprila u SC „Master“, a jedan od predavača je bio i Vule Avdalović, koji ističe značaj koji UKTS ima.

– Mislim da je to odlična organizacija, koja stvarno dobro radi na edukaciji mlađih trenera putem časopisa i predavanja. Mislim da je jako bitno, jer nemaju baš svi treneri priliku da vode neke ozbiljnije klubove. Uglavnom su to neke školice košarke, pioniri, kadeti, juniori, neke druge selekcije. Jako je bitno da se radi na tome da i oni dobiju šansu za neku vrstu edukacije, da ne bude to samo u školi nego i organizacijom seminara, predavanja preko mejla, putem časopisa. Mislim da je to jako bitno. Nemamo puno vremena, ali i s današnjom tehnologijom, koja je jako napredovala, mislim da može da se nađe način kako bi se edukovali, ili u školi, ali i kroz praksu.

– Nastojimo da im prenesemo da je svaka utakmica najbitnija, da je za nas ovih tridesetak utakmica koje igramo kao finale i to je prilika za sve igrače da se pokažu u što boljem svetu. Duga je sezona. Tu je dosta igrača koji su 2005. i 2006. godište, to je za njih jako bitan prelazak iz juniorske u seniorsku konkurenčiju. Jači su treninzi, jači su kontakti, dolazi do povreda. Nešto o čemu razmišljjam, da se oni poštede što se više može tih povreda, ali da nastave s jakim treningom. To je neki moj lični cilj, ali mislim daje to i prilika za veći broj igrača da dobiju neku šansu.



Selektor naše kadetske reprezentacije do 16 godina, koja je na prvenstvu Evrope u Grčkoj ovog leta osvojila srebrnu medalju, objašnjava s kakvim se sve problemima suočavao i kako ih je rešavao

Uspeli smo da postanemo tim

Mladi košarkaši Srbije doneli su našoj zemlji novu medalju ovog leta! Oni su na Evrobasketu U16 uspeli da osvoje bronzanu medalju, pošto su u meču za treće mesto u Heraklionu bili bolji od domaćina Grčke s rezultatom 65:74.

Momci koji su doneli Srbiji bronzu sa ovog Evrobasketa su redom: Jovan Bikić, Aleksandar Krunic, Aleksej Ivković, Vukašin Gavranović, Vuk Danilović, Andrija Sušić, Andrej Bjelić, Nikola Karalić, Andrej Pavlović, Aleksej Nedeljković, Tadija Nedeljković i Strahinja Zelić.

Najefikasniji u borbi za treće mesto bili su Vuk Danilović sa čak 24 poena uz 5/10 za dva i 3/8 za tri, kao i 5/6 s linije penala, kao i Andrej Bjelić sa 15 poena, 12 skokova i sedam asistencija.

Selektor ove reprezentacije bio je Vladimir Zlatanović. On je trener mlađih selekcija čačanskog Borca i sa zadovoljstvom je prihvatio razgovor za Trener.

›Iskrene čestitke na bronzanoj medalji osvojenoj na Evropskom prvenstvu do 16 godina. Recite nam za početak koliko je vama kao treneru bilo teško da od ovih momaka napravite ono što se zove tim?'

– Mislim da je to posao svakog trenera kada uzme neku selekciju. Pogotovo reprezentativnu, jer ti momci dolaze iz različitih sredina. Prvenstveno, to su momci, hajde da kažemo, birani. Naravno, počnemo od karak-

tera, pa gledamo neke napadačke sposobnosti, pa neke odbrambene sposobnosti. Svako od njih je različit, ali svako od njih je nosilac u svom timu. Pa iako su tu dvojica ili trojica iz istog tima, to su opet neki momci oko kojih se razvija igra, koji su akcentovani svojim ekipama. Mogu reći da to nije lak posao, svarno nije lak posao. Imao sam tu sreću da sam dobio reprezentaciju ne samo tih mesec dana pred početka priprema, nego godinu dana ranije. Mi smo već pred Novu godinu, pre takmičenja, imali jedno okupljanje, pa smo išli u Bosnu da igramo. Iskreno, uspeli smo da non-stop insistiramo na tome da ako hoćemo nešto da uradimo na prvenstvu, moramo baš da budemo tim ili, što bi rekao moj kolega, tim s velikim T. Mislim da smo stvarno to i uspeli, a to i pokazuje medalja. Sigurno medalja ne može da se uzme bez discipline među igračima. Ukratko, kažem, uspeli smo da postanemo tim.

›Isticao se Andrej Bjelić, koji je na kraju izabran i u idealnu petorku šampionata. Da li je on pravi lider ove generacije?

– Da li je on pravi lider ove generacije? Dobro, on je igrač sa ozbiljnim napadačkim sposobnostima i bio je lider na terenu, ali moram da istaknem da je tu iz njega bio i Vuk Danilović, koji je bio i kapiten ekipe i koji je uspeo da sve njih nekako van terena drži zajedno. A to nam je sigurno pomoglo, vraćam se na prethodno pitanje, da bude-



mo tim, Vuk je uticao na svoje saigrače. Mogu da kažem da su oni podelili uloge. Vuk je bio glavni van terena i dobro delom na terenu, a Andrej je vukao dosta na terenu, ako mogu tako da kažem. Dvojica su bila zaslužni za to, ne mogu da dam samo Andreju glavnu ulogu. Moram da kažem da je Vuk tu bio jako bitan faktor.

›Imali smo, po meni, vrlo težak žreb na Evropskom prvenstvu u Grčkoj, pa su se momci sigurno mnogo istrošili do polufinala. Da je bilo drugačije, da li mislite da bi neka sjajnija medalja bila realnost?

– Pa sigurno. Moram priznati da je to bila nesporno najteža grupa na prvenstvu. Znali smo koliko je ta Nemačka napredovala, pa onda Bugarska, lakše smo dobili tu utakmicu, i onda Litvanija, koja uvek na kraju prvenstva uzme neku medalju, kakva god bila generacija. Stvarno teška grupa, i bila je ogromna potrošnja. I onda dok smo došli do te borbe za medalju, bili smo dobro istrošeni, i naleteli smo na ekipu Francuske, koja je jedina, ako se to može reći, imala lak žreb na prvenstvu. S nama se mučila. Sve je teško na prvenstvu, ali moram priznati, da smo mi imali malo lakši put, a to je možda bilo i presudno, da je bio malo lakši raspored, siguran sam da bismo možda igrali bar finale.

›U borbi za bronzu savladan je domaćin Grčka. Koliko je to bila teška utakmica?

– Svaka utakmica je teška. Kada izgubite u polufinalu, idete iz poraza, ako je to teško, pogotovo s momcima od 16 godina, kojima je to neko prvo okupljanje, neka prva velika scena. I nije bilo lako, ali uspeli smo da se rese-tujemo, da se dobro motivišmo, što se video na utakmici. Iskreno, dominirali smo, mislim, 40 minuta, imali smo pred kraj mali pad, ali dobro, s obzirom na to da je Grčka bila na svom terenu, možda se očekivao taj pad. Mislim da smo se mi bolje psihički i taktički pripremili od njih.

›Ovo leto je bilo baš, što se kaže, beričetno za našu košarku: bronza seniora na Olimpijskim igrama u Parizu, pa juniori takođe, a sada i kadeti. Da li je ovo najava nastavka nečeg što mnogi zovu srpska škola košarke?

– Iskreno bih voleo da je tako, sigurno nam uvek taj prvi tim pokaže pravi put i onda svi drugačije razmišljamo, mi treneri pogotovo, ali i igrači. Oni nam daju neki put kako to treba da izgleda, tako je bilo i sada. Kad vidimo kako oni izgledaju na terenu, kako su igrali sjajno te Olimpijske igre, bilo bi možda i sramotno da se mlađe generacije drugačije pokažu. Sigurno da nam mnogo znači taj put A tima, a s obzirom na to kako su odigrale sve te reprezentativne selekcije, sigurno da opet lepo vreme pred nama što se tiče uspeha. Dobro, naporno je, stvarno je naporno. Pogotovo je sad teško, kada se vratite, ogromna je potrošnja kako igrača tako i trenera, i fizički, i emotivno. Nije lako vratiti se sad u onaj klupski kolosek.

›Možete li ukratko da nam sažmete svoj košarkaški put dosad, pošto nisam uspeo da nađem nigde te podatke?

– Krenuo sam u Košu kao stažista, dok sam završavao Višu trenersku školu u Beogradu, i onda kada sam se vratio, dugo godina sam bio pomoćnik Miljanu Petro-nijeviću u Košarkaškom klubu Železničar i usput sam vodio i mlađe kategorije. Posle toga sam prešao u Košarkaški klub Mladost, gde sam dobio mlađe kategorije, ali ubrzo sam dobio i seniorski tim. Zatim sam bio, mislim tri ili četiri godine u B ligi. Posle toga sam bio pomoćnik u Konstantinu u Nišu, zatim pomoćni trener prvog tima Košarkaškog kluba Borac, pa sam onda dve godine vo-



dio mlađe kategorije Borca, posle toga pomoćnik Vladimira Jovanoviću u Megi i onda sam se opet vratio u Košarkaški klub Borac. A usput mislim da sam imao osam ili devet reprezentativnih akcija kao pomoćnik, što U18, U20 i univerzitetskoj reprezentaciji.

›Bogata karijera, čestitam iskreno. Sada bih vas nešto pitao, malo je nezgodno, ali to je moje mišljenje. Posle osvajanja bronzone medalje pokušao sam na internetu da pronađem neki vaš intervju, ali pravo da vam kažem nisam uspeo. Da li je moguće da niste bili interesantni medijima?

– Mislim da sam jedan intervjyu dao posle prvenstva. Je li ne računamo KSS? Ne, mislim da sam onda samo dao za... Dobro, nema veze, znači jedan intervjyu posle bronze. Jedan intervjyu, ako ne računamo čačanske portale, jedan intervjyu je bio samo.

›Evo i za kraj ovog divnog razgovora da vas upitam ono što uvek ide na kraju, a to je koje su vaše dalje ambicije u trenerskom poslu, što u bližoj, ali i u daljoj budućnosti?

– Od početka smatram sebe seniorskim trenerom i sigurno idem ka tome da se vratim u seniorske vode. Eto, to je neka moja ambicija. Pokušavam da se usavršam svakodnevno i sigurno su mi ambicije da nastavim u seniorskim vodama, koliko od sledeće sezone. Bilo je poziva, moram priznati, i ove godine, ima ih svake godine, bilo je dosta toga, međutim, stvarno nisam htio. To sam baš rekao i u tom intervjiju, jedinom, nisam htio da izlazim iz neke svoje zone komfora. Hteo sam da sa svojim stručnom štabom dam baš sve od sebe za reprezentativnu akciju, nisam htio da prihvatom te neke druge klubove, pa sam se zato i vratio u Borac. Ali bilo je poziva, moram priznati, svake godine ima poziva. Hvala vama što ste me pozvali. ●

Aleksandar Ostojić

SVE SAMI ČAČANI

Čak šest članova bronzone selekcije iz Herakliona dolazi iz Čačka. Uz selektora su u stručnom štabu Ivan Radovanović i kondicioni trener Feđa Sretenović, a iz grada na Moravi su i pomenuti Bjelić, te Andrija Šušić i Aleksandar Krunic. Tako se pogodilo, da bude dosta Čačana – kratko je prokomentarisao Zlatanović.

DAN PO DAN

Pre polaska u Grčku selektor je izjavio:

– Iskreno, iz mog iskustva u reprezentaciji, prvo kao pomoćnik, sada i kao prvi trener, znam da je najbolje da idemo dan po dan, trening po trening. Kada prođe neko vreme, moći ćemo da vidimo širu sliku. Ali ovo je reprezentacija Srbije i naravno da imamo velika očekivanja – poručio je Vladimir Zlatanović, selektor U16 reprezentacije Srbije.



Trener naše U18 ženske reprezentacije, koja je na Evropskom prvenstvu nedavno osvojila bronzanu medalju, sedam godina je vodio ženski tim Mege, s kojim je ove godine osvojio sve u Srbiji - Kup, prvenstvo i juniorsku titulu, a nedavno je preuzeo brigu o mlađim kategorijama tog kluba

Došlo je vreme za zaokret

► Punih sedam godina trenirali ste ženski tim Mege.

Osvojili ste s njima sve što je moglo da se osvoji u Srbiji. A od letos ste preuzeli juniore ovog kluba. Kako ste odlučili na ovakav zaokret u karijeri?

- Ne bih rekao da je zaokret jer sam pre Mege radio s momcima, kada smo došli pre sedam godina, kada smo napravili tu priču da podignemo i ženski klub Mege. Da dođe na nivo muškog, tu sam bio na raspaganju. I sada, nakon sedam godina, kao što ste rekli, osvojili smo sve što je moglo da se osvoji. Nekako, po meni, sledeća stanica i stepenica bila je nešto novo, neki nov izazov. A juniori Mege su svakako veliki izazov. Znamo svi koja trenerska imena su bila na tom mestu i vodila tu ekipu, tako da je sigurno privilegija za mene da vodim juniorski tim.

► Kolika je razlika u treniranju devojaka i muškog tima?

- I kada sam trenirao devojke, smatrao sam da nema tu neke razlike, osim one koju svi znamo, a to je u fizici. Sve ono što rade momci mogu da rade i devojke. Osim, naravno, igre iznad obruča, tako da tu opet dolazimo do fizike.

► Kako vam je sve to pošlo za rukom, koliko ste vremena svaki dan provodili sa svojim košarkašicama?

- Osvojili smo mnogo za ovih sedam godina, ali na velikoj sceni Mega je samo četiri sezone. Morali smo da krenemo iz treće lige, pa u drugu, pa u prvu, tako da smo za ove četiri godine osvojili dva puta Kup Milana Cige Vasojevića, prvenstvo...

► Kako vam je sve to pošlo za rukom, koliko vremena ste svaki dan provodili s košarkašicama?

- Svaki dan smo radili po pet sati. Svakog dana, i tu

se bavimo tehničko-taktičkim razvojem igračica, na priči o njihovoj stabilnosti i razvoju, i to su sve stvari koje utiču na to. Pažljiva selekcija, što ja mislim da je ključ svega ovog, jer svih ovih godina smo ovo gradili i pažljivo birali igračice koje dovodimo, iz godinu u godinu dopunjavalii smo tim, ali uvek smo imali onaj najmlađi tim. Što ja volim da kažem, najmlađi i perspektivan. Tako smo svake godine imali sportske uspehe. Kada kažem sportske uspehe, mislim u vidu razvoja igračica, jer je svake godine iz Mege izlazila neka košarkašica ili košarkaš koji je bio pri reprezentaciji ili je otisao u inostranstvo. Sve to nam je ove godine došlo kao potvrda u vidu sportskog rezultata, gde smo uspeli da osvojimo sve u Srbiji što je moglo da se osvoji.

► Sada trenirate juniore kluba koji ima jednu od najboljih juniorskih škola u Evropi. Koliko vas to opterećuje, osećate li težinu na ledima i da li vas pritiska istorija Mege?

- To što ste rekli je istina, Mega je sigurno u top tri kluba u Evropi što se tiče razvoja mlađih igrača, pogotovo u tom juniorskom dobu. Ovaj posao sam po sebi nosi pritisak. Ne osećam neki pritisak, iskreno osećam zadovoljstvo jer radimo s talentovanim igračima, s nekim sigurno budućim NBA asovima i sigurno je nama trenerima lepo što možemo da utičemo na njihov razvoj i da damo neki naš pečat u njihovom razvoju.

► Ako vam se ukaže šansa da preuzmete seniore, koliko bi vam teško palo da nasledite jednog Dejana Milojevića? Pretpostavljam da je to teže od bilo kakve utakmice ili treninga.

- Sigurno jeste. Mogu da se pohvalim da sam imao tu čast da dve godine pratim Dekijev rad, još u periodu kad je on bio u Megi. Sve reči hvale za njega, veliki čovek, veliki trener, i to što ste rekli, sigurno da je to jedna velika obaveza, ali da ne žurimo ka tome. Trenutno sam u juniorsima Mege i usmeren sam samo na to.

► Da se još malo vratimo na prošlu fenomenalnu sezonu. S kakvom idejom ste ušli u takmičenje na početku prošle sezone kada je u pitanju formiranje tima?

- Spojili smo mladost i, da kažem, iskustvo, ali iskustvo ne po godinama, nego po dužini igranja Prve lige. Imali smo veći roster, s nama su neke igračice bile dve godine, neke možda i duže u klubu, popunili smo tim nekim mlađim igračicama koje su došle i cilj je bio, naravno, kao i svake godine, da budemo u top četiri. Ali to je stvarno bio cilj. Kao i da te devojke napreduju, kao što uvek bude tokom sezone, obično u drugom delu sezone bude onako kako smo zamislili. Ove sezone nam se otvorilo, ekipa je nekako kliknula, da tako kažem, našle su se i stvarno su igrale kao sat. Devojke su bile fenomenalne na svim frontovima. U prilog tome govori podatak da smo u tri selekcije, kadetskoj, juniorskoj, seniorskoj, za celu sezonu, imali skor 69-3. Kada saberećete sve, mi





slim da je to stvarno jedan impozantan podatak za najmlađu ekipu u ligi prošle sezone.

➤ A kad smo kod te najmlađe ekipe u ligi, interesuje me kako ste skautirali igračic?

– Pažljivim odabirom, gledanjem utakmica, igračice se prate dugo vremena, neke više godina, neke više meseci, neke više utakmica. Nije ono instant, kao - sad to je ta igračica i uživamo. Pažljivo se biraju igračice. Nekad nisu to one koje u tom trenutku daju najviše poena, nego one za koje mi prepostavimo da imaju mnogo veći kapacitet napretka i procene kroz koji period će da preškoče one koje su u tom trenutku dominantne.

➤ Evo sad moram da vas pitam nešto što inače pitam svakog trenera. Koliko je bilo teško ukomponovati tim, napraviti pravi tim od tih devojaka?

– Uvek je teško napraviti tim. To je veliki posao svih nas. I nas trenera, naravno, ali i igrača. Mislim da je to dvosmerna ulica. Moraju svi da učestvuju u tome. Svi da se stave u korist tima. Pojedinci, što ja volim da kažem, da sve ostave kod kuće, jer ovde smo svi u korist tima. To je nešto što je veoma važno. Mislim da smo uspeli u tome. Iz ove ekipe, na primer, seniorske, imali smo sedam juniorki koje su ove godine bile na Evropskom prvenstvu do 18 godina.

➤ Koliko je to bilo teško osvojiti bronzanu medalju na Evropskom prvenstvu, s obzirom na to da ste jednom rekli da su prva dva mesta na tom takmičanju unapred rezervisana?

– Eto, kao što vidite, i ovde sam pogodio. Prva je bila Francuska, druga je bila Španija. Što se tog dela tiče, ispadne da se ostalih 14 zemanja bore za jednu medalju. Kada pogledamo tako, stvorno je bilo teško. Pogotovo što smo uglavnom otišli s pratećim godištima. To malo

ljudi zna. Noseće godište je bilo 2006. A naša ekipa je nastupila sa sedam igračica koje su 2007. godište. I pet koje su 2006. To je velika razlika u tom uzrastnom dobu za te mlađe kategorije. I nismo baš najbolje započeli turnir. Prve tri utakmice smo izgubili u grupi. Ali smo lako mogli da pobedimo. Sve utakmice su bile na loptu-dve. I tad je bilo najteže vratiti ekipu posle ta tri poraza. Znate, tri puta smo izgubili i igrano najvažniju utakmicu na prvenstvu, osminu finala, koja te vodi u četvrtfinale i blizu si borbe za medalju, ili te spušta u borbu za za opstanak. Ali devojke su ispoštovale sve što smo se dogovorili pre utakmice s Poljskom. Odigrale su utakmicu na vrhunskom nivou i posle je sve išlo kao podmazano. Na kraju stvarno mislim da je ovo ogroman uspeh.

➤ Recite nam pred kraj ovog razgovora da li je, po vašem mišljenju, važnije osvojiti juniorsku medalju ili stvoriti igračice za seniorsku reprezentaciju? To je inače pitanje koje postavljam mnogim trenerima.

– Apsol™tno mislim da je najvažnije stvoriti igrača. I to je neka moja filozofija. Ali mnogo puta se pokazalo da ako radite tako, rezultat će na to sve doći. Mogu da vam kažem da u ovoj juniorskoj reprezentaciji imamo nekoliko igračica koje su sigurno budućnost seniorske reprezentacije. A neke bi već i sada mogle da se okušaju u tom seniorskom sastavu i verujem da se ne bi obrukale.

➤ Evo na kraju da vas pitam i ovo. Odakle vam tolika energija? Odakle je crpite?

– Ovo je nešto što stvarno volim, nešto za šta sam se opredelio da se bavim. I to je uzajamno, kako ja volim da kažem. Igrači nam sakodnevno daju energiju, mi treneri im vraćamo, i tako to kruži i zasad funkcioniše veomo dobro. ●

A. Ostojić

TRENER U USPONU

Milan Vidosavljević rođen je 1990. u Beogradu. Nakon igračke karijere, koja je trajala više od 10 godina, i završetka studija dobija zvanje košarkaškog trenera s FIBA trenerskom licencom i strukovnog ekonomiste.

Trenerskim poslom počinje da se bavi 2012. godine u košarkaškom klubu Ras, gde je radio s mlađim kategorijama i bio pomoćnik u stručnom štabu seniorskog tima. Godine 2017. prelazi u Art basket i preuzima kadetsku/juniorsku selekciju, ali i učestvuje u radu sa ostalim generacijama. U prvoj sezoni s kadetskom ekipom osvaja bronzanu medalju u Triglav ženskoj kadetskoj ligi Srbije. U sezoni 2018/19. sa seniorskom ekipom, koja je sastavljena od kadetkinja, osvaja Treću seniorsku ligu Srbije i obezbeđuje ulazak u drugu ligu. U debitantskom nastupu u WABA U17 ligi odvodi ekipu na F4 i s kadetkinjama ponovo ostvaruje veliki uspeh i plasira se među najbolje četiri ekipе u državi. Iste sezone dolazi i do finala državnog prvenstva Srbije za pionirke i osvaja srebro.

Izmene pravila 2024.



Još jedan olimpijski ciklus je završen. Prikupljeni su podaci, obrađeni i stavljeni u funkciju poboljšanja košarke za naredni ciklus. Svet se menja, sport se menja, a deo toga su i pravila košarkaške igre.

Nova (dopunjena/izmenjena) pravila nastala su kao posledica zahteva struke FIBA. Sudije na terenu dužne su da dosledno primenjuju usvojena zvanična pravila. Oni nisu ti koji donose odluku o promenama, već je to Centralni bord FIBA, na inicijativu Tehničke komisije, koja je sastavljena od eminentnih stručnjaka, ponajviše iz redova trenera (WABC - World Association of Basketball Coaches), igrača (FIBA Players Commission), bivših sudija i drugih (NBA i NCAA predstavnici). Napominjem ovu činjenicu iz razloga jer je potrebno, pre svega, razumeti suštinu funkcionalisanja sistema, a zatim i svrhu promena pravila igre, kako bi svi učesnici ove dinamične igre bili na istoj strani.

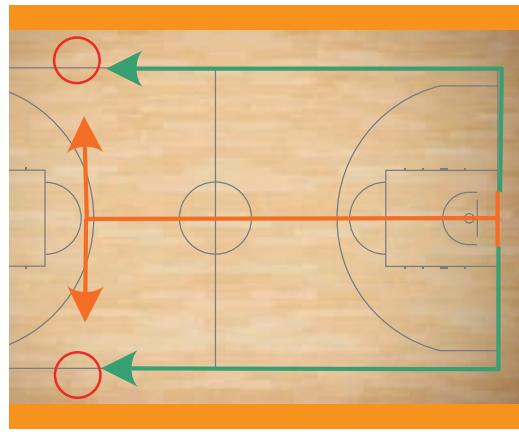
Zvaničan FIBA dokument pod nazivom Izmene pravila igre 2024. sublimira sve promene koje su načinjene u dokumentima Pravila igre (OBR), oprema (kao sastavni deo OBR) i interpretacije pravila igre (OBRI). Promene stupaju na snagu od 1. oktobra 2024., s tim da su kvalifikacione utakmice raznih takmičenja, kao deo predstojeće sezone, započete primenom novih pravila nešto ranoje, već tokom septembra.

Najveći deo izmena pravila igre odnosi se na linije ubacivanja, pogreške koje se mogu ispraviti, razne definicije, kao i na interpretaciju postojećih pravila. Važno je napomenuti da, iako pravilima igre nije ništa izmenjeno u vezi s greškama i lažiranjem, zbog važnosti promene u interpretacijama i taj segment je uvršten ovim dokumentom.

Iako su sva pravila podjednako važna, redosled članova pravila koji su pretrpeli promene u ovom slučaju je dat kako bismo lakše razumeli tok samih promena koje posledično utiču i na neke od sledećih članova pravila.

● Čl. 17 - Ubacivanje

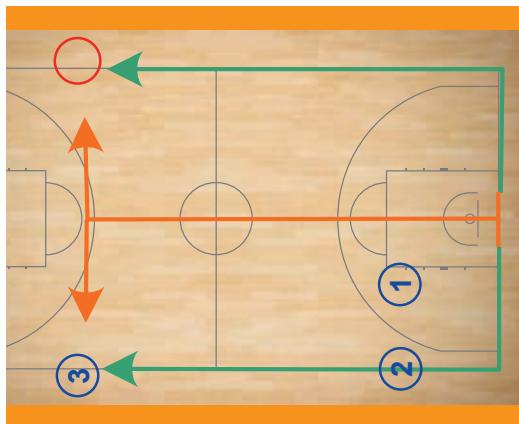
Iscrtavanjem još dve linije za ubacivanje, koje se nalaze na bočnoj liniji sa strane zapisničkog stola, na istoj visini kao i dosadašnje dve nasuprot zapisničkog stola, došlo je do promena u članu 17, koji se, između ostalog, odnosi na mogućnost ubacivanja lopte u prednje polje nakon tajm-auta kada je na satu dva minuta ili manje u poslednjoj četvrtini i svakom produžetku (**slika 1**).



Izmenama pravila dato je trenerima više mogućnosti za nastavak igre u prednjem polju nakon tajm-auta, a čemu je prethodio *primljeni koš* ili načinjen *prekršaj/greška* u njihovu korist u zadnjem polju. Od velikog značaja je pozicija načinjenog prekršaja/greške u zadnjem polju. Narandžasta (imaginarna) linija razdvaja teren uzdužno na dve polovine. Svaka greška/prekršaj koji budu načinjeni na nekoj od polovina, determinisatiće poziciju narednog ubacivanja tako što će trener, ukoliko želi ubacivanje nakon tajm-autu u prednjem polju, moći to jedino da uradi sa strane iste uzdužne polovine na kojoj se prvobitno dogodila greška/prekršaj.

Sledeći primer (**slika 2**) praktično objašnjava navedenu promenu: na satu za igru je 1,47 min. do kraja utakmice. Nakon skoka u odbrani igrač A je fauliran (pozicija 1). Ekipa nije u bonusu te će se ubacivanje sprovesti na bočnoj liniji ispred klupe (pozicija 2) sa nove 24 sekunde za napad. Trener ekipе A traži tajm-aut. Nakon tajm-auta trener ekipе ima dve opcije: 1) ubacivanje s pozicije 2 i vremenom za napad od 24 sekunde, ili 2) ubacivanje s pozicije 3 i vremenom za napad od 14 sekundi. Dakle, u ovoj situaciji ekipa će jedino moći da izvede ubacivanje s pozicije 3, što znači da u ovom slučaju nije opcija ubacivanje s linije koja je na suprotnoj strani (obeleženo crvenim isprekidanim krugom).

Za drugu uzdužnu polovinu terena primenjuje se isti princip ubacivanja.

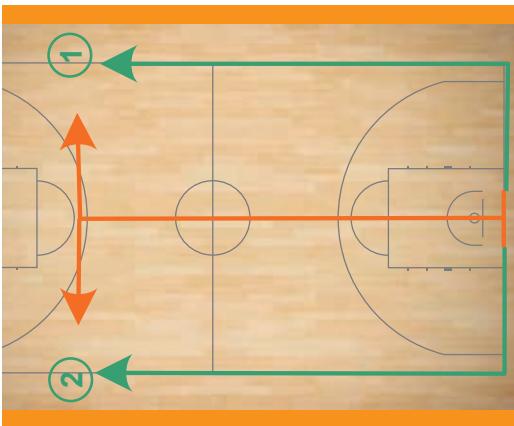


▶ Slika 2

Prethodni primer odnosio se na situaciju greške/prekršaja, a sada sledi pojašnjenje situacije nakon *primljenog koša* (**slika 3**):

Na satu za igru je 0,43 do kraja utakmice. Trener ekipе A traži tajm-aut nakon primljenog pogotka. Posle tajm-auta ekipа A ima tri opcije:

- ubacivanje sa čeone linije u zadnjem polju uz 24 sekunde za napad, pri čemu igrač koji ubacuje loptu može da se kreće celom njenom dužinom;
- ubacivanje u prednjem polju a pozicije 1 (**slika 3**) uz 14 sekundi za napad ili
- u prednjem polju a pozicije 2 (**slika 3**) uz 14 sekundi za napad.



›Slika 3

Napomena: *Ubacivanje lopte nakon nesportske/diskvalifikujuće greške izvodi se isključivo na liniji za ubacivanje nasuprot zapisničkog stola, kao što je i dosad bio slučaj.*

INTERPRETACIJE PRAVILA GREŠKA I LAŽIRANJE

Dosadašnja primena člana 36 Interpretacija davaла је могућност судijama da sankcionишу само једну акцију која је против правила и духа игре, занемарујући остale које remete atmosferu i šire negativnu sliku koшаркашке представе. Kako bi se tome стalo на put, судије сада морају обратити паžњу и на другу акцију те је стога могуће у оквиру исте игре sankcionisati i prekršaj/grešku i lažiranje.

Pojasnićemo sledećим примером: *igrac napada i biva fauliran po ruci tokom driblinga. Međutim, događa se da za istu tu akciju igrač zabacuje glavu, dodatno čineći pokret koji ne odslikava pravu prirodu kontakta, odnosno lažira grešku.*

Dosada бисмо ovaku игру sankcionisali само faulom i занемарili lažiranje. Novim тumačењем правила

ovakva nesportska акција играча напада (исто вали и за играча одbrane) мора бити sankcionisana уз истовремено досудљивање faula.

Naravno, sankcija се примењује као и код досадашњих lažiranja. Уколико је реч о стандардном lažiranju, упућује се опомена која вали за све играче те екипе, а у поновљеном случају досудиће се техничка greška. Ако је пак реч о таквом lažiranju да је играч без ikakvog контакта на неprirodan начин покушао да стекне било kakvu nesportsku prednost, досудиће се техничка greška bez prethodnog upozorenja.

Pобеда екипе свакако је важан циљ, али не сме се допустити било које nesportsko delovanje које ће нarušiti ugled koшаркашког sporta.

● ČL. 1.2 - Dužnosti učesnika utakmice

„Svi učesnici utakmice dužni су да doprinesu da utakmica glatko teče. Kada дође до pogreške која може да се исправи, сvi су dužni да помогну да се greška identifikuje tako да она може бити исправљена.“

Svi učесници у игри, помоћне судије, технички делегати/komesari, ако су prisutni, сvi чланови тима који имају право да играју, главни тренери и други пратећи чланови делегација, треба да играју pozitivnu ulogu u nesmetanom odvijanju игре i od njih se очекује да увек demonstriraju etičko ponašanje. Ако постану svesni pogreške (čl. 44 Greška која се може исправити) u zapisniku који укључује rezultat, faulove, tajm-aute kao i merenje vremena i operacije sata, од njih se очекује да одmah obavestе судије које ће obezbediti i omoguћити да се greška исправи u складу са овим правилима.

● ČL. 44 - Pogreške које се могу исправити

Dosadašnja pravila pružала су могућност да се u bilo kom trenutku исправе greške u zapisniku ili merenju vremena tokom игре. Čак и након што се игра заврши i исправка промени krajnji rezultat.

Bilo je utakmica u razним većim takmičenjima kада су дodelјиви imaginarni koševi, недостажали су поени u zapisniku, време за игру је неадекватно resetовано...

Novi jezik pravila pružа већу jasnoćу i bolju priliku за исправљање grešака на логичан начин који је jednak за све.

Kategorije i pogreške које се могу исправити:

›KATEGORIJA 1

- Dodeljivanje nezasluženog slobodnog bacanja
- Propuštanje да се додели засluženo slobodno bacanje
- Dozvoljavanje pogrešnom играчу да изведе slobodno bacanje
- Usmeravanje pogrešног играча да изведе slobodno bacanje
- Pogrešно dodeljivanje ili poništavanje pogotka
- Pogrešno pokazivanje grešака играча, тренера или екипе
- Pogrešке zapisničара, као што су propuštanje:
 - да се upišu поени или pogrešно upisivanje поена
 - propuštanje да се upiše grešак или је greška upisana pogrešном играчу, тренеру или екипи
 - propuštanje да се upiše tajm-aut или је tajm-aut upisan pogrešnoj екипи
- Grešке на satу за игру, које укључују:
 - kvar uređaja
 - neblagovremeno puštanje/zaustavljanje uređaja
 - исправке/podešavanje uređaja на исправно време

Najveći deo izmena pravila igre odnosi сe на линије ubacivanja, pogreške које сe могу исправити, разне definicije, као и на interpretaciju postojećih pravila. Važno је напоменути да, иако правилima igre nije ništa изменjeno u vezi s greškama i lažiranjem, zbog važnosti promene u interpretacijama i taj segment je uvršten ovim dokumentom.



›Lažiranje greške



Misija FIBA je jestе omasovljenje košarke. Polazeći od toga, nameće se pitanje ko čini osnovу te populacije košarkaškog sveta. Naravno, DECA! Stoga imamo obavezu da svi mi, sudije, treneri, stariji igrači, roditelji, navijači, funkcioneri i ostali, obezbedimo mladim igračima ispravan put u globalni svet koji se zove KOŠARKA.

Treneri uče mlade igrače kako se igra košarka prema pravilima igre, a sudije obezbeđuju da se ta pravila primenjuju. Nažalost, svedoci smo da se to u praksi neretko i ne dogodi. Da, jako je teško to postići već na samom početku jer su i sudije mlade, bez iskustva, a takođe, s druge strane, treneri sa svojim problemima koji prate njihov rad. I sve to ima za posledicu potencijalno neadekvatno formiranog seniorskog igrača.

KATEGORIJA 2

- Pogreške na satu za šut koje uključuju greške pri:
 - puštanju sata
 - zaustavljanju
 - postavljanju vremena na satu za šut

● Vremenska ograničenja - opšti principi:

Posmatrajući vremenski horizont jedne košarkaške utakmice, možemo sagledati sledeće principe korekcije grešaka:

Pogreške iz kategorije 1 mogu se ispraviti bilo kada do poslednjih 2,01 u četvrtoj četvrtini i svakom produžetku. To u konkretnom slučaju znači da ako se desi bilo koja pogreška iz kategorije 1 u prvoj četvrtini pri vremenu na satu 4,56, a otkrije se u četvrtoj četvrtini na 7,30, možemo otkloniti tu grešku.

Ukoliko je pogreška načinjena pri vremenu na satu 2,10 u četvrtoj četvrtini, a prvo mrtvo vreme nakon pogreške je 1,50, onda u tom slučaju pogreška mora biti ispravljena pre nego što lopta ponovo postane živa. Nakon toga, grešku više nije moguće ispraviti. I poslednja opcija jeste kada se pogreška dogodi na manje od dva min. do kraja četvrte četvrtine ili produžetka. U tom slučaju pogreška mora biti otkrivena u prvom sledećem mrtvom vremenu, inače je više nije moguće ispraviti.

Kada je reč o pogreškama iz kategorije 2, za njih važe nešto drugačiji principi. Naime, pogreške iz ove kategorije mogu se ispraviti bilo kada tokom utakmice, ali isključivo u istom periodu sata za šut u kome se pogreška dogodila. Odnosno, pogreška ne može da se ispravi nakon što je: 1) promenjen posed žive lopte nakon pogreške, 2) ekipa u posedu lopte je postigla pogodak i 3) nakon što je lopta postala mrtva nakon što se sat za igru oglasio za kraj utakmice.

Da još malo približim. Ako se dogodi npr. pogrešno resetovanje sata za šut u prvoj/poslednjoj četvrtini ili produžetku, za korekciju takve greške jedino su bitna prethodno pobrojana tri faktora.

● DODATAK F: Sistem za ponavljanje snimka IRS

› „F 3.3. U bilo koje vreme u toku utakmice“

Izmene pravila koja se direktno tiču trenera, a u vezi s pogreškama koje se mogu ispraviti, prilagodene su prethodno pobrojanim promenama. Sve pogreške iz člana 44 sada mogu biti predmet HCC (Head Coach Challenge) u bilo koje vreme u toku utakmice. Takođe, ostavlja se mogućnost trenerima da na isti fleksibilan način povuku zahtev za HCC kao i kod tajm-auta.

S obzirom na to da je procedura u vezi s NSS ostala ista, nećemo trošiti vreme objašnjavajući ovaj segment pravila.

› Čl. 48 Zapisničar i pomoćnik zapisničara: dužnosti

Ovaj član korigovan je takođe u duhu promene člana 44, pojašnjavajući mogućnosti i procedure prilikom korigovanja zapisnika.

● DODATAK C: Postupak protesta

Nastavljamo temu pogrešaka te je i u ovom delu dodat tekst da bi se pojasnilo kada pogreške u vođenju zapisnika, merenju vremena ili rukovanjem satom za šut mogu biti predmet protesta. Odnosno u slučaju kada su sudije bile ovlašćene da isprave pogrešku, imale jasan dokaz u vezi pogreške kada je ona još uvek mogla da se ispravi i kada su sudije propustile da isprave pogrešku.

Dodati tekst je povezan sa čl. 1.2 Odgovornost učesnika utakmice i dopunom pravila (Dodatak F.3.3) za pravo da se traži ispravljanje pogreške.



Dokazi koji mogu da se provere odnose se isključivo na proveru zvaničnog videa utakmice, a ne na video ekipe ili gledaoca.

● Čl. 31 Ometanje pogotka

„Igrač izaziva vibriranje koša ili hvata koš (obruč i/ili mrežu) na takav način što dovodi do neprirodnog odbijanja lopte ili promene smera, sprečavajući loptu da uđe u koš ili izazivajući da ona uđe u koš.“

Minornim izmenama pravila pripada i čl. 31, koji se odnosi na ometanje pogotka. Suštinski nije došlo do bilo kakve promene, već je definicija izmenjena s ciljem da sudije doslednije primenjuju pravila u situacijama kada se igrač veša o obruc ili prouzrokuje da on vibrira. Ovime se izbegava dosta liberalnije shvatanje konkretnog prekršaja.

● Čl. 40 Greške igrača - ograničenja i diskvalifikacija

Još jedan član pravila koji je pretrpeo manje promene jeste čl. 40. Novim pravilima uveden je deo opreme (obeležje sa znakom GD) koji koriste pomoćne sudije za zapisničkim stolom, a koji će jasno istaći diskvalifikovanu osobu. Znak je poput onih znakova koji se koriste za pokazivanje broja faulova nekog igrača.

Tako diskvalifikovana osoba ima 30 sekundi da ode u svačionicu ili napusti halu.

● DODATAK A: Sudijski znaci

Jedna kozmetička promena u sudijskim znacima koja implicira na igrača u vazduhu prilikom akcije šuta koji je fauliran, ali nakon čega igrač dodaje loptu, što menja status i postaje faul koji nije u akciji šuta. U tom slučaju neće biti dodeljena 2/3 slobodna bacanja osim ako ekipa nije u bonusu.



● DODATAK D: Plasman ekipa

U ovaj dodatak pravila uvršten je još jedan kriterijum za rangiranje nacionalnih timova koji se bazira na FIBA rangiranju.

VAŽNOST PRIMENE FIBA PRAVILA U MK I SARADNJA IZMEĐU TRENERA I SUDIJA

Misija FIBAe jeste omasovljenje košarke. Polazeći od toga, nameće se pitanje ko čini osnovu te populacije košarkaškog sveta. Naravno, DECA! Stoga imamo obavezu da svi mi, sudije, treneri, stariji igrači, roditelji, navijači, funkcioneri i ostali, obezbedimo mladim igračima ispravan put u globalni svet koji se zove KOŠARKA.

Šta je, u stvari, košarka? Nekako mi se čini da smo svi pomalo zaboravili da je to IGRA. Da, vrlo lepa, dinamična i intelektualno zahtevna TIMSKA igra. Vrhunac te igre jeste svakako pobedovanje na velikim takmičenjima, poput upravo završenih Olimpijskih igara, Svetskog, Evropskog i drugih prvenstava. Da bi se došlo do tih visina, potreban je, između ostalog, pravilan razvoj. Upravo na toj deonici puta, u radu s mladim kategorijama, sudije i treneri imaju jednu zajedničku ulogu.

Formiranje jednog seniorskog igrača započinje u mladim kategorijama, u jednom jako osetljivom periodu. Periodu u kome će učiti na koji način mogu da postignu pogodak koristeći razne tehnike i veštine napada i odbrane, ponavljajući tako vežbe hiljadama puta dok one ne postanu automatizovane. Tu dolazimo do uloge sudije i trenera. I jednima i drugima pravila igre predstavljaju osnovu bavljenja svojim poslom. Treneri uče mlađe igrače kako se igra košarka prema pravilima igre, a sudije obezbeđuju da se ta pravila primenjuju. Nažalost, svedoci smo da se to u praksi neretko i ne dogodi. Da, jako je teško to postići već na samom početku jer su i sudije mlađe, bez iskustva, a takođe, s druge strane, treneri sa svojim problemima koji prate njihov rad. I sve to ima za posledicu potencijalno neadekvatno formiranog seniorskog igrača.

Kako možemo pomoći jedni drugima?

- Pre svega, moramo biti otvoreni za saradnju, dakle moramo komunicirati.
- Takođe, moramo se potruditi da razumemo jedni druge.
- Zatim, pokušati da unapredimo sebe i druge u korist zajedničkog cilja, košarke.

Posle nedavno održanog seminara na Staroj planini na kom su učestvovali treneri i sudije shvatio sam da je svima bilo od velike koristi to što smo komunicirali i razmenjivali mišljenja. Naravno, nismo se u svemu složili, ali poenta je da smo čuli jedni druge. Videli smo u kom pravcu se kreće moderna košarka i kako na to gledaju obe strane. Siguran sam da je od velike važnosti ovakav vid saradnje jer će dovesti do povećanja svesti, a samim tim i razumevanja obe strane, te da nismo jedni drugima protivnici, već partneri, koliko god to čudno zvučalo.

Ako pokušamo da razumemo razvoj mlađih kategorija na način da se danas izuzetno mnogo ulaze u specijalizovani rad (gorepomenuti uloženi sati i hiljade ponavljaja), onda dolazimo do zaključka da je neophodno da se s dužnom pažnjom ophodimo prema mladima.

Kao sudije ne smemo olako nagradjavati nepravilnu igru ili kažnjavati pravilnu iz razloga što mladom igraču na samom početku usvajanja osnovnih postulata košarke mora biti jasno šta je dozvoljeno, a šta ne. S druge



strane, jako je bitno da treneri igračima objasne istu tu stvar shodno aktuelnim pravilima. Svi treba da budemo na istoj strani kako ne bismo sputavali razvoj mladog igrača, gubeći vreme korigujući osnovne stvari u kasnijem košarkaškom dobu.

Konkretno kada su u pitanju mlađe kategorije, moramo shvatiti da samo profesionalnim pristupom i do datnim zalaganjem možemo stići do zajedničkog cilja.

Sudije moraju konstantno ulagati u znanje kroz adekvatnu pripremu, usavršavanje pravila, ali i pomenutu komunikaciju s trenerima koji imaju istu odgovornost u ovom delu.

Pravila i interpretacije tekstualno objašnjavaju košarku te mnogima takav vid predstavlja problem kada je reč o konkretnoj primeni na terenu. Iz tog razloga neophodno je da sudije i treneri razmenjuju svoja znanja i shvatnja igre kako bi se došlo do istog ili bar približnog nivoa razumevanja konkretnih akcija igre na terenu. Navešću jedan primer. Članom 25 na samo jednoj strani definisano je pravilo koraka. Složićemo se da u praksi postoji mnogo slučajeva koje je nemoguće opisati, a kamoli razumeti na samo jednoj strani teksta. A ipak veoma retko nailazim da se u praksi koriste sve mogućnosti definisane ovim pravilom. Kao i dosta često propuštanje sankcionisanja prekršaja koraka kada igrač s loptom, nakon završenog driblina, doskoči dva puta istom nogom. Stoga su postavljanje konkretnih akcija na terenu, ulaženje u najsjajnije detalje i sagledavanje istih pravila kroz razne uzrasne kategorije put kojim svi možemo da napredujemo.

Da zaključim, stvaranje ambijenta zasnovanog na znanju, u kome će košarka ostvariti svoj puni potencijal, zavisí isključivo od nas samih. Doprinos svakog od nas je od izuzetnog značaja, a kooperacijom pomenutih subjekata u našoj košarkaškoj sredini možemo se nadati boljitku. ●

„Lanac je jak onoliko koliko je jaka njegova najslabija karika“.

„Ono što dobre igrače razlikuje od izvrsnih jeste to što su izvrsni igrači spremni da žrtvuju sopstvena dostignuća zarad timskog cilja“.

Kao sudije ne smemo olako nagradjavati nepravilnu igru ili kažnjavati pravilnu iz razloga što mladom igraču na samom početku usvajanja osnovnih postulata košarke mora biti jasno šta je dozvoljeno, a šta ne. S druge strane, jako je bitno da treneri igračima objasne istu tu stvar shodno aktuelnim pravilima. Svi treba da budemo na istoj strani kako ne bismo sputavali razvoj mladog igrača, gubeći vreme korigujući osnovne stvari u kasnijem košarkaškom dobu.

Programiranje treninga u takmičarskom mikrociklusu



▶ Marko Sekulić, kondicioni trener košarkaške reprezentacije Srbije i košarkaškog kluba Bešiktaš



▶ Marko Stanojević, kondicioni trener košarkaške reprezentacije Srbije i košarkaškog kluba Kemnitz

● Stimulus, adaptacija i oporavak

Stimulus je spoljašnja ili unutrašnja draž koja može izazvati neku fizičku, psihološku ili socijalnu reakciju. S obzirom na raznovrsnost stimulusa, kao i na izraženu subjektivnost reakcija, neophodno je voditi računa o psihološkom ili socijalnom kontekstu reakcije pojedinca.

Pod trenažnim stimulusima podrazumevamo sredstva, metode i opterećenja u treningu. Primenom ovih stimulusa izazivamo željene efekte ili adaptacije. Trenažnim stimulusima ostvarujemo specifične ciljane adaptacije. Samo precizno odabrana kompozicija sredstava, metoda opterećenja za svakog pojedinca posebno, može dovesti do harmoničnog jedinstva optimalne pripremljenosti.

Stimulus i njegovo shvatanje dolazi iz razumevanja kako određena vežba, trening i opterećenje utiču na sportistu. Svaka vežba i trening izaziva određeni stepen zamora i vremena potrebnog za oporavak, ali ono što je važno jeste adaptacija, odnosno kakvu adaptaciju izaziva. Uvek se pravi greška u redosledu pitanja koja se postavljaju u procesu pravljenja plana: prvo se postavi pitanje „šta“ i pronađe se vežba; potom se postavi pitanje „kako“, i pronađe se način kako će se nešto odraditi; i nažalost, tek se na kraju postavi krucijalno pitanje „zašto“. Nekada se to pitanje uopšte i ne postavi, već se radi samo da bi se odradilo. U suštini je najbitnije znati zašto nešto želimo, zašto će ta vežba, taj trening, taj stimulus dati benefit sportisti ili ekipi, pa tek onda pronalaziti sredstva (šta) i načine (kako).

Trenažna sredstva ili sredstva treninga su osnovni trenažni stimulusi i predstavljaju beskonačan broj

mogućih vežbi kojima se koristimo. Raznovrsnost vežbi je uslovljena ciljem, koji može biti beskonačno različit ontogenetskim razvojem jedinke, sportskim nivoom, polom i drugim faktorima. Danas postoji veliki broj klasifikacija vežbi i stalno se pojavljuju nove. Prema tome kako utiču na sportski rezultat, sredstva treninga su podeljena na direktna (specifična) i indirektna (nespecifična) sredstva. Pod direktnim sredstvima se smatraju ona koja su po strukturi, formi, karakteru i intenzitetu opterećenja veoma slična takmičarskoj aktivnosti i imaju najveći uticaj na sportski rezultat. Pod indirektnim sredstvima se smatraju bazične – pripremne vežbe, kojima se razvijaju osobine i sposobnosti koje ne moraju biti specifične za određenu sportsku aktivnost.

Metode treninga predstavljaju način primene određenih sredstava. Mogu se zvati i metode opterećenja, jer nam daju odgovor na pitanje kojim načinom opterećujemo sportistu prilikom primene određene vežbe. Osnovna dva načina, odnosno metode treninga, jesu: kontinuirana (neprekidna) i diskontinuirana (isprekidana, s pauzama ili intervalima). Obe metode se u trenažnom procesu primenjuju zajedno, budući da je takav efekat najveći. Metode treninga se određuju prema ciljevima i zadacima sportskog treninga, sve zajedno zavisi od: specifičnosti sportske grane i discipline, stepena trenažnosti i sportske forme, razvojnih karakteristika u pojedinim uzrasnim kategorijama, uslova i mogućnosti u kojima se trenažni proces izvodi.

Trebalo bi biti svestran da je sama sportska grana (u ovom slučaju košarka) najbitniji i najadekvatniji stimulus.

Trenažnim stimulusima ostvarujemo specifične ciljane adaptacije. Samo precizno odabrana kompozicija sredstava, metoda opterećenja za svakog pojedinca posebno, može dovesti do harmoničnog jedinstva optimalne pripremljenosti.





Sve što se radi, izbor sredstava i metoda, mora biti u cilju boljeg učinka u samoj igri. Trening snage, individualni tehničko-taktički razvoj, psihološka priprema, moraju biti planirani i rađeni isključivo s tim ciljem.

Trenažna opterećenja predstavljaju ključni i najteži problem u sportskom treningu. Važno je da trener dobro upravlja dinamikom (obim, intenzitet, doziranje, veličina, specifičnost i sl.) opterećenja kroz određene periode, faze i cikluse trenažnog procesa. Nije samo važno odrediti sredstvo i način njegove primene (metod) nego je bitno kakvo opterećenje pri tome dati. Dva osnovna parametra opterećenja su obim i intenzitet, odnosno količina rada (broj treninga, ponavljanja, broj minuta – časova, broj metara – kilometara, količina kilograma) i jačina (m/s, km/h, brzina izvođenja bilo kojeg pokreta i aktivnosti, težina tela). Oba parametra su, uz adekvatnu frekvenciju ili učestalost, zajedno odgovorna za ukupnu količinu delovanja trenažnih sredstava na organizam sportiste.

Uz ova dva parametra opterećenja neizostavan je i treći parametar odmora i oporavka. U modernoj košarci, gde na vrhunskom nivou jedna ekipa odigra 60+ utakmica u jednoj takmičarskoj sezoni, pitanje je da li je bitniji adekvatan oporavak ili adekvatan trening u ciklusu takmičenja. U jednom mikrociklusu (na sedmičnom nivou) mogu da postoje dve do tri utakmice, koje same po sebi predstavljaju stimulus najvećeg intenziteta. Kada se na to još dodaju obimna putovanja kao dodatni stresogeni faktor, sasvim je razumljivo da ne postoji dosta prostora za adekvatan trening i da je veoma bitna stavka optimalna preraspodela opterećenja i praćenje („load monitoring“).

Razumevanje cilja, odnosno konteksta je krucijalno, a sadržaj dolazi sam po sebi. Prema našim saznanjima i iskustvu, praćenje principa „keep low days low, and high days high“ je jako bitno, bez obzira na to o kom se mikrociklusu radi i koliko utakmica je u pitanju. Mora se znati kakvom stresu izlažemo sportistu i kakvu adaptaciju i transfer izazivamo. Sve ono što se nalazi između je najčešće monotono, podložno velikom riziku i izaziva najmanji transfer.

● Shvatanje periodizacije i rasporeda u takmičarskom periodu

Različiti faktori utiču na planiranje trenažnog ciklusa i periodizaciju. Periodizacija treninga je složen proces osmišljavanja plana trenažnih aktivnosti s krajnjim ciljem optimizacije individualnih i timskih performansi na takmičenjima. To je proces sistematskog planiranja kratkoročnog i dugoročnog programa treninga variranjem opterećenja (kroz trening i utakmice) i uključivanjem adekvatnog odmora i oporavka. Ona je zapravo strateško planiranje i praćenje kako bi se omogućile prave adaptacije u pravo vreme i dovele do takmičarskog uspeha.

Kao i u ostalim sportovima, periodizacija u elitnoj košarci predstavlja veliki izazov. Ekipa broji od 13 do 18 pojedinaca i utakmice se igraju na svaka dva/tri do sedam dana, i to u periodu od sedam do devet meseci. Da bi timovi došli do plej-ofa, svaka utakmica se shvata ozbiljno u regularnom delu, tako da treneri moraju da balansiraju aktivnosti treninga i oporavka na kratkoročnoj osnovi (mikrociklus). Srednjoročno planiranje (mezociklus) tokom presezona, sezone i van sezone takođe je veoma bitno. Šira slika omogućava bolju kontrolu fizičkog stanja igrača. Na kraju, dugoročno planiranje (makrociklus) služi da bude generalna vodilja u procesu dizajniranja mezociklusa i mikrociklusa, nudeći kompletну sliku celogodišnjeg programa.

Monotonija treninga je jedan od najvećih neprijatelja sportiste, jer izaziva akomodaciju i stagnaciju performansi. U fiziologiji je ovaj fenomen poznat kao *princip smanjivanja povrata* (principle of diminishing returns), koji objašnjava da monotono opterećenje prevelikim obimom i metodama dovodi do stanja u kome neuromišićni sistem nije pod izazovom da se dodatno prilagodi i poboljša. Stoga je jedan od najbitnijih principa periodizacije (uz postupnost i cikličnost) upravo varijabilnost, koja se postiže na više načina na dnevnom i nedeljnem nivou:

- Izbor vežbe,
- Izbor metode,
- Promena obima,
- Promena intenziteta,
- Frekvencija treninga.

**Periodizacija
treninga je složen
proces osmišljavanja
plana trenažnih
aktivnosti s krajnjim
ciljem optimizacije
individualnih i
timskih performansi
na takmičenjima.**

**To je proces
sistematskog
planiranja
kratkoročnog
i dugoročnog
programa treninga
variranjem
opterećenja (kroz
trening i utakmice)
i uključivanjem
adekvatnog odmora
i oporavka.**





Broj utakmica u toku jedne nedelje najviše utiče na strukturu treninga. Uveliko je poznato koliko je opterećujući raspored ekipa koje igraju evropska takmičenja. Jasno je da je u nedeljama u kojima su prisutne dve ili čak tri utakmice oporavak najbitniji, pogotovu na duže staze.

Faza takmičenja u elitnoj košarci vrti se oko utakmica, tako da opterećenje treningom treba mudro planirati. Iako je normalno da se glavni treneri fokusiraju na periodizaciju treninga trenutnog mikrociklusa (priprema svake utakmice je veoma zahtevna), kondicioni treneri bi trebalo uvek da planiraju najmanje mesec dana unapred, analizirajući raspored utakmica, plan putovanja i druge važne faktore kako bi se dali odgovarajući predlozi za vežbe treninga, opterećenja, intenzitet, učestalost itd. Jasna slika o aktivnostima planiranim za naredni mesec daje treneru priliku da se pripremi za najizazovnije trenutke, kao što je npr. nedelja sa tri-četiri utakmice ili dvodeljni ciklusi sa šest-sedam utakmica. Takođe, otkrivanje perioda samanje utakmica pomaže treneru da isplanira slobodne dane ili intenzivirani trening, imajući u vidu princip varijabilnosti.

Tokom sezone princip varijabilnosti treninga igra ključnu ulogu u održavanju visokih fizičkih performansi igrača. Naglašena je uloga analize rasporeda takmičenja i putovanja u postavljanju čvrste osnove za periodizaciju mikrociklusa. Strategije oporavka i opterećenje treningom treba dobro planirati i prilagoditi rasporedu utakmica i putovanja, jer su oni prioritet tokom sezone. Pored tipičnih aktivnosti treninga, kao što je kolektivni košarkaški trening i trening snage, trening oporavka je uobičajen tokom sezone, kao i video-analiza i sastanci.

Što se tiče kondicioniranja u sezoni, igrači održavaju i unapređuju svoje kapacitete isključivo učešćem u utakmicama i u formi takmičarskih treninga. Naravno, u određenim trenucima u sezoni mogu se koristiti specifične kondicione vežbe za postizanje funkcionalnog opterećenja i efekta superkompenzacije.

Što se tiče treninga snage u sezoni, obično se predlaže da se sprovodi dva puta nedeljno kako bi se igračima pomoglo da održe snagu i čistu telesnu masu. Međutim, po našem mišljenju, svaki dan može da se isko-

risti za trening u teretani, makar samo 15 do 30 minuta. Veća frekvencija dizanja može pomoći igračima da održe neuromišićni tonus i spremnost, kao i da razviju maksimalnu snagu i silu, a izbegavaju preterani stres, umor i bolove. U nekim danima, kao što je dan posle utakmice, igrači mogu uraditi samo tegove za gornji deo tela, dok je za donji deo tela potreban oporavak ili samo zaštita kroz izometriju. Kada je trening snage uključen u kompleks treninga, najčešće bi trebalo da prethodi kondicionim i zahtevnijim timskim treninzima.

Nakon diskusije o idejama za kondicioniranje i trening snage, moramo se vratiti na veoma važan korak u periodizaciji mikrociklusa u sezoni, analizi igre i rasporedu putovanja. Glavni razlog zašto treneri treba da analiziraju kompletan raspored utakmica je da budu svesni svih potencijalnih nedeljnih opcija. Kada su sve opcije navedene, treneri mogu dizajnirati nedeljne šablone, koji služe kao opšte uputstvo u planiranju mikrociklusa. Nedeljni šabloni se mogu pripremiti na početku sezone kako bi stručno osoblje imalo jasnu sliku o svim organizacionim izazovima s kojima će se suočiti na nedeljnem nivou. Naravno, svaki mikrociklus u sezoni je specifičan i opšte šabalone treba prilagoditi i korigovati prema:

- planu putovanja,
- trenutnom fizičkom stanju igrača,
- performansama u najnovijim igrama,
- trenutnoj atmosferi u timu,
- delu sezone.

Na početku sezone S&C treneri mogu pomoći glavnom treneru tako što će napraviti kratak i jednostavan priručnik za periodizaciju treninga, gde bi poseban fokus trebalo da bude na periodizaciji mikrociklusa. Za tretere je jako bitno da razumeju šta svaki dril koji će primeniti u treningu nosi sa sobom i u komunikaciji sa svojim kondicionim trenerom naprave pravila kada će koristiti koje drilove prateći cilj celokupnog treninga.

● Ciljevi svakog od dana između utakmica i odnosi između tih ciljeva

Broj utakmica u toku jedne nedelje najviše utiče na strukturu treninga. Uveliko je poznato koliko je opterećujući raspored ekipa koje igraju evropska takmičenja. Jasno je da je u nedeljama u kojima su prisutne dve ili čak tri utakmice oporavak najbitniji, pogotovu na duže staze. Tada je sve manje mesta za treninge koji sa sobom nose visoko opterećenje, ali treba imati na umu kontrolu minuta svakog igrača, koji je nivo njegovog hroničnog opterećenja, kada ima potrebe i mesta da se opterećenje nadoknadi, a kada baš suprotno. U ovakovom režimu takmičenja krucijalna stvar je broj dana između dve utakmice. To može biti razmak od jednog, dva, tri dana itd. U situaciji kada je samo jedan dan razmaka između dve utakmice, tu nema prostora, već se vreme koristi isključivo za oporavak, taktičku pripremu niskog intenziteta, odnosno stvari koje ne izazivaju bilo kakvu vrstu fizičkog stresa. Ono što je jako bitno jeste da igrači koji na prvoj utakmici nose manje minuta nego „nosioči“ igre i minuta budu ubaćeni u isti režim opterećenja kako bi dan oporavka i niskog opterećenja bio zapravo za sve isti. To će se uraditi sa specifičnim ili nespecifičnim kondicioniranjem koje će sprovesti kondicioni i/ili pomoći trenera u adekvatnom periodu. To je u veoma gustom rasporedu i s puno putovanja uvek izazovno i problematično, ali gledajući šиру sliku, veoma bitno.

Planiranje treninga u takmičarskom mikro ciklusu

Sledeći primer bi bio razmak od dva, tri, četiri ili više dana između dve utakmice. Ono što je preporučljivo jeste da se, kada je raspored za celu sezonu poznat, pogleda šablon rasporeda jednog mikrociklusa i koji šablon će zapravo biti najčešćiji, i upravo taj šablon može predstavljati vodilju u planiranju i organizaciji pripremnog perioda kada ćemo s treninzima i prijateljskim utakmicama pratiti takmičarske šablone opterećenja. Na primer, ako bi najčešći šablon bio utakmica sreda-sabota u toku jedne sezone, onda bismo u pripremnom periodu mogli da približimo opterećenja upravo tome, da najteži treninzi budu sredom i subotom i da oni opnašaju opterećenja utakmice i ukupna opterećenja jedne nedelje. U pripremnom periodu se upravo tim dana može koristiti i vid nespecifičnog kondicioniranja s kondicionim trenerom, koji bi u dogovoru s glavnim trenerom napravio jasan cilj i način kombinovanja glavnog treninga s delom kondicioniranja.

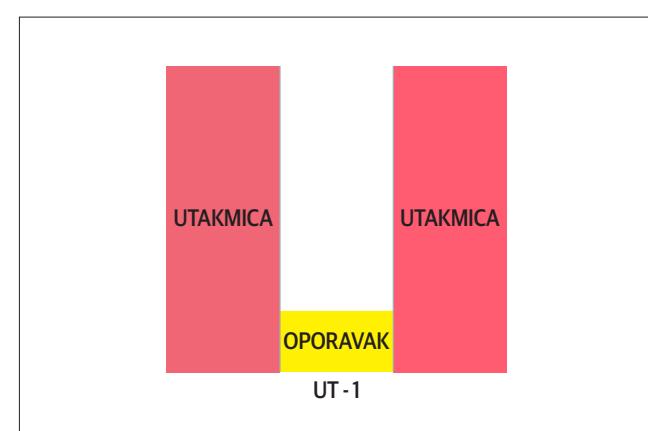
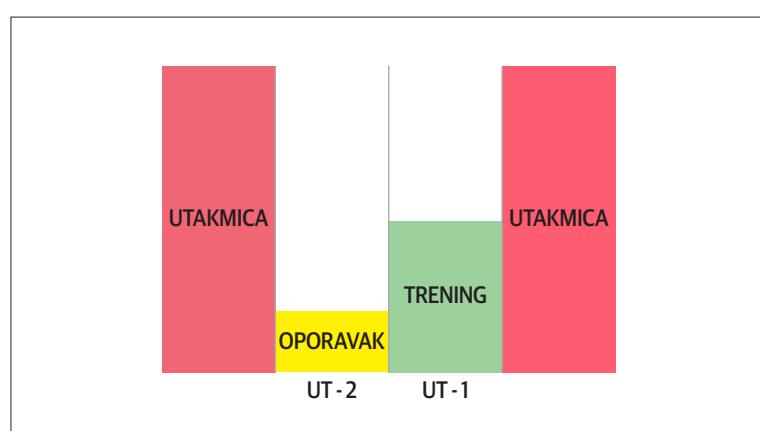
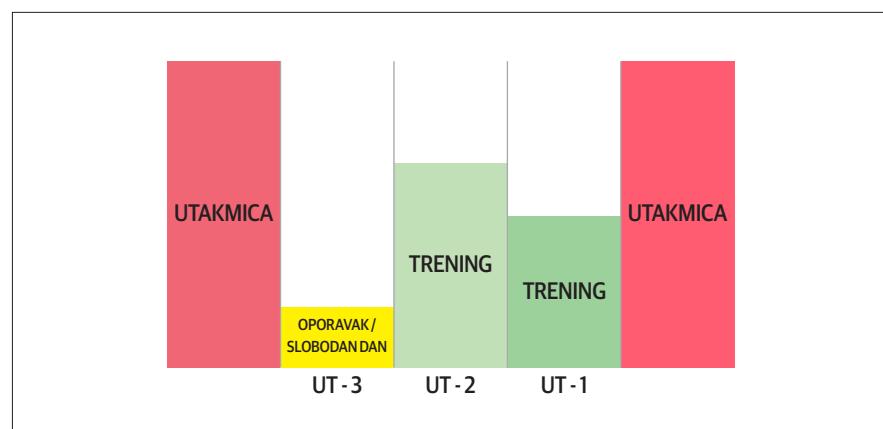
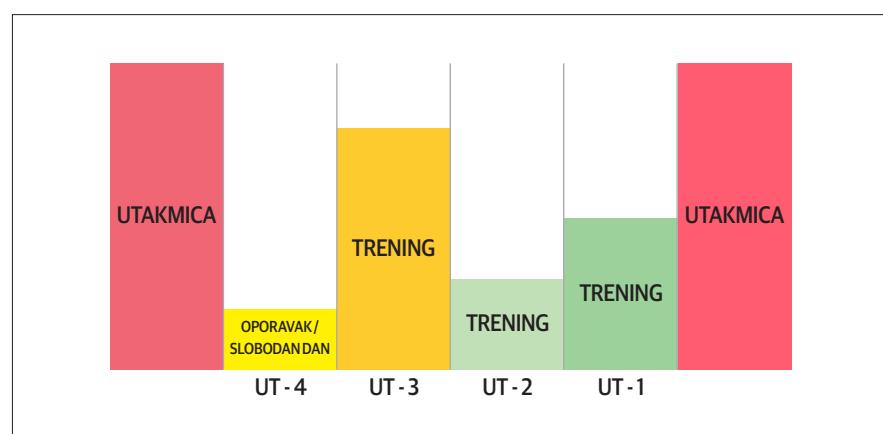
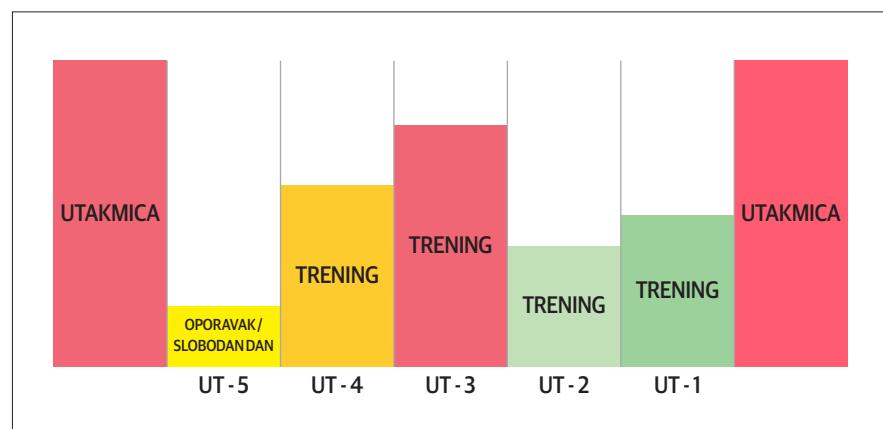
Da se vratimo na takmičarski period. Što je veći broj dana između dve utakmice, to su veće mogućnosti da treninge sa određenim stepenom opterećenja, koji moraju biti pažljivo isplanirani i imati svoj kontekst i sadržaj.

Nekoliko primera kako bi to moglo izgledati (nijedan primer nije optimalan, već samo prikaz u kom smeru se treba razmišljati) je dato na dijagramima pored.

S druge strane se nalaze domaća takmičenja, u kojima ekipe imaju samo jednu utakmicu nedeljno, nekada razmak između dve utakmice može da bude i 10 dana, i tada je jako bitno manipulisati trenažnim varijablama kako bi igrači imali adekvatno opterećenje sa adekvatnim ciljem, adaptacijom i oporavkom. U suprotnom, neadekvatno planiranje i programiranje dovodi do neadekvatne forme i sve većeg rizika od povređivanja. Svaka nedelja mora imati dane visokog opterećenja i dane oporavka. Bitno je napomenuti da su često prisutni dani s dva treninga dnevno i to dodatno podiže zahteve za manipulaciju opterećenja u toku jednog dana kao i nedelje. Sve stvari treba uzeti u obzir.

Pored manipulacije opterećenjem u toku jednog mikrociklusa, bitno je manipulisati opterećenjima i planirati ih na nivou mezociklusa, odnosno period od tri do četiri nedelje, gde bi, na primer, postojale dve nedelje opterećenja i jedna nedelja rasterećenja, ili tri nedelje opterećenja praćene jednom nedeljom rasterećenja, kako bi se postigli optimalni nivoi adaptacije i superkompenzacije. ●

● Primeri različitih šablonata takmičarske nedelje shodno broju dana između dve utakmice



*visina grafikona - obim; *boja grafikona - intenzitet

Situacije u ranom napadu (early offense situations)



Naša filozofija se oslanja na kreiranje lakih poena dobrom odbranom i brzom tranzicijom, ali kada to nije moguće, važno je da napadamo brzo i u pokretu i da ne dopuštamo odbrani da se postavi

Košarka nije jednostavna igra s jasnim granicama – između crnog i belog postoji mnogo sivih zona, a u tim nijansama često leži ključ uspeha. U našoj filozofiji napada dva ključna elementa na kojima građimo igru su vreme i prostor (spejsing), uz jednostavan pristup koji omogućava brzu i efikasnu realizaciju.

Kada govorimo o vremenu, prvo, naš cilj je da maksimalno iskoristimo sve 24 sekunde napada kako bismo stvorili prednost i došli do najboljeg mogućeg šuta. U modernoj košarci često viđamo teške šuteve, ali naš cilj je uvek da dođemo do otvorenih pozicija. Druga stvar koju želimo je da što pre prenesemo loptu na protivničku polovicu, to nam ostavlja više vremena da razvijemo akciju i stvorimo prednost. Treće, pravimo jasnou razliku između trčanja i žurbe – želimo da trčimo, ali bez haotičnog napada, to jest ne želimo da gubimo kontrolu nad napadom. Četvrto, težimo da u tranziciji odmah pređemo u akciju – bez zaustavljanja lopte i čekanja na poziv za postavljeni napad. Konačno, peta stvar je da ne želimo da zadržavamo loptu predugo na jednom mestu; lopta mora da se kreće kako bi se zadržala prednost koju smo već stvorili, bilo kroz dodavanje, šut ili prodor.

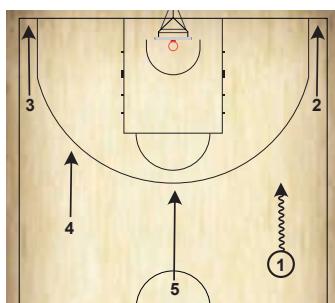
Kada govorimo o prostoru, prvo, važno je da održavamo dobar spejsing među igračima kako bismo primorali odbranu da pravi duge rotacije i omogućili sebi više opcija u napadu. Drugo, trudimo se da što pre uđemo u reket jer verujemo da je košarka igra koja se razvija iznutra ka spolja – prodori, igranje na niskom postu, kretnje bez lopte, sve to nam omogućava da stvorimo pritisak na odbranu koja mora da reaguje. Treće, popunjava-

nje uglova je od suštinskog značaja, jer to otvara teren i stvara dodatni prostor za napadače. Četvrta stavka kojoj težimo je balans između igre unutra i spolja, kao što smo rekli, kada spustimo loptu u reket, teramo odbranu na reakciju i stvaramo višak. Peta stvar je da moramo da širimo teren prebacivanjem lopte s jedne na drugu stranu kako bismo došli do otvorenih šuteva i maksimalno iskoristili prostor na terenu.

Na kraju, naša filozofija se oslanja na kreiranje lakih poena dobrom odbranom i brzom tranzicijom, ali kada to nije moguće, važno je da napadamo brzo i u pokretu i da ne dopuštamo odbrani da se postavi.

Prelazimo na praktičnu primenu naše filozofije – počačemo napade i različite opcije koje se iz njih mogu razviti, naglašavajući kako vreme i spejsing igraju ključnu ulogu u svakom napadu. Kada prelazimo na protivničku polovicu, važno nam je da imamo jasnou strukturu pozicija. Prvo što tražimo od igrača na pozicijama 2 i 3 je da odmah popune kornere, igrač koji bolje napada u levu stranu je u desnom korneru i obrnutu, igrači 1 i 4 zauzimaju krilne pozicije, a sredina je namenjena za igrača 5 (**dijagram 1**). Kao što smo već naglasili, ne želimo haotičan napad – cilj je da iz trčanja uđemo u željene pozicije kako bismo što pre ostvarili prednost u odnosu na odbranu.

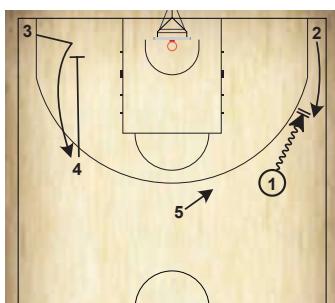
Iz ove postavke, prva želja nam je da plejmejker odmah iskoristi prostor ispred sebe, napadne koš i pokuša da ostvari prednost (**dijagram 2**). Ukoliko to nije moguće, plejmejker u nivou slobodnog bacanja uručuje loptu igraču iz kornera, koji odmah nakon uručenja igra P&R s centrom (**dijagrami 3 i 4**). Kao što smo rekli, u desnom



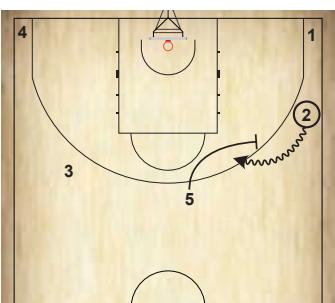
DIJAGRAM 01



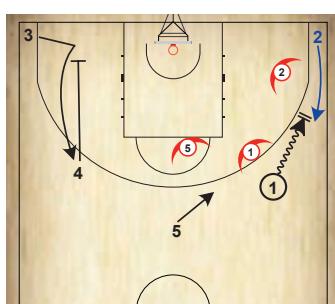
DIJAGRAM 02



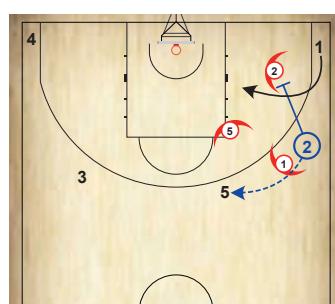
DIJAGRAM 03



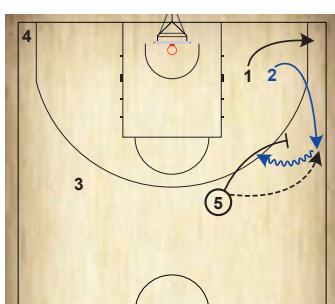
DIJAGRAM 04



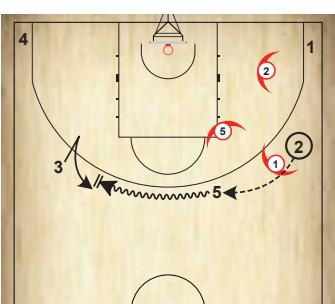
DIJAGRAM 05



DIJAGRAM 06



DIJAGRAM 07



DIJAGRAM 08

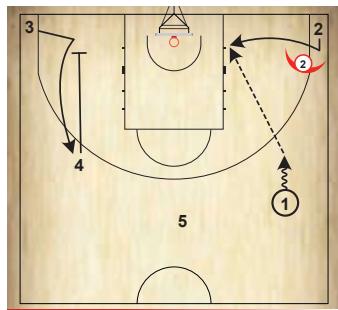
korneru želimo da imamo igrača koji bolje napada u levu stranu, u Real Madridu to je Džanan Musa, međutim, dešavalo se da odbrana preuzima na uručenju i da odmah zatvori bilo kakav pokušaj prodora u levu stranu. Jedna od opcija koju smo koristili u tom slučaju jeste da centar primi loptu nakon uručenja od igrača na poziciji 2. Odmah zatim igrač 2 postavlja *pindown* blokadu za plejmejkeru, koji radi *curl* (**dijagrami 5 i 6**). Igrač 2 se nakon blokade otvara i po priјemu lopte ulazi u P&R sa centrom, napadajući ka svojoj jačoj strani (**dijagram 7**). Druga opcija je da centar, po priјemu lopte, prenese loptu na suprotnu stranu i uruči je igraču 3, koji je prethodno dobio donju blokadu od igrača 4 (**dijagram 8**). Važno je napomenuti da uvek tražimo aktivnu kretnju od naših igrača na suprotnoj strani od lopte. Uglavnom koristimo donju ili leđnu blokadu kako bismo dodatno opteretili odbranu i stvorili prilike za otvorene šuteve ili prodore.

U slučaju *deny* odbrane na igraču u korneru, otvara nam se prostor za *backdoor* (**dijagram 9**). Ako nije moguće dodati loptu na *backdoor*, želimo da plejmejker postavi niski P&R iz kojeg tražimo rešenja (**dijagrami 10 i 11**). Niski P&R možemo odigrati i sa igračem 2 iz kornera, ukoliko odbrana nije agresivna i plejmejker može da doda loptu. U toj situaciji igrač 5 dolazi u P&R, dok plejmejker izvodi *shuffle cut* kroz reket, prolazeći ispod bloka igrača 5 (**dijagrami 12 i 13**). Takođe, moguća opcija nakon dodavanja lopte u korner jeste da igrač 5 ne ide u P&R, već da zajedno sa igračem 4 postave *stagger* blo-

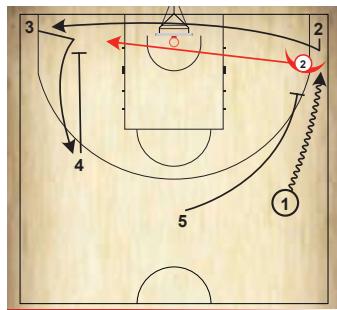
kade za igrača 3 (**dijagram 14**). Ako je igrač na poziciji 4 dobar šuter, igrač 3 radi *curl*, dok igrač 4 izlazi iz blokade centra kako bi se otvorio za šut (**dijagram 15**).

Opcije koje imamo sa ove strane terena omogućavaju nam da odmah kreiramo prednost. Kada stignemo u napad, važno je da odmah budemo agresivni, da napadnemo reket i iskoristimo prostor. Moramo biti odlučni s loptom u rukama – tražimo prodor, brzo kretanje lopte i, najvažnije, ne smemo dozvoliti da lopta stane.

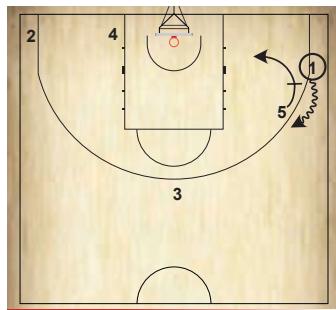
Sa suprotne strane, gde se igrač 3 nalazi u korneru, razvijamo drugačije opcije. Prva ideja je da plejmejker krene u prodor ka košu, dok igrač iz kornera dobija *flare* blokadu od centra. Ukoliko je moguće, naš primarni cilj je da se plejmejker probije direktno do koša. U isto vreme igrač iz kornera na strani pomoći postavlja *hammer* blokadu, čime otvara put za šut igrača u korneru (**dijagram 16**). Takođe, u slučaju dobre *flare* blokade jedna od opcija je i otvoren šut za tri poena (**dijagram 17**), a ukoliko dode do preuzimanja u odbrani, imamo i *mismatch* situaciju na niskom postu i perimetru (**dijagram 18**). Ipak, ukoliko odbrana uspe da neutralizuje sve opcije, plejmejker odmah nakon dodavanja igraču 3 odlazi u korner kako bismo obezbedili dobar spejsing. Centar se postavlja za P&R sa igračem 3, a ukoliko ne želimo da igrač 3 bude *ballhandler* u P&R-u, on prenosi loptu na suprotnu stranu i uručuje je igraču 2, koji nakon uručenja odmah ulazi u P&R sa centrom (**dijagrami 19 i 20**).



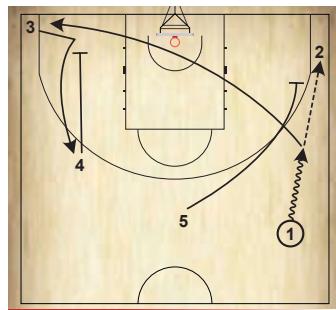
DIJAGRAM 09



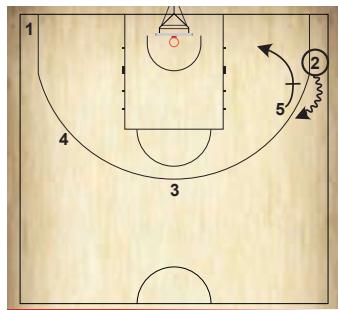
DIJAGRAM 10



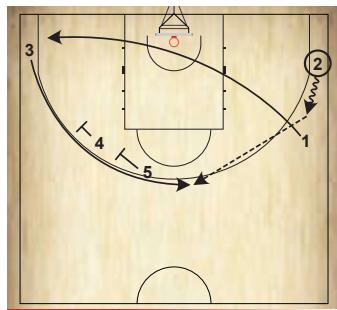
DIJAGRAM 11



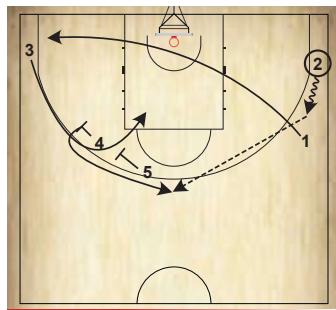
DIJAGRAM 12



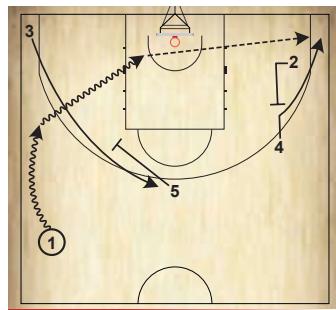
DIJAGRAM 13



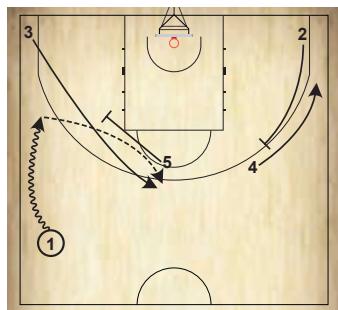
DIJAGRAM 14



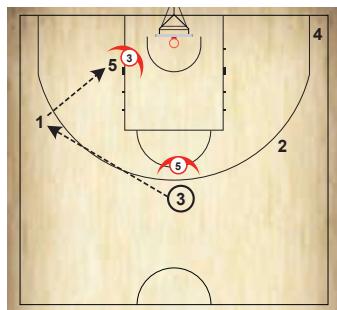
DIJAGRAM 15



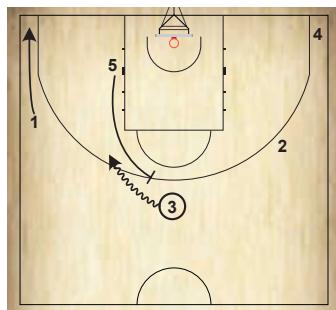
DIJAGRAM 16



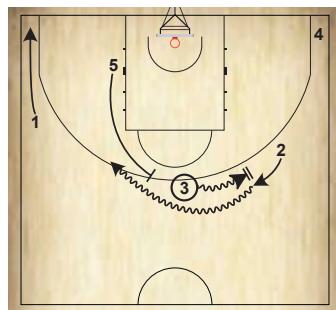
DIJAGRAM 17



DIJAGRAM 18



DIJAGRAM 19



DIJAGRAM 20

Srpska trenerska škola je jedna od najboljih na svetu i biti predavač na klinici koja nosi ime po legendarnom Dušanu Ivkoviću, kom sam se kao mlad trener divio, predstavlja izuzetnu čast. Zahvaljujem Udruženju košarkaških trenera Srbije na poverenju i ukazanoj prilici da doprinesem ovom prestižnom događaju

Naravno, nije isto igrati nakon skoka i nakon primljenog slobodnog bacanja na primer. U ACB ligi u Španiji i u Evroligi postoje timovi koji koriste različite strategije nakon slobodnog bacanja kako bi stvorili ranu prednost.

Ako imamo dominantnog igrača na poziciji 3, jedna od opcija je i da on napravi *flat* blokadu plejmejkeru i da nateramo odbranu na preuzimanje, igrač 3 se zatim pозicionira na niskom postu, gde ima *mismatch* situaciju, koji u slučaju frontalne odbrane rešavamo preko centra kroz *high-low* saradnju (**dijagrami 21 i 22**). Želimo da spustimo loptu na niski post čak i ako nije došlo do preuzimanja. Razlog za to, kao što smo napomenuli na početku, jeste da stvorimo prednost iznutra ka spolja. Nakon što plejmejker spusti loptu na niski post, utrčava u reket, dok igrači 4 i 5 postavljaju *stagger* blokade za igrača 2 (**dijagram 23**). Igrač s niskog posta, osim pasa, može i da uruči loptu šuteru, a zatim dobija *flare* blokadu od centra, čime se otvara za šut (**dijagrami 24 i 25**).

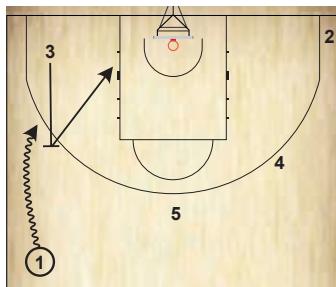
U današnjoj košarki često svedočimo korišćenju P&R u tranziciji. Ono što mi želimo jeste da centar, nakon što postavi blokadu plejmejkeru, napravi i *pindown* blokadu za igrača iz kornera koji se otvara za šut (**dijagram 26**). U ovakvim situacijama često se dešava da igrač koji čuva plejmejkera odskoči ka lopti nakon dodavanja (**dijagram 27**). Zbog toga želimo da plejmejker, nakon dodavanja, utriči prema reketu, dok igrač koji je trebal da šutne produži kretnju ka sledećem spoljnomp igraču (**dijagram 28**). Ovaj igrač odmah nakon uručenja ulazi u P&R sa centrom (**dijagram 29**). Bitno nam je da ako igrač nije u mogućnosti da uputi šut nakon *pindowna* ne zadržava loptu, već da nastavi svoju kretnju prodorom, dodavanjem, uručenjem... U ovom primeru napada pr-

vo imamo P&R, zatim pindown, backdoor, uručenje, zatim onda opet P&R i to je ono što želimo, mnogo kretnji u 10-15 sekundi, ne želimo da se lopta zaustavlja, već težimo ka tome da konstantno vršimo pritisak na odbranu, da kreiramo i čitamo situacije.

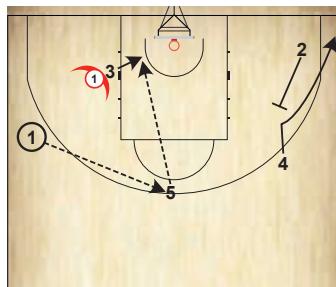
Druga opcija nakon *drag P&R* jeste da umesto *pindowna* imamo leđnu blokadu za centra, odnosno španski P&R (**dijagrami 30 i 31**). U Real Madridu imamo Tavaresa na poziciji centra, jedan je od najboljih i najdominantnijih na svojoj poziciji, takvu prednost želimo da iskoristimo na niskom postu. Želimo da igrač iz kornera, suprotno od lopte, uđe u reket i napravi leđnu blokadu našem centru, iz koje tražimo prednost na niskom postu (**dijagram 32**).

Iz iste postavke možemo ući u napad postavljajući *double drag* blokade. U slučaju da imamo igrače u oba kornera i prvu blokadu pravi 5, a drugu 4, želimo da 5 ide u *roll*, a 4 u *pop* (**dijagram 33**). Ako prvu blokadu pravi 4, a drugu 5, onda želimo da igrač iz kornera napravi leđnu blokadu igraču 4, koji se otvara u kratki korner, a igrač 5 se otvara u *short roll* (**dijagram 34**). Ako imamo praznu stranu, odnosno nemamo igrača u korneru, želimo da 4 ide u *pop*, a 5 u *roll* (**dijagram 35**).

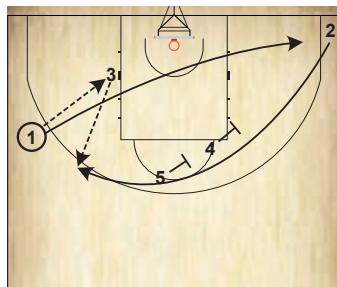
Ovo su opcije koje imamo u ranom napadu. Sve ove opcije želimo da igramo nakon skoka, uz disciplinu i dogovorenu postavku u napadu. Naravno, to ponekad nije moguće jer nakon ukradene lopte težimo da odmah vršimo napad. Dešava se i da igrači na pozicijama 2 ili 3



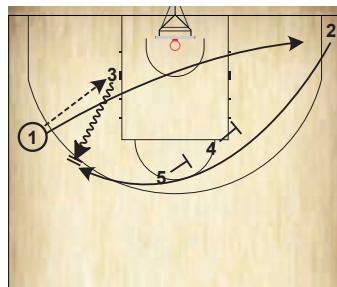
DIJAGRAM 21



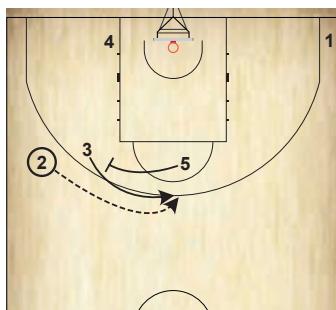
DIJAGRAM 22



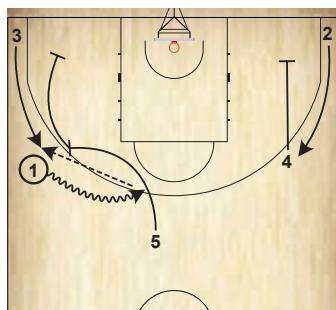
DIJAGRAM 23



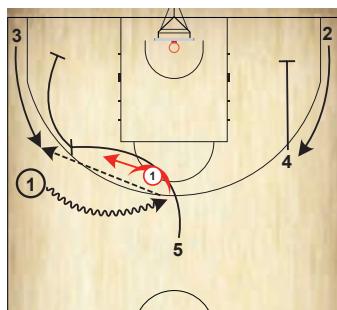
DIJAGRAM 24



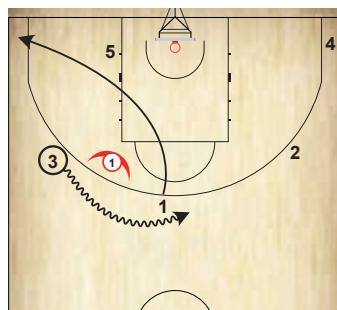
DIJAGRAM 25



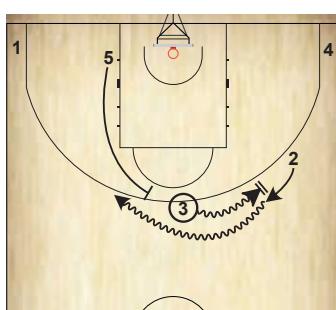
DIJAGRAM 26



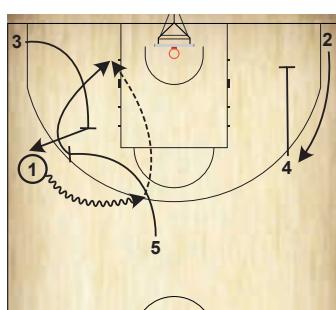
DIJAGRAM 27



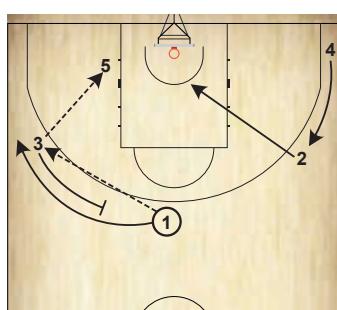
DIJAGRAM 28



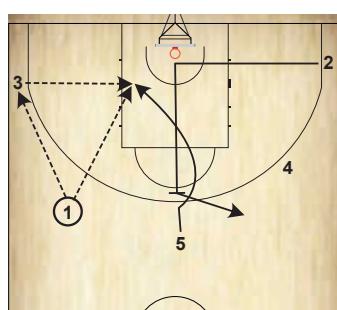
DIJAGRAM 29



DIJAGRAM 30



DIJAGRAM 31



DIJAGRAM 32

uhvate skok i odmah povuku loptu u kontranapad, tada plejmejker odlazi u korner, a mi nastavljamo igru po istom principu. Nekada odbrana ne dozvoljava plejmejkeru inicijalnu ideju na jednoj strani, međutim, prenosimo loptu na drugu stranu i odmah ulazimo u napad sa suprotne strane, zato je bitno da disciplinovano držimo svoju postavku.

Praktikujemo vežbu koju započinjemo tako što odbrojavamo od 5, 4, 3... do nula, odnosno simuliramo situacije koje nas teraju da uzimamo teške šuteve na kraju napada, što stvara priliku za skok, to jest za tranziciju i rani napad. Tokom ove vežbe, kada odbrojavanje dostigne 3, 2, 1... i usledi težak šut, obavezujemo se na zagradivanje i skok, a zatim brzo trčimo kako bismo postigli poene u roku od osam sekundi. U trećoj dužini imamo 14 sekundi za postizanje poena, dok u poslednjoj imamo 24 sekunde. Ova vežba nam pomaže da razumemo kada želimo da igramo brzo, a kada je potrebno usporiti igru. Kada imamo 24 sekunde, igramo organizovanu akciju, dok u situacijama sa šest ili osam sekundi tražimo rešenja iz tranzicije, a sa 14 sekundi odmah tražimo prednost kroz rani napad.

Naravno, nije isto igrati nakon skoka i nakon primljenog slobodnog bacanja na primer. U ACB ligi u Španiji i u Evroligi postoje timovi koji koriste različite strategije nakon slobodnog bacanja kako bi stvorili ranu prednost.

Na primer, Mursija je u finalu protiv nas često ovako napadala nakon primljenog slobodnog bacanja. Četvorka bi uzela da izvede loptu plejmejkeru, igrači 2 i 3

bi popunili kornere, a zatim bi 5 postavio visoku blokadu na defanzivcu plejmejkera iz koje se ulazi u španski P&R (**dijagram 36**).

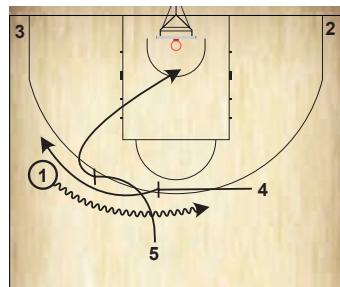
Unikaha je visoko postavljala 4 i 5, kao rogove, gde bi plejmejker napao na stranu centra i odmah bi naterali protivnika na rano preuzimanje u odbrani, samim tim su stvarali i veliku prednost na početku napada (**dijagram 37**).

Manresa s Pedrom Martinezom želela je da plejmejker prvi pas doda centru, koji u većini slučajeva nije imao agresivnu odbranu na sebi van linije tri poena, u trenutku prijema lopte igrač iz kornera bi očistio stranu, a plejmejker bi u punom sprintu krenuo na uručenja, nakon kog bi odmah ušao u re-pik sa centrom (**dijagrami 38 i 39**).

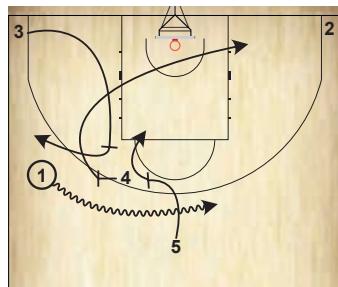
Kada sam radio kao asistent Pablo Lasa u Realu, imali smo odličnog šutera Džej-Sija Kerola. Nakon slobodnog bacanja u ranom napadu smo postavljali tri uzastopne blokade za njega iz kornera, gde bismo odmah ostvarili prednost, mogao je odmah da šutne ili da odigra P&R ili da uradi curl, pa da 3 ili 4 iskoriste blokade za šut... mnogo opcija iz ranog napada (**dijagram 40**).

Postoji mnogo različitih opcija za stvaranje brze prednosti nakon skoka, gde želimo da igramo bez zastoja, omogućavajući nam da ostvarimo pet-šest akcija u 24 sekunde. Zapamtite šta smo pomenuli o vremenu i prostoru; ova dva koncepta čine ofanzivnu košarku lakšom i manje komplikovanom, ali to moramo uesti u svest naših igrača. ●

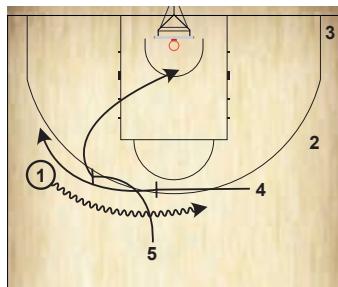
„OVA ZEMLJA ŽIVI KOŠARKU, FASCINANTNO JE KAKO SE OVDE DIŠE TAJ SPORT“



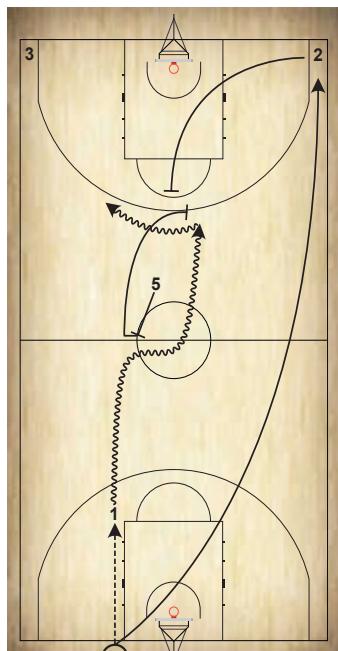
DIJAGRAM 33



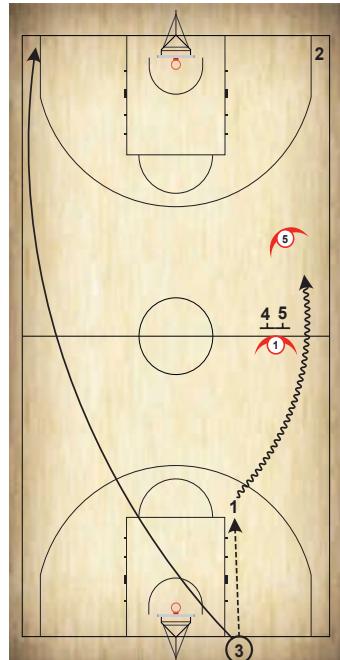
DIJAGRAM 34



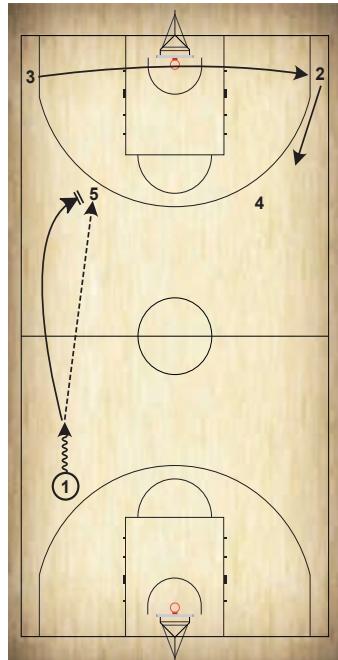
DIJAGRAM 35



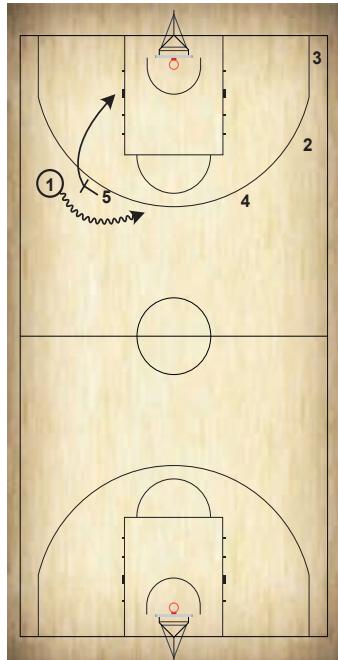
DIJAGRAM 36



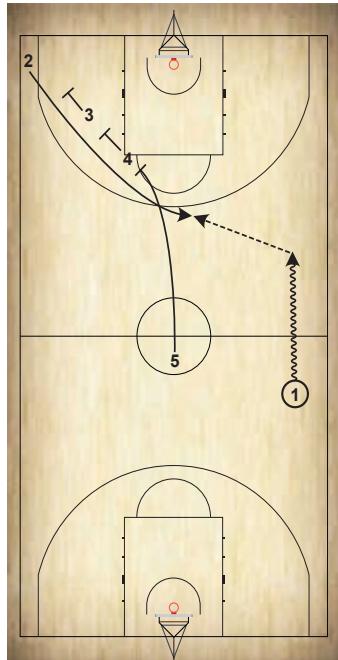
DIJAGRAM 37



DIJAGRAM 38



DIJAGRAM 39



DIJAGRAM 40

Petogodišnja evolucija naše P'n'R odbrane



Govoreći o široj slici našeg odbrambenog identiteta, opšta strategija je bila zasnovana na tri stvari: ubrzati protivnika (tj. po mogućству ga naterati na ishitrene odluke), raditi izuzetno naporno i predano i kao treće biti jako dobro organizovan, tako da svaki igrač do detalja zna svoje zadatke i ciljevi su mu jasno predstavljeni

Put razvoja odbrane koju primenjujemo, a koju ćemo ovde opširnije izložiti, počinje u timovima koji u aktuelnom trenutku nisu mogli sebi da, usled relativno skromnih finansijskih mogućnosti, priuštite dovođenje igrača s velikim individualnim odbrambenim potencijalom. Takve situacije nas navode da, koliko god da je naš tim eventualno bio limitiran individualno, sve to moramo da nadomeštim timskim kvalitetima i izraženom timskom igrrom, načičito u odbrani, a pogotovo u odbrani P'n'R-a.

Govoreći o široj slici našeg tadašnjeg odbrambenog identiteta, opšta strategija je bila zasnovana na tri stvari: ubrzati protivnika (tj. po mogućству ga naterati na ishitrene odluke), raditi izuzetno naporno i predano i kao treće biti jako dobro organizovan, tako da svaki igrač do detalja zna svoje zadatke i ciljevi su mu jasno predstavljeni. Način, na sve to se nadovezuje i voljni momenat, gde smo insistirali da se svaka eventualna greška pojedinca ili tima dà ispraviti isključivo dodatnim uloženim trud i napor.

Takođe, od velike je važnosti bilo i to što smo (cijljano) selektirali još uvek nedovoljno afirmisane mlade igrače za koje smo znali da su željni dokazivanja. Naša je namera bila da s tim igračima napravimo jednostavan sistem igre, a koji opet ne bi bio i previše jednostavan. Po svaku smo cenu želeli da iz naše igre ili rada eliminišemo situacije „da, ali ja sam mislio...“ i svako je morao da zna šta radimo u određenoj prilici.

Kada su u pitanju konkretni zadaci koje stavljamo pred naše igrače u odbrani pika, upotrebljavali smo izvesni koncept koji smo nazivali „ples“ (Dance). Ono što je prva stvar, i po prioritetu i kronološki, koju naš visoki odbrambeni igrač (X5) koji brani napadača koji postavlja blokadu u P'n'R-u) mora da uradi jeste da „stigne s blokadom“. To bi značilo da mora da bude ili u nivou ili bar dovoljno blizu igraču koji postavlja blok. S druge strane, bek X1 u odbrani na lopti mora da neposredno pre samog bloka koriguje svoj stav i iz neutralnog položaja pređe u blago usmeravanje driblera ka blokadi, ostajući na daljinu ruke. Naravno, apsolutno se mora spričiti situacija da se napadač s loptom probije u stranu suprotno od pika koji dolazi (tzv. Reject). Sva ova pozicioniranja i osnovni zadaci su predstavljeni na **dijagramu 1**.

Ovde sada dolazimo do prethodno pomenutog koncepta koji nazivamo „ples“. Ovaj koncept se zasniva

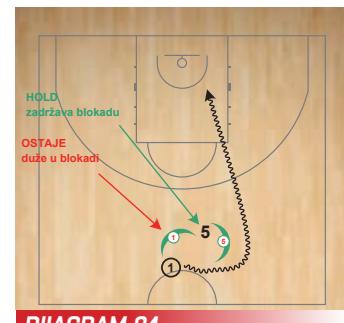
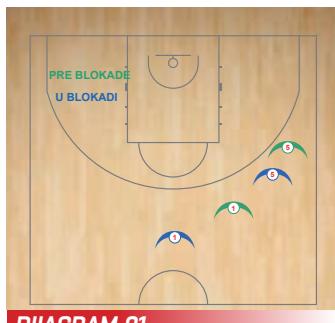
na ideji da odbrambeni X5, koji čuva napadača koji postavlja blok, mora da oponaša kretanje svog igrača i da mu ostane dovoljno blizu (poput nekakvog plesa). Na **dijagramu 2** možemo videti opisanu situaciju: napadač O5 postavlja blokadu za svog beka s loptom na vrhu i odbr. X5 ga prati u stopu, glasno najavljujući blokadu svome beku u odbrani na lopti. U trenutku blokade (ili čak u ovoj situaciji gde do nje i ne dolazi, već O5 radi Slip), odbr. X5 radi kratku pomoć na lopti (Stunt) i odmah užima u kontrolu svog O5, koji je imao kretaju ka košu. Iz svega prikazanog dà se zaključiti iz kog razloga ovakvo kretanje nazivamo „plesom“, jer naš X5 ostaje blizu svog čoveka i što se tiče razdaljine i linije kretanja po terenu.

Narednu situaciju, gde za razliku od prethodne napadač O5 ne radi Slip, već do kratke blokade zaista i dolazi, nazivamo „dodirni i idi“ (Touch and Go). Naš odbr. X5 svakako mora da dođe sa svojim igračem do bloka, ali ovog puta prepoznaće da do bloka zaista i dolazi, te se stoga i on sam (X5) posvećuje lopti nešto duže. Zapravo, X5 u ovom slučaju ne radi Stunt odbranu kratke pomoći, već nakratko ulazi u liniju kretanja napadača s loptom i na taj način faktički radi kratko iskakanje na pik. Naravno, X5 ponovo ima zadatak da vrlo brzo stigne svog originalnog O5, koji rola ka košu (**dijagram 3**).

Odgovornost nije isključivo na visokom u odbrani pika, već i bek na lopti X1 ima svoja pravila. On ne sme da dozvoli Reject i odlazak driblera suprotno od pika, ali takođe ni da bude uhvaćen u blokadu.

Nakon napadačkih opcija Slip i Touch and Go (kao opcije za visokog igrača koji blokadu postavlja), treba očekivati da će se napad adaptirati na kratko iskakanje visokog igrača u odbrani pika. Ono što je sledeća mogućnost za napadača koji daje blokadu u toj situaciji jeste opcija Hol, gde se bloker nešto duže zadržava u blokadi. Ovo je aspekta kratkog iskakanja izuzetno opasna situacija po odbranu, jer ukoliko odbr. X5 prerano završi svoju kretaju kratkog iskakanja, a da se pritom njegov bek još uvek nije „izvukao“ iz blokade – dribleru je u tom slučaju otvoren put do koša (**dijagram 4**). Stoga naš odbrambeni X5 tokom svog iskakanja mora da u kontroli ima driblera O1 sve dok se njegov saigrač ne vrati u iole povoljnu poziciju za igru 1:1 nakon bloka.

Svakako ne smemo zanemariti određene detalje



koji se moraju zadovoljiti kako bi odbrana P'n'R-a bila uspešna. Jedan od tih detalja na kojima insistiramo jeste pozicioniranje našeg visokog igrača X5 u trenutku neposredno pre iskakanja. Ono gde se najčešće dešava greška je da se X5 u iskakanju ne posvećuje dovoljno dribleru i ne usporava ga. Mi imamo pravilo da unutrašnje rame X5 (iz perspektive odbrane u odnosu na koš) mora biti u liniji sa spoljašnjim ramenom (daljim od koša u trenutku blokade) O5 (**dijagram 5**).

Greška koja se takođe često dešava kod odbr. X5 jeste da pri iskakanju prebacuje ravnotežu na nogu bližu lopti. To može biti pogubno po njegovu narednu akciju vraćanja (Recovery) na svoga igrača O5 koji rola iz blokade ka košu. Stoga naš X5 mora da zadrži težiste na nozi bližoj košu kako bi se brže vratio nakon iskakanja.

Naravno, treba očekivati da će se napadački sistemi adaptirati na odbrambena rešenja koja mi eventualno imamo spremna u igri protivničkog P'n'R-a. Teško je zadovoljiti sve individualne odbr. principe dolaska dvojice odbr. igrača do Pn'R blokade zajedno s njihovim direktnim napadačima koje čuvaju ako Pn'R akciji prethode izvesne blokade kao priprema za samu igru 2:2. Konkretno, govorimo o napadačkim sistemima prema tipu Zipper, gde i bek s loptom i visoki igrač primaju blokadu pre nego što do pika na vrhu dođe (**dijagram 6a**). Obojica odbrambenih, i X1 i X5, ovde su u nepovoljnoj situaciji i ne mogu da zadrže inicijalno odstojanje od dužine ruke na kome insistiramo u odbrani pika.

Takođe, dosta nam je problema u početku zadavala i situacija izuzetno visokog prijema lopte od strane beka O1. Odbr. X5 takođe kasnije dolazi na svoje iskakanje i nema mogućnost da izvrši dovoljan pritisak na dribling (ili, u ovom slučaju – dodavanje) od strane O1. To dalje opet ostavlja dosta prostora za visoki Slip od strane blokera O5, gde on u Short Rollu prima loptu na 3 poena nakon svog slipa (**dijagram 6b**) i odatle može dalje da kreira, najčešće prodomom ka košu i dodavanjima koja slede nakon pomoći.

Mi smo se u toj situaciji, nakon dugog insistiranja i dosta ubedljivanja jednog člana našeg stručnog štaba, opredelili za Drop opciju od strane X1, koji bi odustajao od odbrane preko bloka i zapravo se udaljio (Drop) od pika i čekao na liniji za 3 poena.

Na **dijagram 7a** možemo videti naše osnovne principе u Drop odbrani. Najpre, X5 koji iskače mora da driblera zadrži u središnjem delu terena podeljenog na zamisljene trećine (na **dijagramu** – zeleni koridor) i ne sme da mu dozvoli da ode u bilo koju stranu terena. S druge strane, X1 ima obavezu da, nakon što od svog X5 dobije poziv glasom „Drop! Drop!“, mora da se odvoji od driblera i nakratko uzme pod kontrolu napadača blokera O5 koji rola ka košu. Od suštinske je važnosti da X1 u tim tre-

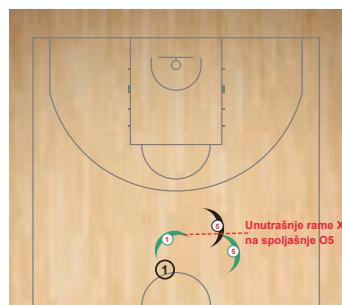


nucima ne dozvoli dodavanje od driblera ka O5. Svojom agresivnošću nakon iskakanja X5 mora da natera driblera ka svome saigraču X1 i mi se na ovaj način praktično vraćamo na svoje originalne igrače nakon neutralisanog P'n'R-a (**dijagram 7b**).

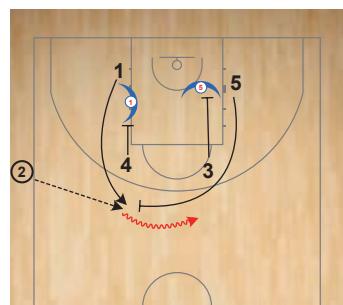
Koliko god se mi trudili da napadačku igru P'n'R-a branimo zaista u situacijama 2:2 ili čak idealno 1:1, to je u dosta slučajeva daleko od realnosti. Odbrana od pika je kolektivni zadatak i u nju mora biti uključeno svih pet odbrambenih igrača. S obzirom na to da, posmatrajući širu sliku, većina sistema (bilo sistema igre ili sistema organizacije na klupskom nivou) uglavnom funkcioniše u modu greške (gde uvek postoji neki problem koji se mora rešavati), tako se i naša odbrana od pika dobrim delom zasniva na pomoći trojice igrača koji nisu direktno uključeni u pik. Mi tu trojicu nazivamo „osiguranjem“ i njihov je zadatak da uoče i prepoznaju eventualne prednosti koje je napad u datom posedu ostvario i da te prednosti umanje ili neutrališu shodno našim principima odbrane.



DIJAGRAM 07a



DIJAGRAM 05



DIJAGRAM 06a



DIJAGRAM 06b



DIJAGRAM 07b



**Koja god rešenja
da ponudi neki
drugi trener ili tim,
ne treba ih slepo
kopirati u igru
svog tima.
Sredstva kojima se
određene odbrane
služe su postavljena
shodno kvalitetima
i potrebama tog
izvesnog tima i ne
mogu se smatrati
univerzalnim**



DIJAGRAM 08a



DIJAGRAM 08b

Na **dijagramu 8a** možemo videti situaciju visokog P'n'R-a koji inicijalno branimo iskakanjem, ali su i dvojica igrača sa str. pomoći uključena, svaki sa svojim različitim zadacima; ovaj koncept pomoći sa slabe strane na piku nazivamo X out. Najpre, X5, čiji je zadatak da kontroliše duboki rol, u trenutku pika poziva „X! X! X!“, te tako daje glasovnu komandu beku X2 ispred sebe da iskontroliše kratki rol. Takođe, X2 ima zadatak da igra između dvojice (svog čoveka O2 na krilu i napadača O4 u ugлу terena) i pritom se taj X2 mora postaviti na liniju dodavanja najdaljeg mogućeg pasa, dakle ka O4 u korneru. Ono čemu ovde pridajemo dosta značaja jeste da i X4 (koji poziva „X! X! X!“ ka X2 ispred sebe) i X2 (čiji je zadatak da poziva „Last! Last! Last!“ ka X4 iza sebe) jedan sa drugim komuniciraju saopštavajući zadatak ovoga drugoga, a ne svoj lično. U ovoj komunikaciji „X!“ bi zapravo značilo da će X2 i X4 uraditi X rotaciju ka O2/O4 (svaki pokriva i rotira na čoveka od ovog drugog) ukoliko do tog najdaljeg pasa ka korneru dođe. S druge strane, komanda „Last“, koja se izdaje za X4, znači da je on poslednji čovek odbrane i da je zadužen za kontrolu dubine reketa i „kasno“ osiguravanje O5, koji rola ka košu.

Naravno, i naš treći igrač van pika je uključen u kolektivnu odbranu (**dijagram 8b**). Njegov zadatak je (u ovom slučaju X3 u korneru na strani lopte) da pruži pomoći na eventualni prodror O1 nakon pika, pritom takođe vodeći računa o svome direktnom igraču O3. Mi smo ovaj koncept pomoći nazivali „60-100“ (Sixty-One hundred) i to je terminološka odrednica koju smo pozajmili iz NBA – 60% pomoći ka dribleru i 100% odgovornosti za svog igrača. Takođe, na dijagramu (crvenom bojom markirani X3) možemo videti da X3 koriguje svoju poziciju

ciju dublje ka čeonoj liniji ukoliko njegov O3 nije neki vršni šuter, već pre igrač koji će da utrčava iza leđa.

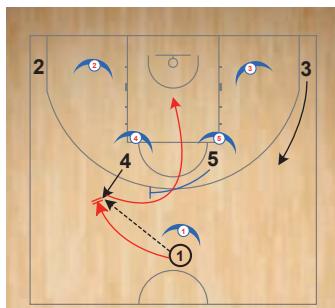
Dolazimo dalje do situacija da se P'n'R ponovo odvija visoko (u smislu udaljenosti od zone šuta), ali ovaj put, za razliku od prethodnih primera, do igre 2.2 dolazi na strani (**dijagram 9a**). Ovaj napadački model (tzv. Spread Spacing jer je napad raširen na pet spoljnih pozicija) mnogo je zastupljen u modernoj košarci (inicijalno „rogovi“ formacija, Flare blokada O5 za O4 nakon uručenja 1/4 i na kraju pik 1/5 na strani). Vidimo da i u ovoj situaciji (**dijagram 9b**) važe naši principi dvojice direktno uključene u pik (X1 Drop jer do pika dolazi visoko, X5 u kratkom iskakanju pokušavajući da driblera zadrži na inicijalnoj trećini – zeleni koridor, te da ga potom natera ka svome X1).

S obzirom na to da u ovoj situaciji imamo samo jednog odbr. igrača iza pika (X2), za njega kažemo da se nalazi na Single strani (Single sa aspekta pomoći na P'n'R-u, jer su ispred pika preostala dvojica, X3 i X4). Zadatak igrača X2 na Single strani (**dijagram 9c**) jeste da ode u dijagonalnu pomoći ka X5, koji rola ka košu (Diagonal Tag) i iskontroliše njegov eventualni prijem sve do nivoa laka. Čak i da O5 nakon blokade rola izuzetno uzano, kroz samu uzdužnu sredinu reketa, ne želimo da naš X2 ide previše ka toj sredini jer mu je onda predugačka linija vraćanja na svoga originalnog napadača O2.

Za razliku od prethodne situacije, gde se do pika dočazio na vrhu reketa i gde smo na strani pomoći imali dvojicu odbrambenih igrača, ovde se ta dvojica nalaze ispred driblera u piku (**dijagram 9d**). U tom slučaju, u piku na strani, više ne radimo X-out odbranu. Naš je rezon u toj situaciji da pre svega želimo da izbegnemo nepotrebne rotacije na piku. A ta se X rotacija ispostavlja nepotrebnom jer ovde svakako insistiramo da X5 zadrži driblera na originalnoj uzdužnoj trećini gde je pik i započet (vidi zeleni koridor **dijagram 9b**), i onda je eventualno dodavanje od O1 ka O4 u ugлу terena dugačko, te je i našem O4 lakše da stigne s tim pasom (**dijagram 9d**) nakon što je iskontrolisao duboki rol O5.

U slučaju da se dribler na piku protiv kratkog iskakanja X5 bori brzim dodavanjem ka O3 ispred sebe (**dijagram 9e**), gde je tendencija napada da se lopta iz dva pasa spusti do O5, koji rola duboko, mi onda u tom slučaju taj rol pokrivamo sa igračem koji postaje najdalji od lopte (ovde X2 iz daljeg kornera). On u tom slučaju preuzima sve odgovornosti iz principa „Last“ (vidi **dijagram 8a**) i kontroliše duboki rol O5 sve dok se njegov originalni X5 ne vrati nakon svog kratkog iskakanja na piku.

Napadačka opcija koja je nama ovde izazivala dosta problema jeste Slip kretnja visokog napadača X5 (**dijagram 9f**). Pod prepostavkom da smo sve te Slip varijante branili po principu „Dance“ (gde bi naš X5 radio samo kratku pomoći umesto kratkog iskakanja – vidi **dijagram 9g**)



DIJAGRAM 09a



DIJAGRAM 09b



DIJAGRAM 09c

dijagram 2), u tom slučaju ne možemo izvršiti dovoljni pritisak na driblera sa X5 i samim tim je O1 otvorena linija prodora ka košu. Naime, mi smo u tim (po odbranu pogubnim) situacijama, gde bek s loptom ide „niz teren“ ka košu i odatle ima punu slobodu da kreira ili šutem ili do-davanjem – pokušavali s dosta različitih rešenja („Last“ ispred pika rotira na prodor uz izvesne „Peel Off“ opcije, „Jump Switch“ najdaljeg od lopte, „Late Switch“ sa X5 itd.) koja su na papiru izgledala vrlo dobro, ali se u praksi nisu pokazala kao svrshodna niti dovoljno upotrebljiva. Ovde se nećemo detaljnije baviti tim situacijama, ali je svakako namerna da ukažemo na to da, koliko god se neka taktička rešenja činila dobrim ili čak pokazala efektivnim u igri, odbrana se uvek mora prilagođavati napadu koji napreduje i obrnuto. Kreativnost u jednom segmentu igre, bilo to u odbrani ili napadu, iziskuje još veću kreativnost s druge strane. U svakom slučaju, u potrazi za rešenjima za određene probleme mnogo puta ćete neku stvar probati, videti da ne funkcioniše (ili nedovoljno dobro funkcioniše), potom preći na sledeće i opet neko sledeće rešenje, sve dok se ne nađe model koji zadovoljava prohteve i postavljene norme.

Navedeno je već ranije da je naša težnja da u bilo kom trenutku odbranu P'n'R-a, koliko god je moguće, tretiramo kao igru 2:2, bez nepotrebnog izlaganja riziku i uključivanja ostale trojice igrača. Međutim, ova težnja za izolovanom igrom 2:2 dolazi još više do izražaja u ranim fazama napada i piku koji se igra u tranziciji (Drag pick u sekundarnom kontranapadu). Prosto, u defanzivnoj tranziciji naša preostala trojica igrača jednostavno ne stiže da pravovremeno zauzmu pozicije neophodne za prethodno opisane modele kolektivne odbrane P'n'R.

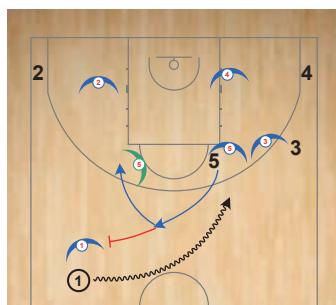
Na **dijagramu 10** možemo videti situaciju jednog pika na strani u tranziciji (Single Drag opcija). Rešenje koje koristimo u ovom slučaju (i za to pokrivanje nam je poziv bio „Early!“) jeste da, s obzirom na to da se ovaj pik odvija relativno visoko, naš bek X1 ide ispod, što i jeste uobičajeni rezon ako je dribler van zone šuta. S druge strane, naš visoki odbrambeni X5 ima dosta zadataka koje mora da izvrši kako bi se pik neutralisao: najpre, taj X5 mora visoko da ostvari kontakt sa svojim čovekom O5 i natera ga da blokadu pravi van zone šuta. Dalje, nakon ostvarenog kontakta s blokerom, X5 dalje ostaje u odbrani izguravanjem (što nas faktički i u kombinaciji sa branjenjem „ispod pika“ od strane X1 dovodi u klasično Push&Under pokrivanje). Međutim, mi ovde pomalo atipično za odbranu izguravanjem, od našeg visokog X5 tražimo da svoj Push pretvori u kratku pomoć (Stunt), pritom ostajući blizu blokeru O5 i iza njegovih leđa. Ovo omogućava našem X1 da skoro pa sve vreme (osim kratkog trenutka dok je u blokadi) vrši ispravan pritisak na svoga čoveka, driblera u P'n'R-u.

Nakon što je neutralisan prvi pik u dolasku u tranziciju, jedna od opcija kontinuiteta bi bila najpre protročavanje O3 kroz reket, „penjanje“ O2 na krilo i naredni pik O2/O4 (**dijagram 11a**). Mi ovaj pik tretiramo prema principima odbrane u poziciji i s obzirom na to da do pika dolazi u zoni šuta i oba naša odbr. X2 i X4 imaju kontakt, ostajemo u Dance opciji. Uz sve navedeno, X1, koji je prvi ispred driblera i koji je branio prethodni pik, radi kratku pomoć (Stunt) ka O2, ukoliko je potrebno dodatno ga usporiti. Međutim, napad sada želi da dođe do novog pika sa O1 i ova se napadačka opcija naziva „Wing Top“ (**dg. 11b**). Kako naš X1 nema kontakt sa svojim igračem O1 (koji je ostao visoko nakon prethodnog pika), oduzeta nam je mogućnost Dancea i kratkog iskakanja. Stoga prelazimo u Drop opciju, gde se X1 povlači sa rollerom O5 na liniju za 3 poena i čeka svog direktnog O1, a s druge strane X5 vrši iskakanje i zadržava driblera O1 na središnjoj trećini terena, terajući ga nazad ka svom X1. Preostala trojica odbr. nastavljuju sa svojim zadacima: X2 i X4 su u X out rasporedu, dok je X3 u 60-100 poziciji (identično situaciji prikazanoj na **dijagramima 8a/8b**).

Prema istim principima branimo i uzastopne pikove u dolasku, gde sada nemamo jednu, već dve blokade od dvojice visokih napadača (Double Drag pik). Kao i u prethodnoj situaciji pojedinačnog ranog pika, i ovde s prvim blokerom radimo varijantu „Early“, gde ga izguravamo što bliže središnjoj liniji (**dijagram 12a**). Međutim, pošto smo prvi pik branili ispod s bekom X1, on više nije u poziciji kontakta s driblerom. To nam dalje diktira da na drugom piku, koji dolazi od X5 (**dijagram 12b**), koristimo opciju Drop, gde opet naš X1 „obara“ ka liniji 3 poena, a X5 ima zadatak da driblera zadrži u središnjem koridoru i utera ga ka svom X1, koji se vraća u kontrolu svog čoveka.

Nećemo se previše osvrnati na određene principe koje imamo pri prilasku igračima nakon pomoći (Closeout situacije) ili započete rotacije, ali ti prilasci i njihovo tehničko i taktičko izvođenje su od ogromne važnosti za našu P'n'R odbranu. Mi smo sve Closeoute podelili u tri kategorije: kratke (Short Closeout), dugačke (Long) i ono što smo nazivali Cold Closeout – situacije kod kojih nije potrebno agresivno i do kraja prilaziti igraču napada jer nije šuter, ali smo opet do poslednjeg momenta fintirali, blefirali agresivan prilazak i zaustavljali se ranije kako bismo iskontrolisali prodor ili čak iznudili foul u napadu.

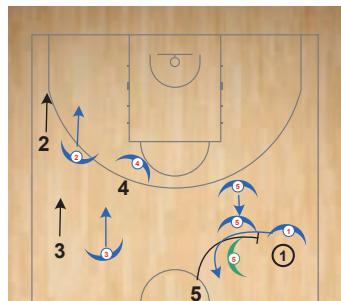
Koja god rešenja da ponudi neki drugi trener ili tim, ne treba ih slepo kopirati u igru svog tima. Sredstva kojima se određene odbrane služe su postavljena shodno kvalitetima i potrebama tog izvesnog tima i ne mogu se smatrati univerzalnim i primenjivim u svakom timu, pritom zanemarujući igrački kadar na raspolaganju i nivo individualne i timske obučenosti. ● **Priredio Aleksandar Virijević,** viši košarkaški trener



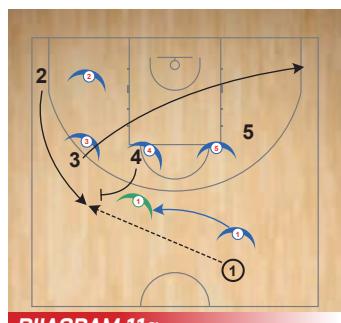
DIJAGRAM 09d

DIJAGRAM 09e

DIJAGRAM 09f



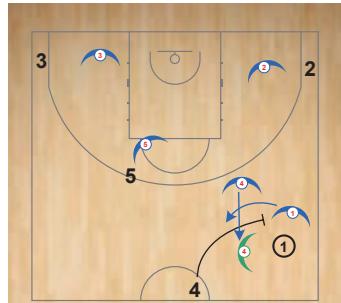
DIJAGRAM 10



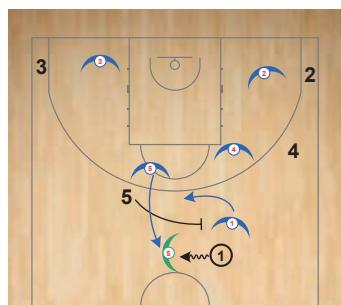
DIJAGRAM 11a



DIJAGRAM 11b

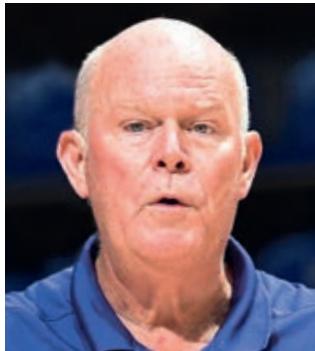


DIJAGRAM 12a



DIJAGRAM 12b

Odbrambene opcije udvajanja na Pn'R



S obzirom na porast individualnih napadačkih kvaliteta igrača, mi smo u NBA počeli da igramo više zonske odbrane nego pre i više udvajanja. I sve principe kojima ćemo se ovde baviti i svi detalji odbrane pika udvajanjem (Blitz) treba posmatrati kroz prizmu onoga prema kome su one i postavljene – superstarovi i vanserijski talenti kakvi su Luka Dončić, Kajri Irving, Lebron Džejms...

Upoređenju s periodom od pre nekih desetak godina, igra se u NBA dosta promenila. Najpre, pravila su danas takva da dosta štite napadače, faulovi se više dosuđuju nego pre i, uopšteno govoreći, dobri napadači su na ceni i imaju izražene uloge u svojim timovima. Takođe, sistemi napadačke igre iz rasporeda „4 Out - 1 In“ su mnogo više zastupljeni, i tu je evropska košarka bila ispred NBA, u smislu da je pre uvidela prednost takvih spejsinga i počela da ih primenjuje. Ti napadački rasporedi, koji su danas više nego ikada orijentisani na kreiranje prednosti u spoljašnjoj igri, čine P'n'R još težim za branjenje. Dalje, analizirajući promene kojima svedočimo u NBA, sada više koristimo dobro obučene napadače na poziciji 5. Njihovi kvaliteti su, generalno, izraženi i kroz dobar šut i, takođe, kroz dobru igru licem ka košu u akcijama na perimetru. U timu aktuelnog šampiona Bostona takav je slučaj sa Horfordom ili Porzingisom na petici, gde se igra Seltiksa zasniva čak i na „5 Out“ rasporedu.

Način na koji se danas igra u NBA, sa aspekta broja utakmica i rasporeda, promenjen je u odnosu na pre. Broj vezanih utakmica koje tim može da odigra u dve uzastopne večeri (tzv. Back to Back mečevi) smanjen je: pre deset godina naš tim je imao 23 takve situacije vezanih utakmica – danas ih nije moguće imati više od 13 tokom sezone (na zahtev Asocijacije igrača). U prethodnom slučaju, s većim brojem „Back to Back“ utakmica, dani između mečeva su bili brojniji, dok su sada utakmice uglavnom na dva dana razmaka. To bi značilo da sada imamo manje vremena za pripremu i trening.

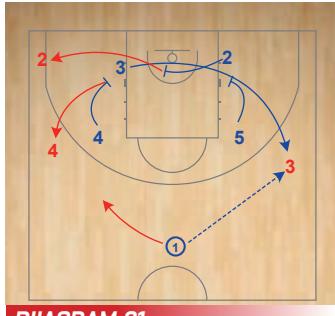
S druge strane, sa aspekta igre, pre deset godina određeni tim je mogao da bude u prvih 10 odbrana po efikasnosti u NBA ukoliko bi zadovoljio sledeća četiri zadatka: ne dozvoliti poene iz kontranapada, držati reket nedostupnim, ne faulirati i sprečiti poene iz druge šanse. Od posebne je važnosti bilo ne faulirati protivnika, jer su pojedinačni napadi koji bi se završavali bacanjima imali visoku stopu poena po posedu (samo ove sezone u NBA je to iznosilo 1.54 PPP – Points Per Possession i bacanja su bila najefikasniji tip poseda). S obzirom na porast individualnih napadačkih kvaliteta igrača, mi smo u NBA počeli da igramo više zonske odbrane nego pre i

više udvajanja. I sve principe kojima ćemo se danas ovde baviti i svi detalji odbrane pika udvajanjem (Blitz) treba posmatrati kroz prizmu onoga prema kome su one i postavljene – superstarovi i vanserijski talenti kakvi su Luka Dončić, Kajri Irving, Lebron Džejms isl.

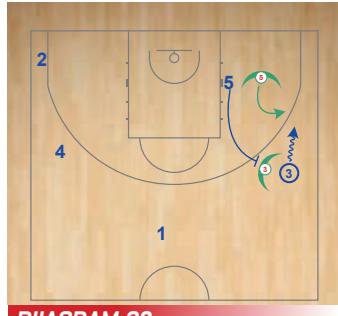
Ukoliko personal našeg tima nije poput sastava kakav ima, recimo, Boston (gde svi mogu da preuzimaju u igri 2:2), i ako već ne možemo da koristimo „Switch“ odbrane (koje ja lično smatram najboljim jer nose najmanje rizika, gde nema puno pomoći i rotacija), onda se u tom slučaju moramo odlučiti za neke druge vidove odbrane pika. Udvajanju pribegavamo iz prostog razloga – hoćemo da lopta napusti ruke vanserijskog igrača. Ono ćemu težimo u našim „Blitz“ odbranama na piku jeste da, nakon što udvojimo driblera, ne dozvolimo napadu da nas previše raširi po terenu. Takođe, ako posmatramo NBA utakmice, primećujemo da će se igra u poslednjih nekoliko minuta svakog meča svesti na jedan od dva napadačka kocepta – P'n'R na vrhu reketa ili izolacije u igri 1:1. Ako se određeni tim u odbrani odluči da vrhunskog napadača brani svojim konvencionalnim, manje agresivnim odbranama od pika – ti vanserijski igrači će doći do dobrog šuta i, na kraju, vrlo verovatno i poentirati. Daљe, izazov za trenera je kako da napravi balans između svojih „regularnih“ odbrane (u kojima tim treba da bude odličan) i onih „radikalnih“, kakvo bi bilo udvajanje na piku. Za nas su „regularne“ odbrane bile preuzimanje svih pikova od 1 do 4, i sa peticom „Drop“ za blokade na vrhu i „Down“ za pikove na strani. Protiv vrhunskih igrača ove odbrane jednostavno ne daju rezultate: Dončić će kazniti svaki naš pokušaj „Dropa“ na visokom P'n'R-u.

Opet, protiv kog god ili kojih god igrača mi igrali odbranu P'n'R, trudimo se da napadu oduzmemos otvorene šuteve u ritmu od strane driblera, blokera ili igrača na prvom pasu. Uopšteno govoreći, ovo je naš prvi i osnovni postulat u odbrani pika.

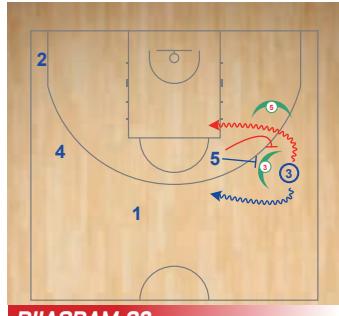
Predimo sada na konkretnе zadatke koje naši igrači imaju u odbrani igre 2:2 na strani. Na **dijagramu 1** imamo situaciju jednog od uobičajenih napadačkih sistema, gde spoljašnji igrači najpre jedan s drugim razmenjuju blokadu, a potom izlaze na suprotne strane terena. Napad dalje ima tendenciju da odigra pik na strani. Pretpostavimo da je u ovoj situaciji igrač napada O3 taj koji je



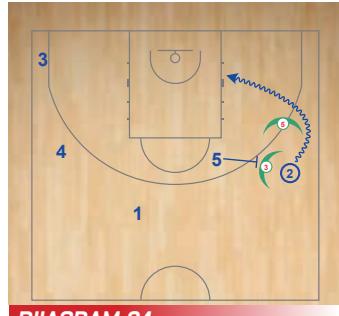
DIJAGRAM 01



DIJAGRAM 02



DIJAGRAM 03



DIJAGRAM 04

zapravo vanserijski, recimo Dončić. Naš visoki X5, čim vidi da njegov O5 ide na krilo da postavi pik, u tom trenutku poziva „Down! Down! Down!“. To je signal za našeg X3 da izvrši usmeravanje driblera nadole, odnosno ka čeonoj liniji, gde ga u pomoći čeka defanzivni X5.

Naš defanzivni X5 mora da dođe do blokade zajedno sa svojim blokerom O5, jer ukoliko kasni – O3 s loptom će nakon pika probiti ka sredini i odatle može da kreira (**dijagram 3**). S druge strane, odgovornost X3 je da ne dozvoli dribling ka sredini, jer svaki dobri napadači će u ovoj situaciji (čim primete iole agresivnog X5 koji se približava po boku) pokušati da loptu dovedu tamu gde je komfornej i manja gužva, što bi u ovom slučaju bila sredina.

Ono što, recimo, Irving radi češće nego Dončić jeste da obilazi oko centra i napada čeonu liniju prudrom (**dijagram 4**). Odatle mu se pružaju brojne mogućnosti za realizaciju ili izlazno dodavanje. Ova opcija je daleko najpodesnija i mi kao odbrana želimo da po svaku cenu sprečimo te prodore oko, praktično, obojice naših igrača na piku. Tu je za sprečavanje prodora najveća odgovornost na našem X5, koji mora pravovremeno da stigne „s blokadom“, a potom i da ispravnom igrom u odbrambenom stavu zatvori eventualnu liniju prodora ka čeonoj. Koliko god se na prvi pogled ovaj zadatak činio teškim za X5 – mi smo zapravo imali uspeha koristeći čak i Jao Minga u ovim opcijama. Vučević je, na primer, bio izvanredan u ovim lateralnim kretnjama i uspešno je zatvarao sve te eventualne prodore.

Od ogromne je važnosti da obe odbrambene igrače na piku, onog trenutka kad smo započeli udvajanje (sa svim pravilima trapa: sastavljeni stopala, položaj kukočeve i slično), pre svega izvrše ispravan pritisak na dodavanje iz pika. Ono što visoki dribleri s dobrom kontrolom lopte i velikim rasponom ruku (poput Dončića ili Lebrona) žele da urade jeste da rano, odmah nakon udvajanja, pronađu dva pāsa pogubna po odbrani: dodavanje svome blokeru iz pika na kratki rol ili najdalji pas u korner na strani pomoći (**dijagram 5**). Stoga mi insistiramo da eventualna izlazna dodavanja iz pika koji udvajamo budu kad igraču na prvom pasu (**dijagram 6**, u ovom slučaju O1). Čak i ta dodavanja želimo da otežamo u smislu da ne bi trebalo da budu pravolinijska i oštara, već eventualno lob-pas (**dijagram 6** – crvenom bojom) ili pas iz pivota (plavom bojom). Sporija dodavanja ovog tipa daju vremena ostaloj trojici igrača da se vrate na svoje direktnе markere, nakon što je udvajanjem neutralisana opasnost inicijalne blokade na lopti.

Treba zaključiti da je rad ruku dvojice igrača iz pika jača bitna komponenta svih udvajanja koja radimo. Međutim, naša osnovna ideja nije da udvajanjem pika ukrademo loptu. Mi pre svega želimo da lopta napusti ruke vrhunskog igrača, kao i da mu tim udvajanjem razbijemo napadački ritam,



tam, ne dozvoljavajući protivniku da svojim napadom održi inicijativu, već je mi u stvari preuzimamo na sebe.

Nakon što smo definisali individualne zadatke dvojice odbr. igrača neposredno uključenih u pik, dalje prelazimo na dužnosti ostale trojice. Radi lakšeg raščlanjivanja koristimo osnovne terminološke odrednice za dvojicu na piku kao „pokrivanje“ („Coverage“) i dalje za ostalu trojicu koji igraju „zaštitu“ (Protection). Što se tiče glasovnih poziva i komunikacije u odbrani, odmah nakon što je X5 pozvao „Down“ odbranu za svog X3, mi odmah nakon tog inicijalnog poziva moramo verbalno da definisemo ko je zadužen za kontrolu dubine. Naš poziv za tu dužnost je „Low man! Low man!“ i to je igrač koji je u trenutku trapa najdalji od lopte (**dijagram 7**), u ovom slučaju X2. Primećujemo da preostala trojica odbrambenih faktički zauzimaju zonski položaj u trouglu i ovde smo pre svega orijentisani na kontrolu reketa – ne želimo dodavanja koja dolaze na igrača blizu koša, gde nakon tih pasa obično slede faulovi – a osvrnuli smo se još na početku kolika je uspešnost poseda koji rezultiraju faulom odbrane.

Nakon što smo uspeli da zatvorimo sredinu reketa skupljanjem i zoniranjem na strani pomoći, dalje želimo da lopta, nakon što je napustila ruke najboljeg igrača, sporo kruži po perimetru i da do najdaljeg kornera dođe što kasnije (**dijagram 8**). Težimo da usporimo napad jer na taj način trojica igrača koji su prethodno zonirali imaju vremena da se vrate na svoja mesta i u kontrolu svojih direktnih ljudi. Pritom, svaki agresivni prilazak igraču s loptom, a u slučaju da dolazi do novog dodavanja – mora biti praćen zauzimanjem pozicije za pomoći na eventualni probor (crveno u stavu).

Naša osnovna ideja nije da udvajanjem pika ukrademo loptu. Mi pre svega želimo da lopta napusti ruke vrhunskog igrača, kao i da mu tim udvajanjem razbijemo napadački ritam, ne dozvoljavajući protivniku da svojim napadom održi inicijativu, već je mi u stvari preuzimamo na sebe



DIJAGRAM 08



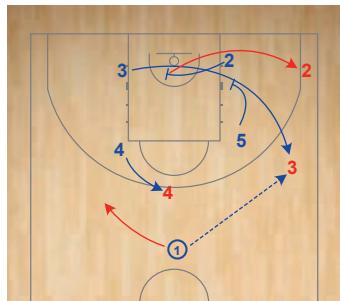
DIJAGRAM 05



DIJAGRAM 06



DIJAGRAM 07



DIJAGRAM 09



DIJAGRAM 10



DIJAGRAM 11



DIJAGRAM 12



DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 14

U narednoj situaciji ćemo se osvrnuti na opciju kad do pika dolazi na krilu, a pritom je popunjeno korner na strani lopte. Napad kreće iz svoje regularne formacije (**dijagram 9**) i O3-Dončić i O2 popunjavaju krilnu poziciju i korner redom. Ovakav raspored se u NBA naziva „Angle P'n'R”, i mi u ovim situacijama ne radimo udvajanje. X2 iz kornera je taj koji mora da dà glasovnu komandu „korner popunjeno” („Corner filled! Corner filled”), i to je za dvojicu iz pika (X3 i X5) signal da ne rade „Blitz”, već samo „Drop” i kontrolu driblera (**dijagram 10**). X1 kao najdalji od lopte u trenutku prvog pika postaje „Low man” i zadužen je za kontrolu dubine. S obzirom na to da je prvi pik neutralisan, lopta se prenosi na O4 i on je dalje distribuiran na stranu za nastavak.

Prepostavimo sada da je taj drugi napadač O1 na strani Kajri Irving i da je naša strategija bila da sve pikove s Dončićem i Kajrijem udvajamo. S obzirom na to da korner na strani pika nije popunjeno, možemo da udvojimo ovaj naredni pik s Kajrijem. Nakon što izvršimo „Blitz”, preostala trojica na strani pomoći zoniraju prema već prethodno utvrđenim principima (**dijagram 11**).

U nastavku ćemo se osvrnuti na situacije visokog P'n'R-a. Napad ima loptu na vrhu i iz prikazanog rasporeda ulazi u igru 2.2 (**dijagram 12**), gde bi taj dribler O1 bio, recimo, Irving. Isti set pravila važi za „Blitz” odbrane kakve smo imali na strani. Međutim, ovde sada imamo nešto izmenjene inicijalne položaje dvojice na piku X1 i X5 (**dijagram 13**): najpre, bek X1 ne otvara stav ka piku koji dolazi, već ostajemo u konvencionalnom paralelnom stavu. Takođe, X5 ostaje u „Flat” odbrani (kreće se lateralno ka bočnoj liniji) sve dok njegov X1 ne izđe iz blokade i onda zajedno ulaze u trap. X2 iza pika postaje „Low man” i on je taj koji kontroliše duboki rol. X4, na prvom pasu na strani pomoći, kontroliše rol do nivoa bacanja.

Prepostavimo sada da igramo protiv Boston, gde je par napadača na piku Tejtum kao dribler i Horford kao bloker. Al Horford ima mogućnost pik-en-popa i otvara se nakon svog bloka u širinu (**dijagram 14**). Mi više nismo prinuđeni da branimo reket i dubinu, sada za nas najviše opasnosti dolazi s perimetra. U tom slučaju otvaranja blokera u širinu rotiramo po perimetru po principu „prvi do lopte” i X5 će, nakon originalnog trapa, biti taj koji se vraća u dubinu i kontroliše reket za sve eventualne prodore nakon prilazaka po perimetru.

Timovi, a naročito kvalitetni timovi kao Boston i kvalitetni igrači kao Horford, ponekad će nakon popa blokera igrati kontraintuitivno, gde ne prenose loptu po inerciji na drugu stranu (**dijagram 15**), već nastavljaju pasom u korner na strani lopte (strani odakle je bloker sâm i krenuo). U tom slučaju, X3 i X5 razmenjuju dužnosti rotacija, gde X3 pokriva svoj originalni korner, dok X5 nakon trapa ide u sredinu reketa za kontrolu dubine.



Takođe, koristimo koncept udvajanja koji smo nazivali „Switch into Fire”. Napad ulazi u visoki P'n'R, i mi preuzimamo sa X1 koji, prema svim principima Switcha (**dijagram 16**), ide ispod bloka i predaje rolera O5 svom X4. X5 ostaje na dribleru i ne dozvoljava prodror. U nastavku, naš X1 nakon preuzimanja odlazi u trap sa X5 i mi smo faktički iz preuzimanja prešli u našu regularnu odbranu udvajanjem pika. Bitno je istaći da X1 ne odlazi u udvajanje ukoliko je O1 sa loptom pasivan ili je daleko od linije za 3 poena – naša je ideja da udvojimo samo u slučaju da dribler zaista i ima nameru i mogućnost da kazni „Mismatch” sa našim X5.

Ako se opredelimo da u igru našeg tima implementiramo „Blitz” odbranu, moramo biti spremni da će u početku (i tokom priprema i treninga) biti mnogo grešaka, konfuzije, kašnjenja, faulova ili primljenih poena. Ipak, kao i za sve stvari u košarci koje iziskuju vreme, moramo biti strpljivi, pritom insistirajući na detaljima, na pravovremenoj i predefinisanoj komunikaciji, na energiji izvođenja i koncentraciji. S druge strane, mi kao treneri moramo vladati si najsitnijim pojedinostima onoga što tražimo od igrača. Udvajanja na piku jesu radikalne i agresivne odbrane, koje nose izvesni rizik – ali se taj rizik da svesti na najmanju moguću meru ako se opcije dobro uigraju. Stoga mi, treneri, moramo biti precizni sa svojim zahtevima, precizni sa sredstvima koje koristimo kako bismo došli do cilja. Na kraju, nije važno koliko trener zna o nečemu – važno je koliko igrači poznaju datu materiju. ●

Priredio Aleksandar Virijević,
viši košarkaški trener



DIJAGRAM 15



DIJAGRAM 16



DIJAGRAM 17



