

TRENER

broj 124
april 2025.
godina **XXIX**

magazin udruženja košarkaških trenera



POHOD KA VRHU EVROPE



Marina Maljković

Svetislav Pešić

**Težim
putem
do cilja**

**Na EP nas
čeka SP
u malom**

Nenad Krstić, potpredsednik KSS za mušku košarku

**Pažljivo smo odabrali
svakog selektora**





*Ove godine otvaramo
24. Beogradsku
košarkašku kliniku
– Dušan Ivković sa
Sašom Obradovićem,
jednim od najcenjenijih
srpskih trenera.
Njegovo ogromno
međunarodno iskustvo
pružiće vredan uvid u
savremeni koučing*



*Trener Crvene zvezde
Joanis Sferopulos prvi
put ove godine biće
među predavačima
na 24. Beogradskoj
košarkaškoj klinici
– Dušan Ivković. Jedan
od najjementnijih
trenerskih semniara
u svetu održaće se
28. i 29. juna u hali
„Aleksandar Nikolić”*



Vreme za novi iskorak



Svim članovima našeg udruženja, već decenijama je prihvaćen princip funkcionisanja, da svaka godina mora biti uspešnija od prethodne, a ona koja dolazi mora biti još kvalitetnija od ove.

Sve to lepo zvuči i lako je izgovoriti ili napisati, međutim, sve se meri rezultatom i tu greške i improvizacije nema. Čitaocima ovog magazina poznato je koje smo uspehe postizali prethodnih godina. Prošle – posebno. Svakog člana UKTS ta činjenica mora dodatno da motiviše i podstiče da ozbiljno prihvate sve obaveze i izazove koji su pred nama. Možda je prva: poštovanje obaveza proisteklih iz našeg najvažnijeg dokumeta, a to je Statut Udruženja.

Istovremeno, bez obzira što smo autonomni u obavljanju svojih obaveza, a to je pre svega stručno usavršavanje trenera – članova UKTS, imamo šansu da saradnju sa KSS podignemo na još viši nivo. Naravno, nije samo reč o obostranoj koristi, već je to za dobrobit naše košarke. Takođe, posebno smo apostrofirani, od Ministarstva sporta, za jednu od najuspešnijih organizacija u primeni i poštovanju Zakona o sportu. No vratimo se Košarkaškom savezu, čiji smo sastavni deo. Sama činjenica, da je predsednik Čović, na samom početku učinio veliki napor da sa našim članom – Svetislavom Pešićem, postigne dogovor o nastavku saradnje, pa do reči koje je, prilikom inaguracije Karija, izrekao o značaju uloge trenera u našoj košarci i te kako nas, uz zahvalnost i obavezuju. Pomenimo i činjenicu da je, posle višegodišnjeg insistiranja iz Udruženja, prvi put prilikom izbora najboljeg igrača i igračice biran i izabran

i najbolji trener godine. Sada je red na nas i izvršenje obaveza koje smo zacrtali, jer smo time dobili novi vetar u leđa, od prvog čoveka KSS.

S toga, obezbedili smo organizaciju Trenerskih dana „Borivoje Cenić“ u hali „Ranko Žeravica“. Pred nama je, izuzetno značajan, naš najeminentniji stručni seminar: Beogradska klinika „Dušan Duda Ivković“. Seminar koji je postao istinski brend, ne samo našeg udruženja, već naše košarke i u svetu dodatno afirmisao Srbiju kao „Zemlju košarke“. Uostalom ponovimo, osnovni smisao našeg udruženja, a to je – stručno usavršavanje. Mada su naši treneri, već decenijama, izuzetno cenjeni u svetu i to naročito oni koji su podizali i razvijali košarku, ne samo u Srbiji već i u velikom broju zemalja, istovremeno, naročito naši mlađi treneri, često u svojim klubovima nemaju odgovarajući tretman. Tu nam je potrebna podrška KSS, pa zašto da ne i samog Ministarstva sporta. Bez obzira na dobru volju svih tih institucija, verovatno prvi potez u stvaranju pristojnih uslova za to možda moramo učiniti sami. O tome moramo misliti svi. Možda je vreme za „vaskrsenje“ ideje o stvaranju Sindikata Udruženja košarkaških trenera Srbije. Ideja nije nova, ali je svakako dobra. Mi imamo sve uslove da takav sindikat bude prihvaćen od nadležnih u Srbiji. Verovatno bi u tom slučaju imali veći legitimitet i zakonsku podršku da tamo gde je našim trenerima potrbno – pomognemo.

S obzirom da smo, pre svih, sami sebi postavili visoke ciljeve i da lestvicu svake godine podižemo za bolje rezultate, eto obaveza koliko hoćete. Uostalom, od stare slave se ne živi i novo vreme donosi neke nove obaveze za svakog člana našeg udruženja. ●

Impresum

ISSN 2812-7986

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

Na EP nas čeka SP u malom

- Ni na jednom EP nije bilo toliko kandidata za medalje i ovo je, zapravo, Svetsko prvenstvo u malom. Na poslednjem SP su u finalu igrale Nemačka i Srbija, a na Olimpijskim igrama su od četiri najbolje ekipe, tri bile iz Evrope: Francuska, Srbija i Nemačka. Osim tih timova, imamo još najmanje šest kandidata za odličje na ovogodišnjem prvenstvu. To će biti za nas ogroman izazov i konkurencija



GRUPE NA EP I RASPORED MEČEVA SRBIJE

Žreb grupa za EP 2025. obavljen je 27. marta u Rigi, a srpska reprezentacija je smeštena u **grupu A** sa selekcijama Portugala, Estonije, Letonije, Turske i Češke.

Grupa B: Nemačka, Finska, Velika Britanija, Litvanija, Švedska i Crna Gora.

Grupa C: Kipar, Italija, Gruzija, Španija, Grčka i Bosna i Hercegovina.

Grupi D: Island, Francuska, Slovenija, Poljska, Belgija, Izrael.

Objavljen je i raspored mečeva uvodne faze šampionata, pa je poznato da će „orlovi“ pohod na medalju početi duelom sa Estonijom 27. avgusta. Meč s Portugalom je na programu 29. avgusta, s Letonijom 30. avgusta, sa Češkom 1. i sa Turskom 3. septembra.

Kod njega nema mistifikovanja ni uljuljivanja na lovorikama slave. Prirodno i racionalno gleda na uspešnu prošlost, bližu i dalju, a isto tako i na predstojeće izazove. Ništa ne prepušta slučaju, za sve se temeljno priprema i isto tako spontano ubira plodove rada. Naravno, reč je o trofejnom srpskom selektoru Svetislavu Pešiću.

Osvajanje bronzne na Ol u Francuskoj i overa vize za EP 2025, pre roka, obeležili su 2024. godinu, a novu je iskusni trenerski vuk dočekao kao zapeta puška. Još u novembru je najavio nastavak jasne strategije, razigravanje kandidata za državni tim u februarском kvalifikacionom prozoru, koji nije imao zvaničan takmičarski značaj, i govorio o pripremama za EP, koje je na programu od 27. avgusta do 14. septembra u Letoniji, Poljskoj, Finskoj i na Kipru, a završnica se igra u Rigi.

U kvalifikacijama je sve proteklo očekivano, reprezentacija Srbije je i posle februarских mečeva s Finskom i Gruzijom (koju uspešno vodi naš Džile) ostala neporažena u grupi G, što je pošlo za rukom samo Letoniji u grupi C i Francuskoj u grupi E.

Ubrzo je u Rigi obavljen i željno očekivani žreb grupa za EP, koji je smestio našu selekciju upravo u Rigu, u grupu A, s nacionalnim timovima Portugala, Estonije, Letonije, Turske i Češke.

- Ni na jednom EP nije bilo toliko kandidata za medalje i ovo je, zapravo, Svetsko prvenstvo u malom. Na poslednjem SP su u finalu igrala dva evropska predstavnika, Nemačka i Srbija, a na Olimpijskim igrama su od četiri najbolje ekipe, tri bile iz Evrope: Francuska, Srbija i Nemačka. Osim tih timova, imamo još najmanje šest kandidata za odličje na ovogodišnjem prvenstvu. To će biti za nas ogroman izazov i konkurencija - bila je prva reakcija Svetislava Pešića.

Proslavljeni strateg je prokomentarisao i srećnu okolnost da će naša reprezentacija tokom EP sve vreme boraviti u Rigi.

- Iz ove perspektive je dobro što ćemo sve vreme biti u Rigi, da ne moramo da putujemo s jedne na drugu stranu kontinenta. Ukrštamo se s najjačom grupom. U našoj grupi su i Letonija i Estonija, koje će biti potpomognute domaćim navijačima. Letonija je, naravno, favorit u našoj grupi. Turska ima izvanrednu reprezentaciju i ona je među kandidatima za medalju. Za nas će biti izazovno to što se ukrašamo savrlo jakom grupom u kojoj su Litvanija i Nemačka.



Popularni Kari s razlogom poziva na oprez i ukazuje na bitne činjenice:

– Sigurno ćemo se kvalifikovati u osminu finala, ali je važno s kog mesta u grupi i s kim ćemo se ukrstiti i to tako treba gledati. Ne treba posmatrati žreb samo kroz prvih pet protivnika u grupi, već i s kim posle igramo. Poznati smo po tome da sve unapred predviđamo, ja nisam takav. Znam samo jednu stvar, a to je da ćemo napraviti dobar plan priprema i da ćemo izabrati protivnike koji nam odgovaraju, da ćemo otići na prvenstvo sto odsto pripremljeni. Naravno, zdravlje igrača biće na prvom mestu, sve ostalo ne zavisi samo od nas.

Bez sumnje, tim Srbije je jedan od glavnih favorita, ako ne i najveći, o čemu govori i podatak da ga nijedan od četiri domaćina takmičenja nije uvrstio u svoju grupu. Evo kako su pred žreb iskoristili mogućnost izbora: Letonci su odabrali Estoniju, Finci Litvaniju, Kiprani Grčku, a Poljaci Islandane.

Podsećanja radi, reprezentacija Srbije je superiorno izborila učešće na EP još u novembru, kada je u četvrtoj utakmici kvalifikacija u prepunoj dvorani „Aleksandar Nikolić“ savladala Dansku – 98:51. Tada je selektor Pešić izjavio:

– Za nas su sve utakmice važne, nemamo puno prilika za provere, posle kvalifikacija do priprema za Evrobasket praktično nemamo nijednu. Zato gledamo da završimo što više stvari, a to je da pripremimo ekipu za preostale dve kvalifikacione utakmice i da nekim igračima damo mogućnost da osele reprezentaciju, da treniraju i igraju. Imamo i mnogo igrača koji su bili u mlađim reprezentativnim kategorijama.

Iako nije imao takmičarski značaj, februarski prozor za Pešića nije bio revijalan. Daleko od toga. Jasno je poručio da iz preostalih susreta mora da se izvuče što veći benefit. Prva prepreka, Finska, savladana je u Helsinkiju (105:95), a druga, Gruzija (63:54), u Beogradu, ponovo u krčatoj dvorani „Aleksandar Nikolić“.

S respektom je selektor Pešić govorio o Fincima i pre i posle susreta, pomenuo njihovu specifičnu igru s mnogo tranzicije i šuteva s distance i ukazao na značaj igre u odbrani. Nešto slično je poručio i po završetku susreta s Gruzijom:

– Videli smo da je tim Gruzije uigran, zna kako šta da brani i to veoma agresivno reaguje na našu organizaciju igre. Nismo bili sjajni u napadu, ali smo pronašli identitet u odbrani. Uvek kažem da u reprezentaciji moramo da negujemo standarde odbrane. Bez toga igrači ne mogu da napreduju, pogotovo mladi. Proveli smo pre utakmica sa Finskom i Gruzijom 70 odsto vremena u tom sistemu, više smo radili na odbrani.

Naravno, nije propustio da se osvrne i na mlađe igrače, koje je testirao tokom kvalifikacija.

– Pozvali smo te momke da kroz utakmice i kroz treninge osele reprezentaciju, a da ih vidimo i mi kako se snalaze. Jedna stvar je klub, a drugo je trening i rad direktno s njima. Važno je i za njih i za nas, da dobiju dodatnu motivaciju i nastave da dobro rade i slušaju trenere u klubovima. Mladi igrači su kao trske, brzo rastu, ali se lako polome. S njima mora da se radi pažljivo. Da ih čuvamo i da im dajemo šansu. Njima je rečeno da moraju da nauče da treniraju, jer vrhunski igrači razlikuju trening i utakmicu. Ne možeš da napraviš karijeru na visokom nivou ako ne shvatiš da je trening najvažnija stvar.

Do starta EP preostalo je nešto manje od pet meseci, a mediji uveliko licitiraju u kakvom sastavu će Srbija da učestvuje.

– Ne mogu ništa konkretnije da kažem na tu temu. Ne bih želeo da bude prevelikih promena u odnosu na poslednje tri godine, nema ni razloga. Biće promena sigurno, ali nemamo vremena za eksperimente. Daleko je kraj klupske sezone, samo zdravlja da bude. Videćemo, u kontaktu smo sa svim igračima. Što je najvažnije, u našem timu vlada jedinstvo. Petrušev nije igrao protiv Gruzije, ali je pred početak i posle utakmice bio u svlačionici, Bogdanović je zvao da čestita... To je mnogo lepo, zvao je i posle meča u Finskoj – istakao je Pešić.

Dakle, pred nama je „operacija Riga“. Raduje zajedništvo „orlova“ po principu „svi za jednog, jedan za svi“ i što selektor s nesmanjenom energijom svakodnevno radi na „priprema za pripreme“ i, naravno, ne odustaje od prepoznatljive strategije i filozofije. Ceni umetnike pod obručima, ali više voli ratnike, jer su „ratnici uvek spremni da daju sve“. Jedan je Kari i neponovljiv... ●

N. V. T.

SVI HOĆE DA SPARINGUJU SA „ORLOVIMA“

Na adresu KSS su još zimus stigle brojne ponude za sparringovanje, s obzirom na to da je srpska selekcija već u novembarskom prozoru završila posao u vezi s plasmanom na EP. Sa „orlovima“ u pripremnom periodu žele da odmere snage reprezentacije Nemačke, Grčke, Španije, Francuske...

– Počnemo pripreme 28. jula. Već smo analizirali neke pozive za trening utakmice, ali još nismo odlučili s kim ćemo igrati. Procenićemo da li nam ti pozivi odgovaraju. U nedelji pred odlazak na EP ćemo igrati dve utakmice ovde. Sigurno ćemo odigrati jednu utakmicu u Beogradskoj areni uoči polaska na šampionat, to je već tradicionalno. Ranije smo se dogovorili da posle sedam-osam dana priprema odigramo meč zatvorenog tipa s Poljskom. Što se ostalog tiče, o tom potom – poručio je Pešić.

JAKA LIGA STVARA ASOVE

Selektor Svetislav Pešić je nedavno u Užicu posetio klub Slobodu i održao javni čas košarke. U dvorani „Veliki park“ je bilo skoro 2.000 posetilaca, ljudi iz struke i mnoštvo ljubitelja košarke.

– Svi treneri, ako žele da budu uspešni i da napreduju, moraju da budu svesni da se košarka menja u svakom smislu. Potrebno je svakodnevno učenje, trener mora da pronađe nove metode, da prilagođava svoju filozofiju. Zato je vrlo važna edukacija. Iz tih razloga sam došao da podelim znanje i iskustvo – istakao je Pešić i osvrnuo se na neophodnost jačanja domaće lige. – Najvažnije je da KLS preraste u profesionalno takmičenje bez stranaca, u kom će da igraju naši mladi igrači. KLS bi trebalo da im bude motivacija, da u njoj pretvore talenat u kvalitet. O tome se govori na svim nivoima, posebno u samom vrhu KLS. Sve te ideje i planove treba realizovati što pre, nadamo se u ovom olimpijskom ciklusu. Bez adekvatnog sistema takmičenja ne možemo da očekujemo dobre rezultate, a kamoli da pravimo vrhunske igrače.



Težim putem do cilja

Neki potpuno novi tim je počeo da piše svoju priču. Priču koja se nastavlja na Evropskom prvenstvu od 18. do 29. juna u četiri zemlje: Grčkoj, Češkoj, Nemačkoj i Italiji. Voljom žreba, najbolje košarkašice Srbije prvu rundu igraju u Bolonji, gde će im protivnice biti selekcije Italije, Litvanije i Slovenije



SISTEM TAKMIČENJA

Posle prve runde takmičenja po dve najbolje ekipe iz svih grupa plasiraće se u četvrtfinale. Ukrštaju se A i B, odnosno C i D grupa.

Prva eliminaciona runda, kao i sve sledeće utakmice razigravanja za plasman i borbe za medalje, igraće se u Pireju.

B GRUPA (BOLONJA)

Slovenija
Srbija
Italija
Litvanija

▶ Prvo kolo (18. jun)

Slovenija – Litvanija
Srbija – Italija

▶ Drugo kolo (19. jun)

Italija – Slovenija
Litvanija – Srbija

▶ Treće kolo (21. jun)

Slovenija – Srbija
Italija – Litvanija

Tog 28. juna 2015. godine Srbija je u finalu Evropskog prvenstva u Budimpešti pobedila Francusku (76:68) i osvojila prvu zlatnu medalju u istoriji naše zemlje, ma kako se ona kroz istoriju zvala. Naravno, kada su košarkašice u pitanju.

Istovremeno, to je značilo početak jedne genijalne priče, još genijalnije generacije. Uspesi su se nizali. Osvajale su se medalje. Srpske košarkašice su Evropu pokorile i šest godina posle Budimpešte – u Valensiji 2021. Između toga su osvojile i dve bronzane medalje. Olimpijsku u Riju 2016, pa i 2019. na Evrobasketu u Beogradu. Tri puta zaredom igrale na Olimpijskim igrama.

Krenule su iz minusa, došle do najvećih visina. I čuvaju svoje mesto među najboljimima.

Ali ma koliko da je bila genijalna, toj priči je došao kraj. Logično, glavne junakinje su se s godinama menjale, dok neke sasvim druge nisu sasvim preuzele taj "parquet koji život znači". Već u novembarskom prozoru kvalifikacija za Evropsko prvenstvo 2025, na utakmici protiv Portugala u Beogradu, u timu nije bila baš nijedna igračica iz Budimpešte.

Neki potpuno novi tim je počeo da piše svoju priču. Priču koja se nastavlja na Evropskom prvenstvu od 18. do 29. juna u četiri zemlje: Grčkoj, Češkoj, Nemačkoj i Italiji. I to tačno deset godina posle tog istorijskog uspeha u Budimpešti. Kako je slučaj sjajno udesio.

Voljom žreba, najbolje košarkašice Srbije prvu rundu igraju u Bolonji, gde će im protivnice biti selekcije Italije, Litvanije i Slovenije.

Srbija je na žrebu bila među nosiocima, krenula je iz prvog šesira. Ali ne bi se baš moglo reći da je imala sreće. Biće vraški teško doći do četvrtfinala.

Ali kako i selektorka Marina Maljković u komentaru svakog žreba kaže, to nije nešto na šta smo mogli da utičemo. Tako je kako je. Nije vredno priče. Mnogo je važnije da najbolje moguće uradimo ono što je do nas. Da kontrolisemo ono što je u našim rukama.

S tim u vezi – ženska reprezentacija Srbije je već godinama poznata kao tim koji prvi počinje pripreme za velika takmičenja i kroz njih prođe i najveći broj igračica. To je način da se potencijalne reprezentativke uključe u rad seniorskog tima kako bi kasnije, kada dođe vreme za to, lakše uskočile u patike nekih iskusnijih. Da te prirodne promene ne budu mnogo bolne.

Tako je bilo do sada, tako će, nema dileme, biti i ovog puta. A uvek kada bi imale dovoljno vremena za rad, pod uslovom, naravno, da ih i povrede zaobiđu, naše košarkašice bi i na takmičenju izgledale dobro. Umele su da idu i preko očekivanja.

Na tu priču se dalje nadovezuje i taj momenat da Evropsko prvenstvo počinje već polovinom juna i mnoge od naših košarkašica na pripreme će doći odmah po završetku klupskih sezona. Većita dilema – da li je bolje tako ili da imaju celo leto za odmor, pa pravo s velikog takmičenja da odu u klubove. Ali to nije tema ove priče.

Najvažnije od svega je da temelj ove nove priče bude čvrst. Dobar. Od prvog dana priprema. Tako je lakše graditi ono što je potrebno za veliko takmičenje.

Gde nas još jednom čeka izuzetno težak posao.

Sa ove distance teško je bilo šta predvideti, jer nije poznato u kojim sastavima će timovi doći. Ali ako bi trebalo praviti nekakvu analizu rivala, moglo bi se reći sledeće:

● Italija

Domaćin je. Na njenoj strani biće sve što ima veze s tim. I baš protiv njih Srbija će startovati na predstojećem Evropskom prvenstvu. Italija je trenutno 16. tim na FIBA rang-listi, prethodni Evrobasket završila je na devetom mestu, i to tako što je u četvrtfinalu izgubila od Crne Gore.

Nije igrala na Olimpijskim igrama, niti na Svetskom prvenstvu 2022. Ali je, svejedno, u prognozama FIBA eksperata bolje kotirana od Srbije. Sve potkrepljeno činjenicama da je Italija osvežila tim novim snagama, koje uz proverene Sesiliju Zandalasini, Matildu Vilju i Jasmin Kis mogu da napadnu čak i poredničko postolje u Pireju.

● Litvanija

Tek 45. selekcija na FIBA rang-listi. Za razliku od muške selekcije, litvanske dame niti su redovne učesnice završnica velikih takmičenja, još manje na njih dolaze – kada dođu – s nekim velikim ambicijama. Ovaj Evrobasket u Litvaniji će sigurno pamtili i po tome što će prvi put na velikim takmičenju biti Juste Jokite, 19-godišnjakinja koja je sa samo 13 godina obukla dres prvog tima. Kadetsku selekciju Litvanije vodila je do srebra na Evrobasketu 2019, da bi tri godine kasnije s juniorkama osvojila zlato, i to tako što je u finalu pobedila Španiju. Iako jedna igračica nikada ne čini tim, s njom Litvanija dobija mnogo.

● Slovenija

Dosta razočaravajuće Evropsko prvenstvo je iza Slovenki. Takmičenje koje su 2023. organizovale završile su već u prvoj fazi. Bez pobeđe. Svejedno, u novo ulaze s velikim ambicijama. Predviđa im se i borba za odlazak na Svetsko prvenstvo. Naravno, ukoliko prvo ne pobeđe same sebe. Kao što su to uradile pre dve godine u Ljubljani.

Očekuje se da bi Džesika Šepard, naturalizovana igračica, mogla da donese novu dimenziju timu. Uz ve-



teranke Evu Lisec, Teju Oblak i Zalu Friškovec, mnogo se očekuje od Ajše Sivke, jedne od najtalentovanijih igračica u Evropi. Svakako, ozbiljna opasnost za Srbiju. Na FIBA rang-listi Slovenija zauzima 22. poziciju.

Kao nekakav zaključak...

Grupa u Bolonji je najujednačenija na predstojećem Evropskom prvenstvu, što je čini i najtežom. Posebno jer samo dva tima idu dalje. Za razliku od prethodnog Evropskog prvenstva, kada su lideri grupa išli direktno u četvrtfinale, a drugi i treći u baraž, sada nema te međurunde, što sve čini dodatno teškim.

Iskustvo nas uči – naše košarkašice su često baš tim, težim putem dolazile do cilja. Verujemo da ih prepreke ni sada neće obeshrabriti. ●

Biljana Kostreš

BORBA ZA SP

Predstojeće Evropsko prvenstvo u Italiji, Grčkoj, Nemačkoj i Češkoj biće kvalifikaciono za Svetsko prvenstvo, koje se sledeće godine igra u Hamburgu (4-13. septembar). Pet najbolje plasiranih ekipa iz Pireja izborice pravo da se kroz kvalifikacione turnire, februara 2026, bore za mesto među 12 najboljih ekipa sveta. Naravno, ako među tih pet bude Nemačka, u kvalifikacije će ići i šestoplasirani tim Evrobasketa.



„Žučkova levica“ ponovo na Kalemegdanu

Peti put uzastopno trofej pobjednika kupa pripao je Crvenoj zvezdi, koja je disciplinovano izvršavala zamisli trenera Janisa Sferopulosa pa uspeh nije mogao izostati



Iako je finalni turnir kupa odigran još u prvoj polovini februara u Nišu, vredi se podsetiti na najvažnije trenutke tog događaja. Kao što je poznato, trofej Kupa Radivoja Koraća osvojila je Crvena zvezda, pošto je u finalu u produetku savladala Partizan.

Pomalo je u senci ovog velikog uspeha i velikog slavlja prošao još jedan lični uspeh Janisa Sferopulosa, čoveka koji predvodi Crvenu zvezdu drugu sezonu i zaslužan je velikim delom za pobeđe i uspehe tog tima u sezonama 2023/24. i 2024/25.

Interesantno je da je Janis Sferopulos 42. trener koji je predvodio s klupe kao prvi trener crveno-bele. Na toj užarenoj stolici sedeli su od velikana, poput osnivača kluba Nebojše Popovića, profesora Nikolića, Geca, pa preko Ranka Žeravice, Svetislava Pešića, Moke Slavnića, Vladimira Laleta Lučića, Dragana Šakote, Vlade Đurovića, Bate Đorđevića, Strahinje Alagića, Mihajla Pavićevića, Stevana Karadžića, Miroslava Nikolića, Duška Vujoševića, pokojnih Ace Petrovića i Bore Džakovića, i današnjih dana i novijih generacija Trifunovića, Nikitovića, Milana Tomića i Dejana Radonjića.

Dejan Radonjić je rekorder sa 15 osvojenih trofeja na klupi Crvene zvezde i rekorder po broju utakmica koje je vodio kao prvi trener seniorskog tima. Drugi na listi je jedan od osnivača Crvene zvezde Nebojša Popović sa 10. Međutim, iako se prihvatio teškog posla i preuzeo tim u toku sezone 2023/24. i pred dva derbija u Evroligi i ABA ligi, Janis Sferopulos već je treći na listi najuspešnijih trenera Crvene zvezde.

On je, pored pobeđa, gospodskog držanja i odmerenih izjava, doneo i iskustvo, ali i ogromnu energiju i

znanje koje ne vide samo najuži krug ljudi i prvi tim koji s njim svakodnevno sarađuju.

Trener Janis Sferopulos osvojio je četvrti trofej kao prvi trener Crvene zvezde i tako, osim trofejima, svojim ponašanjem i držanjem, doneo ogroman efekat ovom klubu za samo petnaestak meseci na klupi, i stao rame uz rame s najuspešnijim trenerima Crvene zvezde. Janis Sferopulos stigao je u KK Crvena zvezda 22. oktobra 2023. godine, a za Božić 2025. potpisao je novi dvogodišnji ugovor.

Treba reći i ovo: „Žučkova levica“ je peti put uzastopno završila u vitrinama kluba na Malom Kalemegdanu. Otkad se trofej za pobeđu u Kupu tako zove, ovo je u Srbiji deveti trijumf Zvezde, a 14. otkad je klub osnovan. Trofej za MVP igrača pripao je Filipu Petruševu, koji ga je apsolutno zaslužio, baš kao i trener Sferopulos i kompletan stručni štab.

U finalu Zvezda je savladala većitog rivala Partizan. U prepunoj hali Čair, uz (kao i uvek) bučnu podršku navijača oba kluba sa prepunih tribina, crveno-beli su nastavili pobjednički niz. Taj meč predstavljao je vrhunac izuzetno teškog ciklusa u kome je Zvezda odigrala čak osam utakmica u rasponu od samo 16 dana.

Crveno-beli su slavili 89:83 posle produžetka, u regularnom toku bilo je 77:77, a šut za pobeđu sa devet metara sa istekom vremena Nikole Kalinića završio je na obruču. Ušlo se u produžetak, u kome se „pojavi“ Kodi Miller-Mekintajer i sačuvao „Žučkovu levicu“ na Malom Kalemegdanu. U regularnom toku viđena je velika borba, rival je imao najveću prednost od devet poena – 29:20 koja je brzo anulirana odličnom igrom trija Petrušev-Kalinić – Bolomboj. Na poluvremenu je bilo 40:37,





a onda je viđena rezultatska klackalica do samog finiša, promašenog penala Džounsua i produžetka, koji je doneo veliku pobjedu Crvene zvezde, za deveti trofej KRK u Republici Srbiji!

Crvenu zvezdu je sa 18 poena predvodio je Filip Petrušev (MVP), 13 je imao Kenan, 12 Kalinić, 11 Teodosić, a devet Miler-Mekintajer.

MVP Filip Petrušev je posle finala rekao:

– Nisam u životu video ovoliko neizvestan meč. Pravi derbi, najvažnije je da smo pobedili. Do poslednje sekunde je bilo neizvesno, moglo je da ode na obe strane, imali smo malo više sreće, igrali malo bolje i pobedili.

Trofej kapitenima Branku Laziću (koji nije igrao završni turnir zbog povrede) i Luki Mitroviću dodelio je potpredsednik za mušku košarku KSS Nenad Krstić. I slavlje je moglo da počne!

ubedljive pobjede u utakmici koju će, nažalost, obeležiti i teška povreda Ognjena Kuzmića, kome je „propalo“ koleno početkom utakmice i nakon toga se nije vraćao u meč.

Trener Janis Sferopulos je posle plasmana u finale rekao:

– Veoma borben tim je FMP. Agresivni su, nije bilo lako. Korak po korak, kako se utakmica odvijala, počeli smo da igramo dobro defanzivno. Generalno, odbrana je bila dobra. Našli smo dobre pozicije za šut i na kraju stigli do lake pobjede. Finale je finale, videćemo s kim ćemo igrati. Fokusiramo se na svoju igru – zaključio je Sferopulos.

Upravo to što je rekao trener Sferopulos bi mogao biti najbolji zaključak ovog osvrta na finalni turnir u Nišu – fokusiramo se na svoju igru. Bar što se Crvene zvezde tiče. ●

Aleksandar Ostojić



● Put do finala

U četvrtfinalu i polufinalu Crvena zvezda je imala relativno lak posao. Najpre je pobedila čačanski Borac rezultatom 104:70 i plasirala se u polufinale Kupa Radivoja Koraća. Crveno-beli su dobro startovali, ali je Borac pratio na startu i igrao dobro. Međutim, crveno-beli su stekli solidnu prednost od 30:21. Već u 12. minutu bilo je (34:28), pa je trener Sferopulos zatražio tajm-aut. Nakon toga, uz odličnu epizodu Bolomboja i pogotke Dobrića i Nedovića, Zvezda je ubrzo stigla do dvocifrene prednosti (42:30). Od tog trenutka je uvećavala prednost u nastavku. Krajem treće deonice bilo je 63:44, a u finišu utakmice svoju šansu dobio je i Andrej Kostić, i maksimalno je iskoristio. Do kraja utakmice sve je zabrinula povreda Ognjena Dobrića.

Košarkaši Crvene zvezde plasirali su se u finale Kupa Radivoja Koraća, pošto su pobedili FMP 84:63 u polufinalnom meču u niškom Čairu. Pred 3.500 gledalaca u dobro popunjenoj dvorani crveno-beli su kontrolisali meč od početka do samog kraja i potpuno zaslužno stigli do novog finala.

Do kraja treće četvrtine viđena je identična slika: crveno-beli su kontrolisali meč, imali prednost od pet do sedam poena, a onda su u poslednjoj četvrtini ubacili u višu brzinu i uz dobre procenete šuta na kraju došli do

SFEROPULOS O KLJUČNIM MOMENTIMA

Posle finalne utakmice trener Crvene zvezde Janis Sferopulos izašao je pred novinare i objasnio neke stvari:

– Bila je tesna utakmica, derbi. Oni su imali prednost od devet poena na početku, mi smo imali sedam poena nešto kasnije tokom poluvremena, ali posle je bilo sve poen po poen. U produžetku je iskočio Kodi i stvorio poene, ukrao loptu i ti detalji su odlučili. Čestitam mojim igračima na novom trofeju. Nije lako pobediti Partizan dva puta u 15 dana. Za nas je ovo zahtevan meč, jer smo igrali osam utakmica u 16 dana. Prvo u Evroligi, pa onda mečeve na eliminaciju. Od svega toga smo izgubili samo jedan meč. Bilo je naporno, ali smo imali sladak finiš. Čestitam na trofeju celom kolektivu, najpre igračima, a onda i mojim asistentima, doktorima, fizioterapeutima, svima. Posebno je istakao doprinos Ognjena Dobrića.

– Ovaj trofej posvećujemo njemu. Igrao je povređen, nije želeo da ostavi tim na cedilu, čak je primio injekciju kako bi mogao da nastupi. Hvala njemu, doktorima i celom timu – zaključio je trener crveno-belih.

Otkrio je Janis šta mu se ne sviđa:

– Ovo je moj posao, nisam počeo juče, počinjem da razumem jezik. Ne sviđa mi se ovo između navijača, ni u Grčkoj mi se nije svidelo to. Uvrede su lične, preferiram atmosferu bez toga. Nekad ćemo pobediti, nekad izgubiti, bore se svi timovi, sve je deo igre. Imam već toliko derbija u Srbiji, igramo s Partizanom u Evroligi, ABA ligi, Kupu, KLS-u. Imam iskustva iz Izraela i Grčke, derbiji su takvi, atmosfera. Najvažnije je igrati košarku.

Odgovorio je i koliko će ova pobjeda uticati na naredne izazove u Evroligi:

– Kada pobedite glavnog rivala, veliki je uspeh. Evroliga je druga priča, moramo da budemo spremni, ali je vreme za odmor. Idemo utakmicu po utakmicu, proslavićemo ovaj trofej kao da je prvi, pa da nastavimo skromno da radimo.



Sve je krunisano trofejom, čak 16. u prebogatoj riznici kluba na Malom Kalemegdanu. Istovremeno, to je prvi Planojevićev trofej u seniorskoj košarci na mestu glavnog trenera. Svakako da će imati posebno mesto, iako je već istakao da je u sve ovo ušao pun energije i entuzijazma, bez ikakve sumnje u sebe i svoj tim.

Tim koji igra ponaša se najbolje

Za kup kažu da je specifično takmičenje. Da je to mesto gde se iznenađenja dešavaju. Ali pred završni turnir Kupa „Milan Ciga Vasojević“ mogućnost iznenađenja je bila svedena na minimum. Zbog svega što su tokom sezone pružile, činjenice da su jedine igrale u evropskom takmičenju, da imaju – uz sve poštovanje ostalih – i najveći individualni kvalitet, košarkašice Crvene zvezde su bile prvi favoriti.

Taj epitet su i opravdale. Kući su se vratile s peharom, 16. u nacionalnom kupu.

Sve to ne znači da je bilo lako. Nije. To nam je potvrdio i Nemanja Planojević, trener crveno-belih košarkašica.

– Završni turnir Kupa „Milan Ciga Vasojević“ bio je psihološki zahtevan za nas, u smislu velikih očekivanja, a sve zbog igara koje smo pružali do tog trenutka. Osim toga, već u pripremi smo imali problema, neki virus nas je napao, dve nedelje nije nas bilo dovoljno na treningu za pet na pet, skupili smo se tek dva-tri dana pred kup. Zato smo fizički nešto lošije izgledali, ali mogu da budem zadovoljan kako smo to završili – kaže Planojević.

Završili su sa osvojenim trofejom. Do koga su crveno-bele dame došle, reklo bi se, rutinski. Iako Planojević ne voli tu reč.

– U polufinalu protiv Kraljeva odigrali smo dosta dobru utakmicu. Iskreno, bilo je malo i do toga da je Kraljevo u nekom trenutku odustalo, kao da se predalo, pa je krajnji rezultat nerealan. Nismo mi toliko bolji ili smo toliko bolje odigrali. Jednostavno, posle takvog prvog poluvremena, oni kao da su malo i povukli ručnu – ističe Planojević.

Vraćajući film na turnir u Boru, trener Crvene zvezde došao je i do finala – većitog derbija:

– I tada sam rekao, ponavljam i sada – Miljana Bojović radi odličan posao u Partizanu. Crno-bele su i to finale odigrale na visokom nivou, rasterećeno. Krenulo ih je, pogodile su sve. Ne pamtim tačno procenite za tri u prvoj četvrtini, ali znam da su i devojke koje inače ne pogađaju sada ubacivale. Psihološki smo to dobro izneli, ni smo ušli u nervozu. Dobro smo sve iskontrolisali.

Tu je zastao, pa naglasio najvažnije:

– Ideja jeste da budemo najbolji u svemu. Da igramo najbolje, ali i da se najbolje ponašamo. Iako, nažalost, ženska košarka nije previše praćena kod nas, te mlade košarkašice na nas gledaju kao na neke uzore. I to pokušavam da objasnim devojka, da treba da budu pravi uzori, da se najbolje ponašaju. U tome smo uspeali u ovoj utakmici. Imali smo možda jedan trenutak nervoze za 40 minuta. Ponosan sam na to, osim što smo uspeali da osvojimo i trofej.

Pomenuo je da je kup bio psihološki zahtevan. Da li je dodatni pritisak predstavljalo to što je prošle sezone Zvezda ostala bez oba trofeja, što se od ovog tima očekivalo da vrati trofeje na Mali Kalemegdan, pitamo. Planojević kaže:

– Ne! Imali smo letos situaciju da smo renovirali ceo tim posle te neuspešne sezone. I promena trenera je trebalo da donese novu energiju. Nova je i organizacija u klubu, želeli smo da podignemo na viši nivo i rad s mlađim kategorijama, pa i da seniorke napadnu trofeje. Zajedno sa celim timom u sve ovo ušao sam pun entuzijazma i energije. Dobro smo igrali do Kupa, zato su i očekivanja tada bila najveća.

Sve je krunisano trofejom, čak 16. u prebogatoj riznici kluba na Malom Kalemegdanu. Istovremeno, to je prvi Planojevićev trofej u seniorskoj košarci na mestu glavnog trenera. Svakako da će imati posebno mesto, iako je već istakao da je u sve ovo ušao pun energije i entuzijazma, bez ikakve sumnje u sebe i svoj tim.

– Vrlo rano sam počeo da radim, već sa 18 godina. Meni je ovo zapravo 24. sezona, od toga imam i sedam u inostranstvu. Nisam bio nešto previše uzbuđen, niti sam sumnjao kako ću to da iznesem. Mislio sam da sam spreman za tu šansu. Da, neke stvari jesu nove. Prvi put u ženskom timu, u seniorskoj konkurenciji... Ali mislim da sam bio spreman za to. Zadovoljan sam kako sezona ide. Da, imamo kvalitet, ali i igramo dobro. Svi su uključeni...

Sve je išlo lakše jer su u timu i dve, sada već standardne seniorske reprezentativke Srbije. Uz Aleksandru i Ivanu Katanić mlađe su imale dosta toga da nauče.

– Znače, nije lako kada vam dođu, recimo, sestre Katanić, koje već dele minutažu, igraju 18 ili 19 minuta, a da mlađa Milica Dragičević igra 17. Ali one su to sjajno iznele, posebno Aleksandra, koja je kao kapiten sjajno odigrala i tu ulogu. Evo, Ivana je i s tako limitiranom minutažom najbolji asistent lige, druga ispod nje ima duplo više minuta.

Na kraju zaključuje:





- Sve su se pomalo odrekle nečega da bismo svi dobili mnogo.

I dobili su. Baš mnogo. I Planojević je dobio. Već u prvoj sezoni sa seniorkama igrao je Evrokup, u kome je Zvezda takmičenje po grupama završila na drugom mestu, s dva poraza. Stala je u prvoj plej-of rundi, gde je udarila na izuzetno jaki Galatasaraj. Upravo su dve utakmice protiv istanbulskog tima bile su prava nagrada za sve u Zvezdi, kaže njen trener.

- To su nam zapravo bile dve najlakše utakmice. U prvoj smo prvi put imali i pune tribine, sjajnu atmosferu, na šta nismo navikli, što nas je možda malo i sputalo, pa smo energetski najslabije odigrali. Jednostavno, nismo bili navikli na to da se ne čujemo od buke. Ali zato smo u Istanbulu fantastično odigrali, do pred sam kraj bili u igri. To je bila nekakva nagrada za sve što smo uradili.

Često se priča – i istina je – da je nivo kvaliteta Prve ženske lige u Srbiji dosta nizak. U sezoni u kojoj je njegov tim dominirao u ligaškom delu, osvojio Kup, izmerio se i sa nekim evropskim ekipama, kako on na sve to gleda? Planojević kaže:

- Činjenica je da naša liga nije među kvalitetnijim u Evropi. Ali isto tako mislim i da mnogo bolje od rejtinga koji ima. Evo primer, mi smo u finalu Kupa igrali protiv Partizana, koji je ligaški deo završio kao peti, nije se plasirao u plej-of. I bila je baš dobra utakmica. Dali smo maksimum i pobedili 15 razlike. U Evrokupu smo igrali protiv četvrte ili pete ekipe iz Grčke, čiji šampionat zbog Olimpijaka i Panatinaikosa ima bolju reputaciju od našeg, a mi smo njih dobili dva puta po 40 razlike.

Kaže i da je pomak vidljiv.

- Posebno ove godine liga nije bila toliko loša. Tu ima dosta mladih, talentovanih ekipa. Nekad je lakše igrati protiv tima koji ima veći kvalitet nego protiv mlade ekipa koje ima i talenat i energiju do neba. Energetski je vrlo zahtevno takmičenje. Pa u Srbiji imamo jednu Jovanu Popović, koja će biti jedna od najboljih u Evropi.

Osim toga...

- Do sada je svake godine već unapred moglo da se kaže koje tri-četiri ekipe će biti u vrhu, čak i ko će ispasti. Ove godine je sve to dosta dugo bilo neizvesno.

Naravno da može bolje. A postoji i način da bude bolje.

- Kvalitet se diže, ulaže se više. Ljudi počinju da shvataju da u ženskoj košarci s malo novca možeš da napraviš nešto, da dobiješ i neku promociju grada ili ne znam čega... Svima nam je u interesu da liga bude jača. Nisam ja sad neki najbolji čovek na svetu kada to kažem. Jednostavno, svima nama je u interesu da se kvalitet podiže. Jer kada je liga slaba, onda je teže i dovesti kvalitetne igrači u klub, imaš problema da sastaviš tim. Neke iskusnije i za manji novac žele po svaku cenu u inostranstvo, pa i mlađe. Jer to je nekakav simbol uspeha. Razumem sve. Pogotovo mlađe, koje hoće i to iskustvo življenja van Srbije. Zato je svima u interesu da takmičenje bude što kvalitetnije.

Da bi se to desilo, mora da bude i kvalitetniji stručni rad. Ni to nije tajna – u ženskoj košarci u Srbiji nema dovoljno trenera. Planojević ima svoje viđenje.

- Kao što sam rekao da liga nije najbolja u Evropi, bolja je od reputacije koju ima, tako je i u ovom slučaju. Kada bi se malo više novca ulagalo u plate trenera, mnogo bi veći i kvalitet bio. Ja sam jedan od retkih slučajeva koji se iz inostranstva vratio u Srbiju. Čak sam počeo i sezonu u Kuvajtu, ali sam zbog porodice želeo da se vratim. I vratio sam se. Iako sam imao neke ponude iz Kine, čak i letos iz Grčke, takođe ženska košarka je u pitanju, želeo sam da budem u Srbiji.

I te kako je svestan da je to ozbiljan izazov.

- Ljudi za malo više novca idu u inostranstvo, kvalitet se prorođuje i sve se svodi na mlađe trenere, entuzijaste. Ali neće se ni oni tu dugo zadržati. Kada bi se ponudili bolji uslovi, bilo bi bolje. Imamo i to da je dosta dobrih trenera prestalo da se bavi ovim poslom. Recimo, najbolji student iz moje generacije je prešao u neku sasvim drugu branšu. A nije potrebno previše, jer ljudima je najviše da ostanu u Srbiji.

Zaključak je vrlo jasan.

- Da treneri budu poštovani deo društva – poručio je Nemanja Planojević, šef struke košarkašica Crvene zvezde.

Možda odatle da se krene. ●

Biljana Kostreš

CILJ – AFIRMACIJA MLADIH

- Ove sezone smo afirmisali i dve mlade igračice iz našeg kadetskog tima, Sanju Akšam i Milicu Dragičević. Drago nam je da smo i u tom smislu malo popravili reputaciju kluba. Zanima nas razvoj mladih, ali i vrhunskih košarkašica. Naravno, ne možemo svake sezone da promoviramo pet mladih, ali sada smo uspeli da u prvi plan izbacimo dve. Recimo, Sanja Akšam, koja je pre igrala samo kadetsku ligu, dobila je priliku da protiv Galatasaraja u Istanbulu igra 19 minuta, ili 10 u Beogradu... To nam je bio jedan od ciljeva. Pored rezultatskih.



KOŠARKAŠICE CRVENE ZVEZDE ŠAMPIONKE SRBIJE!

Košarkašice Crvene zvezde ponovo su postale šampionke Srbije, pošto su pobedile Kraljevo.

- Sezona se završila na fer način, u smislu da smo stvarno dominirali tokom cele lige, a tako je bilo i u finalnoj seriji. Želim da se zahvalim celom stručnom štabu, pomoćnim trenerim i kondicionom treneru, upravi kluba, fizioterapeutima, svima... - istakao je trener Nemanja Planojević.

Pažljivo smo odabrali svakog selektora

Nenad Krstić ponovo je u srcu sistema srpske košarke – ali ovaj put ne na parketu, već na jednoj od najodgovornijih funkcija. Kao potpredsednik Košarkaškog saveza Srbije zadužen za mušku košarku nekadašnji kapiten „orlova“ vodi računa o generacijama koje dolaze, ali i o najvišim dometima našeg seniorskog tima.

Lider na terenu i van njega. Bogatu karijeru obeležile su medalje, titule i naporan rad. Svakaki problem za njega je zadatak i izazov koji sagledava iz više uglova kako bi pronašao najbolje rešenje i u tome, i danas, često uspeva.

Nenad Krstić ponovo je u srcu sistema srpske košarke – ali ovaj put ne na parketu, već na jednoj od najodgovornijih funkcija. Kao potpredsednik Košarkaškog saveza Srbije zadužen za mušku košarku nekadašnji kapiten „orlova“ vodi računa o generacijama koje dolaze, ali i o najvišim dometima našeg seniorskog tima.

U razgovoru za magazin Trener Krstić otkriva kako je izgledao povratak na novo–staro radno mesto, zašto je izbor selektora mladih kategorija ključan za budućnost, ali i kako vidi predstojeće reprezentativno leto. Govorio je i o saradnji s legendarnim selektorom Svetislavom Pešićem, nastojanjima da se mlađe selekcije što više približe A selekciji, važnosti UKTS-a, te o prvim utiscima sa žreba za Evropsko prvenstvo koje očekuje seniore u avgustu i septembru. Pristojan, iskren, direktan – Nenad Krstić ne beži od odgovornosti i jasno zna šta želi: da se „Bože pravde“ još češće čuje na značajnim takmičenjima.

– Tri godine sam bio u Savezu, od 2019. do 2022. godine, i sada sam se vratio na istu poziciju. Posao je veoma sličan, ako ne i isti. Ostati u košarci posle igračke karijere je za mene lep osećaj. Imperativ i moja želja jesu dobri rezultati – počinje Krstić priču za Trener i ot-

kriva kako je sarađivati s predsednikom Nebojšom Čovićem i trenerskom legendom, selektorom Svetislavom Pešićem: – Stvarno imamo odličnu saradnju. Pre svega s predsednikom Čovićem, koji je dostupan za mnoge stvari, pokušava da pomogne u svakom segmentu. Ima ogromno iskustvo rada u košarci. Pokušavam da učim od njega, da sarađujemo i za ovih više od šest meseci mislim da smo dosta toga uradili. S Pešićem takode imamo dobru saradnju. Pokušali smo ove godine da mladu reprezentaciju povežemo sa seniorskom. Napravili smo da pomoćni trener Marinović bude prvi trener u U20 selekciji. To je nešto što je ranije postojalo i mislim da smo sada uspeali zahvaljujući selektoru, koji nas je potpuno podržao i pomaže u celoj toj priči.

● Nema seniora bez kvalitetnih mladih selekcija

Krstić posebno ističe ulogu selektora Pešića u radu Saveza i objašnjava da je popularni Kari isticao da se rezultati u mladim kategorijama, do U18, često gube već u U20.

– Zato smo i hteli da napravimo konekciju sa A timom, da iskoristimo znanje i autoritet selektora Pešića, da ti igrači iz U20 shvate značaj te reprezentacije. Mnogo puta se dešavalo da nemamo najjaču selekciju na turnirima U19 ili U20, i zato izostaju rezultati. Sad je ideja da pokušamo da to promenimo – ističe Krstić i nastavlja:

– Nas 2026. očekuje četiri ili pet kvalifikacionih prozora. Nema velikog takmičenja te godine poput Svetskog ili Evropskog prvenstva, tako da tu možemo da gradimo tim. Naravno, pored toga je cilj i da se sve mlađe selekcije osećaju lepo, da pravimo dobre rezultate, da imamo kontinuitet na velikim takmičenjima. I zašto da ne, ako postoji mogućnost da se napravi neki ozbiljan rezultat, mi smo uvek spremni, pogotovo jer igramo za reprezentaciju Srbije, a ona mora da bude najbolja moguća.

● Selektori mladih pažljivo odabrani

Krajem februara na redovnoj sednici, održanoj u Kući košarke u Beogradu, Upravni odbor Košarkaškog saveza Srbije imenovao je selektore U18, U19 i U20 muške selekcije, kao i selektore muške i ženske reprezentacije Srbije u basketu 3x3. Krstić objašnjava na koji način je tekao izbor selektora i otkriva razloge za selekciju Marka Marinovića, Vuleta Avdalovića, Saše Nikitovića i Stevana Mijovića.

– Direktor muške seniorske reprezentacije i ja smo, u dogovoru s predsednikom, otišli da posetimo selektora u Minhenu. Razgovarali smo dosta o strategiji i dogovorili se da krenemo od U20 selekcije. Pešić nam je „omogućio“ da imamo njegovog pomoćnika Marka Marinovića, drugog pomoćnika i kondicionog trenera u toj selekciji. Pokazao je veliku

NENAD KRSTIĆ O ZNAČAJU UKTS I SARADNJI SA KSS

Krstić ističe važnost i međusobnu saradnju UKTS-a i Košarkaškog saveza Srbije.

– Udruženje košarkaških trenera Srbije (UKTS) igra ključnu ulogu u razvoju trenerske struke u našoj zemlji. To nije samo organizacija koja okuplja trenere već pre svega institucija posvećena edukaciji, unapređenju znanja i stručnom usavršavanju svih trenera, od mladih selekcija do vrhunskog nivoa. Naš cilj je da obezbedimo kontinuiran razvoj košarkaške struke putem različitih programa, seminara, izdavačke delatnosti i stručne konferencije. Posebno bih istakao Beogradsku košarkašku kliniku „Dušan Ivković“, koja nosi ime jednog od najvećih trenerskih autoriteta u istoriji naše košarke. Dušan Ivković nije bio samo moj trener već i čovek koji je podigao standarde struke i postavio temelje razvoja trenerskog znanja u Srbiji. Ova klinika, kao i brojne druge edukativne aktivnosti koje organizujemo, predstavljaju osnovu za profesionalni napredak trenera i razvoj košarke uopšte – kaže Krstić i nastavlja:

– Pored edukativnih programa, izdavačka delatnost UKTS-a igra važnu ulogu u stručnoj nadgradnji naših trenera. Časopis Trener, kao i brojne knjige i priručnici koje objavljuju, pružaju neophodne informacije i savremene metode rada, omogućavajući trenerima da konstantno unapređuju svoje znanje i pristup igri. Jedan od ključnih faktora uspeha UKTS-a je izuzetna saradnja s Košarkaškim savezom Srbije (KSS). U zajedničkom radu usklađujemo aktivnosti koje su od suštinskog značaja za razvoj trenerske struke, licenciranje trenera i organizaciju edukativnih programa. KSS prepoznaje važnost UKTS-a kao stručnog tela koje aktivno doprinosi razvoju košarke u Srbiji, a naša saradnja se temelji na međusobnom poverenju, zajedničkim ciljevima i posvećenosti unapređenju svih segmenata košarke.

Za kraj Krstić je zaključio:

– Nastavićemo da s UKTS unapređujemo uslove za rad trenera, podižemo nivo edukacije i razvijamo nove programe koji će doprineti još boljoj budućnosti naše košarke. Uveren sam da će saradnja s KSS-om i svim relevantnim institucijama i dalje doprinositi jačanju naše trenerske zajednice i ukupnog kvaliteta košarke u Srbiji.

spremnost da pomogne mlađim kategorijama, što selektor i treba da radi. Marinović je tu, prezadovoljni smo saradnjom. Zatim, U19 vodi Vule Avdalović, koji već ima kontinuitet u radu s nama. On je prošle godine napravio veliki uspeh, drugo mesto. Tu nije bilo puno razmišljanja. Za U18, što je jako važno takmičenje, pokušali smo da pronađemo kandidata s velikim iskustvom, pre svega u radu u klubovima i reprezentaciji. Odabrali smo Sašu Nikitovića. On je već radio četiri-pet godina kao samostalni trener u sistemu reprezentacije, a bio je i koordinator svih mlađih selekcija kada je Duda Ivković bio selektor. Dugo već radi kao seniorski trener, ali ima veliko iskustvo s mlađim igračima. I sada u FMP-u pokušava da radi isto što je radio i u Dinamiku, gde je napravio odličan posao. I ono što je dodatno važno – U18 Evropsko prvenstvo se igra u Beogradu. Može čak i najvažnije juniorsko takmičenje FIBA. Može mno-

go toga da donese. Naravno, bitno nam je bilo i da trener bude prisutan u Srbiji kako bi mogao da prati sve. Nismo ni razmatrali opciju da selektor bude izvan Srbije. Na tome je i selektor Pešić insistirao. To je jako bitno. U selekciji U16 selektor je Stevan Mijović, trener Dinamika. To je veoma specifična pozicija – rad s decom od 15-16 godina zahteva poseban pristup. Trener mora da uskladi rad s tom decom. Stevan Mijović ima bogatu biografiju, neću sad sve da nabrajam, ali radio je s mlađim kategorijama i već je bio deo našeg reprezentativnog programa. Bio je regionalni trener u razvoju trenažnog programa za decu od 13 i 14 godina, a potom i za uzrast od 15. Kasnije je bio pomoćni trener u selekcijama U16 i U18. Postepeno se ostvario kao samostalan trener. Možda sam malo opširan, ali želim da objasnim zašto je svako od njih izabran. Nije to bilo nasumično – ajde ovog, ajde onog. Svesno smo birali svakog trenera i moram da naglasim da sam veoma zadovoljan. Već smo krenuli s pripremama, skoro 90 do 100 odsto toga smo već odradili. Vrlo sam zadovoljan saradnjom i nadamo se najboljem – priča u dahu Krstić.

● Jasno postavljani ciljevi

Krstić, zajedno sa svojim saradnicima, ima jasno postavljene ciljeve i strateški plan. Fokus je na tome da mladi igrači, osim rada u svojim klubovima, steknu dragoceno iskustvo igranja za svoju zemlju na velikim takmičenjima. Glavni cilj je da iz mlađih selekcija izađu budući seniorski reprezentativci.

– Uvek je bitan kontinuitet igranja na velikim takmičenjima. Nije dobro da jedne godine igramo na Svetskom prvenstvu, a druge da nas nema. Bio sam svedok igranja u B diviziji, što, nadam se, više nikad neće doživeti naše mlađe kategorije. Znam koliko je teško vratiti se u A diviziju. Naravno, cilj su uvek medalje. Uvek treba da budemo u vrhu, da se borimo s najboljim reprezentacijama. Za U16 selekciju ove godine su kvalifikacije za Svetsko prvenstvo, U17 – tu moramo biti među pet najboljih reprezentacija.

U18 – domaćinstvo, znači, najviši dometi. Imamo

UTISCI SELEKTORA MLADIH

U kontekstu razvoja košarkaškog talenta, izbor trenera za mlađe selekcije predstavlja ključnu strategiju za izgradnju temelja budućih uspeha reprezentacije. Potpredsednik Saveza pažljivo je analizirao profesionalne kvalitete, iskustvo, kao i sposobnost selektora da razvijaju mlade igrače na svim nivoima. S jasnom vizijom i strateškim pristupom odabrao je trenere koji nisu samo stručnjaci u svom poslu već i mentori sposobni da inspirišu i motivišu mlade talente da dostignu svoj pun potencijal. Upitali smo ga da na osnovu prvih utisaka, opiše svakog od odabranih:

– **Saša Nikitović** – ogromno iskustvo. **Vule Avdalović**

– bivši reprezentativac koji nosi veliko igračko iskustvo i prenosi ga na mlade. Radio je s velikim trenerima poput Duleta Vujoševića, Željka Obradovića i drugih, kako u reprezentaciji, tako i u klubovima. **Marko Marinović**

Malina – iskustvo u seniorskoj reprezentaciji, osvojene dve medalje, pobjednički mentalitet. I naravno, dolazi iz Čačka, grada košarke. Mi iz Kraljeva to možda i ne cenimo previše, ali moramo da poštujemo – kaže u šali Krstić i nastavlja: – Šalimo se mi međusobno. Činjenica je da Čačak ima tu košarkašku energiju, i Malina to nosi u sebi. Znamo se ceo život, ista smo generacija – to se oseti. **Stevan Mijović** – on je budućnost. Posvećen, ozbiljan trener. Nije više dečko, ne znam tačno koje je godište, ali to nije ni bitno. Mlad trener, ali je posvećen i pred njim je lepa budućnost.

Odradio je put do prvog trenera i poklopile su se neke stvari u pravom trenutku. Ima samopouzdanje, ne boji se izazova.



Marko Marinović, selektor U20 reprezentacije Srbije

Poziv koji se čeka godinama

Izbor na poziciju selektora mlade reprezentacije U20 je specifičan izazov jer se radi o igračima koji su već na pragu seniorskog nivoa, te je od ključne važnosti stvoriti most između juniorskih i seniorskih selekcija. U tom kontekstu Marko Marinović za Trener ističe da je za njega velika čast i privilegija što je prepoznat kao pravi izbor za ovu odgovornu funkciju.

– Krstić i selektor Pešić su me pozvali i nisam mnogo razmišljao – kada dobijete takav poziv, to je nešto što se čeka godinama. Odmah sam prihvatio i radujem se toj prilici – ističe Marinović i pojašnjava:

– Potrudicu se da, pošto je U20 specifična reprezentacija jer su to praktično seniori, budem ta spona između juniorske i seniorske selekcije. Svi igrači treba da znaju da sam u sastavu seniorskog tima i da će selektor Pešić imati uvid u njihovu igru i ponašanje. On će tako imati jasnu sliku o budućnosti naše košarke.

Iskustvo rada sa seniorskom reprezentacijom Srbije će biti više nego korisno.

– Pošto sam već tri-četiri godine u tom sistemu, pokušaćemo da prenesemo ono što smo radili tokom tog perioda: od Evropskog prvenstva preko Svetskog prvenstva do Olimpijskih igara. Selektor Pešić mi je velika podrška. Pored toga što sarađujemo, mi smo i veliki prijatelji – on me je trenirao kao igrača i imamo specijalan odnos. Uz to, imam odličan odnos s predsednikom Saveza Nebojšom Čovićem. Igrao sam dve godine u FMP-u. S Nenadom sam generacija, igrali smo zajedno u mladim kategorijama. Dugo se znamo i poštujemo, tako da su odnosi maksimalno korektni. Radujem se novim akcijama i očekujem zanimljivo leto.

Trenerski pečat Svetislava Pešića vidljiv je u radu popularnog Maline, a ono što će svakako primeniti na osnovu prethodnog iskustva jesu marljivost i rad.

– To je ono što selektor prepoznaje i u meni, a i ja prepoznajem kod njega – rad. Mnogo smo radili i nikada nismo mnogo pričali, već smo pokazivali sve na terenu. To me je obeležilo i kao igrača – bio sam tvrdoglavi plejmejker koji je mnogo radio. Selektor Pešić to vidi i u meni kao treneru. Najvažnije je da igrači počnu da veruju u ono što želiš da postigneš – to je proces koji traje. Uspeli smo u tome. Niko nije verovao da možemo do medalja na Svetskom prvenstvu i Olimpijskim igrama, a mi smo ih osvojili mukotrpnim radom. To je moj najveći utisak – prihvatam ono što kaže selektor Pešić: uvek krećemo od nule i pokušavamo da napravimo nešto značajno – zaključuje Marinović.



Vule Avdalović, selektor U19 reprezentacije Srbije

Brzo smo se dogovorili

Košarkaški savez Srbije imenovao je Vuleta Avdalovića za selektora U19 reprezentacije, a on je izdvojio malo vremena i u razgovoru za magazin Trener izneo svoje utiske:

– Bio sam trener U18 selekcije i kvalifikovali smo se za Svetsko prvenstvo koje se ove godine održava u Lozani. Mislim da je bilo prirodno da nastavimo zajedno, jer smo ostvarili uspeh osvajanjem srebrne medalje na Evropskom prvenstvu. Mislim da je to neki prirodan sled. Naravno, bio sam na razgovoru s Nenadom i sa predsednikom Saveza, brzo smo se dogovorili, tako da je to nešto što želimo i ja i oni i nije bilo problema. Dobro je što ćemo nastaviti jer ne krećemo od nule. Nema mnogo vremena da se spremi ekipa, najbolje je za sve te dečake koji igraju u toj selekciji da svi nastavimo. Gledajući grupe i ekipe koje se nalaze na Svetskom prvenstvu, mislim da je realno da uđemo u polufinale. Tu će se naći najjače ekipe. Posle toga, ako budemo u mogućnosti, idemo na medalju.



dobru generaciju, videćemo. To su mlađe kategorije, nikad ne znaš. Jedan loš dan može sve da poremeti, kao i kod seniora, samo što je ovde još izraženije. Za U20, naravno, cilj je što bolji rezultat. I U19 selekcija je velika stvar, ogromna motivacija, prestiž. Svetsko prvenstvo u tom uzrastu... Volim kad se kaže tu su Amerikanci, Kanađani, Australijanci... Ne postoji bolja motivacija od toga. Uvek je tako.

● **Mnogi mladi igrači nisu više u Srbiji**

Gledano iz stručnog ugla, ključno je obezbediti kontinuitet u razvoju talenata kroz sistematski rad na svim



nivoima, od mladih selekcija do seniorskih kategorija. Treneri treba da se fokusiraju na individualne karakteristike svakog igrača, učeći ih taktičkoj i mentalnoj zrelosti, kako bi ih pripremili za izazove na višem nivou. Ipak, mnogo je prepreka, pa se dešava da igrači ne dostignu svoj pravi potencijal.

– Ako pogledamo statistički, 2005. godište je sjajna generacija. Osvojili su zlato u Nišu. Imamo iz te generacije barem pet igrača koji su već debitovali za seniorsku reprezentaciju. Vrhunska generacija. Možda poslednja takva je bila ona '94/95. Tu je Jokić... Pre toga generacija '87/88. Tako da mi jesmo mala zemlja, ali smo talentovana nacija. Problem je što nemamo toliku bazu kao druge zemlje. Imamo dosta talentovane dece, ali neka od njih se izgube. Ipak, nije sve tako crno. Vidim da je generacija 2009. jako dobra, to je sadašnja U16 selekcija. Mno-

go talentovane dece. Ali, nažalost, možda najbolji igrači iz te generacije više nisu u Srbiji. Treba da pričamo više o uslovima u klubovima, o pravilima registracije, o tome zašto ne možemo da zadržimo igrača nego on mora da ide, recimo, u Barselonu. Bio sam kratko u Slogi i znam kroz šta klubovi prolaze, koliko se muče da prežive. I onda kad se pojavi talentovano dete, kako da ga zadržiš. Možeš samo ako mu daš bolje uslove za trening, možda neku stipendiju, ali najvažniji je kvalitetan rad. I, naravno, kvalitetno takmičenje. Protiv koga će dete da igra? To je jako bitno. Ne kažem da naša liga nije dobra, daleko od toga, ali očigledno postoji razlog zašto deca odlaze. Plus,

grupu, rekao sam: „Za nas je Evropsko prvenstvo – Letonija.” Tako treba da gledamo, nema ono četiri države – Evropsko prvenstvo je Letonija, Riga – to je to. Letonija je košarkaška nacija. Oni vole košarku i napredovali su. Video sam raspored utakmica, mislim da prve dve igramo s malo slabijim protivnicima, pa s Letonijom, pa onda Turska na kraju. Dobro je da se odigra jedna jača utakmica, i to s domaćinom. Prepuna hala, krcata će biti, igrači će osetiti atmosferu. Dobra je publika, košarkaška, da se igrači motivišu pred punom halom. Ne moramo da putujemo, non-stop smo tu. Možda sada i razmišljam iz igračkog iskustva. Sve u svemu, dobro je. ● **S. Grujović**



naravno, imamo problem sada i s koledžima. A to ćemo moći tek da pričamo za koju godinu, kad budemo videli taj sistem, da li funkcioniše.

● Utisci iz Rige sa žreba za Evrobasket

Žrebom u Rigi određene su grupe za Evrobasket, koji se održava u četiri zemlje, uz završnicu u Letoniji, a košarkaši Srbije će biti u grupi A u Rigi, gde su domaćin Letonija, Češka, Turska, Estonija i Portugal. Nenad Krstić je bio na licu mesta i prenosi svoje utiske:

– Pogledali smo hotel, halu. Iskoristili smo priliku i da porazgovaramo s nekim ljudima iz raznih saveza, s Garbahosom kao predsednikom FIBA. Bili su to neformalni razgovori. Zadovoljni smo grupom. Verujem da je i selektor Pešić zadovoljan činjenicom da ne moramo da menjamo lokaciju, da smo sve vreme u Rigi. Kada smo dobili

Saša Nikitović, selektor U18 reprezentacije Srbije

Mi smo domaćini

Saša Nikitović novi je selektor U18 reprezentacije Srbije. Ima bogato iskustvo u radu s mladim igračima, kako na klupskom, tako i na reprezentativnom nivou. Njegov dugogodišnji angažman u Košarkaškom savezu Srbije, kao i njegovo iskustvo s generacijama kao što je 1994/95, učinili su ga idealnim izborom. Savez je sve to prepoznao.

– Meni nije strano da budem u Savezu, a mogu da kažem da s Krstićem imam dugogodišnju saradnju, i kao igrač kad smo bili mlađi. Bio sam i pomoćnik Dušanu Ivkoviću dugi niz godina, kada je Krstić bio kapiten te reprezentacije. Dobro se poznajemo i imamo odličnu komunikaciju. Vrlo lako smo se dogovorili. Radim u FMP-u u Beogradu, pratim mlade igrače i radim s njima, tako da mi je ta generacija 2007/08. već poznata.

FIBA Evropa je na sastanku borda na Gibraltaru izglasala da Beogradu pripadne domaćinstvo EP za juniore (U18) 2025. godine. S mnogo samopouzdanja selektor Nikitović govori o zacrtanim ciljevima:

– Mi smo domaćini prvenstva. Uvek se očekuju najveći rezultati kada se turnir igra kod nas. Ne zavisi sve od nas – ne zna se kakve su generacije drugih selekcija, nekad su jače, nekad slabije, nekad mi imamo fantastičnu generaciju. To je promenljivo. Ali svakako postoji takmičarski naboj i određeni pritisak kada igraš kod kuće.

Nikitović posebno ističe značaj UKTS-a za razvoj trenera, ali i srpske košarke.

– To je jedinstven primer organizacije u Evropi – imamo svoju strukturu, letnje seminare koji su među najjačima, ako ne i najjači u Evropi. Uvek hvalim njihov rad i pružam podršku. A kad njima nešto treba s naše strane, uvek smo otvoreni za saradnju, kao i dosad.

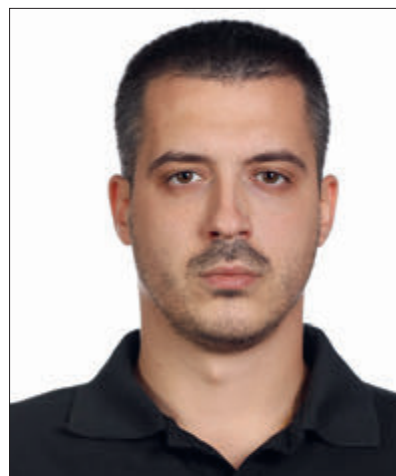


Stevan Mijović, selektor U16 reprezentacije Srbije

Odgovornost je biti selektor u zemlji košarke

Na predlog Nenada Krstića, potpredsednika KSS-a za mušku košarku, za trenera U16 reprezentacije Srbije imenovan je Stevan Mijović.

– Velika je čast za mene, jer mi je pruženo veliko poverenje i šansa i daću sve od sebe da to opravdam. Velika je odgovornost biti selektor u zemlji košarke. Za mene je to najveća moguća stvar i motivacija za uspeh. Ja sam u programu KSS-a poslednjih pet-šest godina. Očekivanja su najveća moguća. To im je prvo zvanično okupljanje za te momke U16. Moramo biti obazrivi i tačni. Ne smemo propustiti ništa što se tiče igrača za budućnost Srbije. Cilj je ulazak u pet najboljih, jer sledeće godine imamo Svetsko prvenstvo U17, a Srbija uvek ide na medalju.



Defanzivne vežbe



Većina ovih vežbi je jednostavna, bazična i lako primenljiva, bez obzira na nivo takmičenja. Međutim, jasno je da se određena prilagođavanja moraju praviti u zavisnosti od profila igrača, broja učesnika na treningu i specifičnih uslova u kojima se trenira.

Odbrambene vežbe koje su predstavljene u ovom tekstu deo su mog svakodnevnog rada i iskustva na terenu. Njihova svrha nije samo tehničko usavršavanje već i razvijanje odbrambenog mentaliteta, pravilnih navika i discipline u igri. Većina ovih vežbi je jednostavna, bazična i lako primenljiva, bez obzira na nivo takmičenja. Međutim, jasno je da se određena prilagođavanja moraju praviti u zavisnosti od profila igrača, broja učesnika na treningu i specifičnih uslova u kojima se trenira.

Odabir vežbi nije slučajna – svaka od njih ima jasnu svrhu i mesto u procesu rada. Neke su više tehničke i individualne, dok su druge kompetitivnog karaktera, što znači da traže visok nivo intenziteta i takmičarske energije. Takve vežbe zahtevaju različite nivoe trenerskog vođenja – nekada trener aktivno usmerava igrača detaljnim objašnjenjima i korekcijama, dok u drugim situacijama igrači moraju samostalno da donose odluke u realnim odbrambenim situacijama. Upravo ta smena vođenog i slobodnog učenja ključna je za razvoj inteligentnih odbrambenih igrača koji ne reaguju automatski, već čitaju igru i prepoznaju prave momente za akciju.

Bez obzira na to koje vežbe koristimo, određeni principi u odbrani su neupitni:

- **Agresivnost** – kako u čuvanju igrača s loptom, tako i u defanzivnim kretnjama igrača bez lopte, kroz pritisak, anticipaciju i pravovremene reakcije.
- **Intenzitet, fokus i razumevanje zadataka** – ne samo u individualnim defanzivnim situacijama već

i u timskoj odbrani, kroz pravilno postavljanje i rotacije.

- **Disciplina u sprovođenju odbrambenih principa** – jer samo doslednost u radu donosi rezultate i podiže standard igre.

Ovo nisu samo tehnički zahtevi već temelji kvalitetne i organizovane odbrane. Na ovim principima se gradi odbrambeni identitet tima. Ako ih ekipa ne usvoji, teško da može biti defanzivno pouzdana i konkurentna na visokom nivou.

● Vežba 1: Defanzivne kretnje 1 na 0 (dijagram 1)

► Cilj vežbe:

Razvijanje osnovnih defanzivnih kretnji, pravilne tehnike kretanja i efikasnog zatvaranja protivnika (Closeout).

► Organizacija vežbe:

- Vežbu izvodi ceo tim na polovini terena.
- Kretanja se izvodi u različitim pravcima, uz menjanje strane na kojoj počinje pokret.

► Tok vežbe:

1. Backpedal (povlačenje unazad u stavu)

- Igrač započinje kretanje laganim povlačenjem unazad, održavajući nizak defanzivni stav.
- Pogled je usmeren napred, a telo stabilno kako bi se održala kontrola nad kretanjem.

2. Klizanje u stavu (lateralno kretanje)

- Igrač prelazi u bočno klizanje, bez ukrštanja nogu, držeći nizak defanzivni stav.
- Ruke su aktivne, spremne za reakciju.

3. Frontalni Closeout

- Igrač brzo zatvara prostor prema zamišljenom napadaču.

- Prilazi s kontrolisanim usporavanjem koraka kako bi izbegao prebrzo kretanje koje može dovesti do gubitka ravnoteže.

4. Lateralni Closeout

- Igrač se kreće pod uglom i zatvara prostor bočno, prilagođavajući stav napadačevoj poziciji.
- Završava kretanje u dijagonalnom stavu, s jednom rukom ispruženom ispred tela.

► Završetak vežbe:

- Igrač završava Closeout u dijagonalnom stavu, s rukom ispruženom ispred tela.
- Spreman je za kontrolu eventualnog prvog koraka ili driblinga napadača.

► Napomena:

Posebnu pažnju obratiti na:

- Kontrolu visine stava tokom cele vežbe.
- Stabilnost i pravilan balans tela prilikom Closeouta.
- Pravilno usporavanje kako bi igrač ostao u defanzivnoj kontroli.

Ova vežba je odlična za unapređenje defanzivne discipline i reakcije na kretanje napadača.

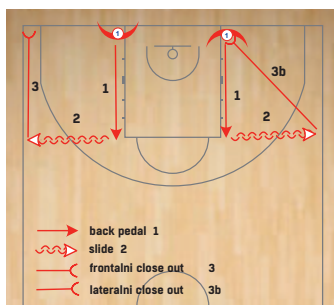
● Vežba 2: Footwork Drills i promena pravca 1 na 0 (dijagram 2)

► Cilj vežbe:

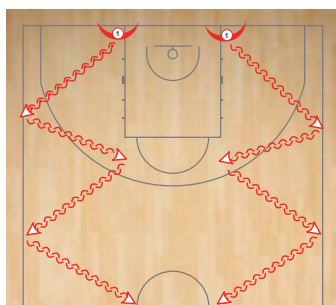
Razvijanje pravilnog rada nogu (Footwork), balansa i efikasnih promena pravca u defanzivnim kretnjama.

► Organizacija vežbe:

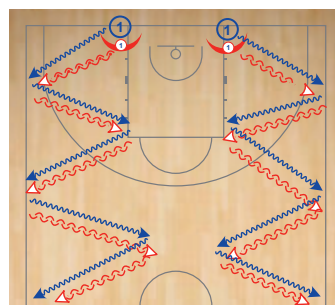
- Vežbu izvodi ceo tim na jednoj polovini terena.
- Kretanje se odvija u koridoru između ivice reketa i bočne linije, kao i između čeonih linija i polovine terena.
- Tokom vežbe se izvode četiri promene pravca.



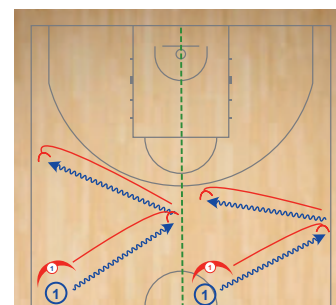
DIJAGRAM 01



DIJAGRAM 02



DIJAGRAM 03



DIJAGRAM 04

➤ Tok vežbe:

1. Kretanje u defanzivnom stavu s promenom pravca

- Igrači se kreću u niskom stavu, održavajući stabilnost i spremnost za brzu reakciju.
- Visina stava je individualna – svaki igrač treba da pronađe položaj u kom se oseća najspremnije za promenu pravca.
- Na početku vežbe ruke se izoluju tako da budu ili iza leđa ili iza glave. Ovo pomaže igračima da se fokusiraju isključivo na rad nogu.

2. Promene pravca

Nakon određenog broja koraka igrači izvode promenu pravca koristeći sledeće tehnike:

A) Pivot + direktan korak (prvi korak u novom pravcu)

- Igrač koristi pivot nogu kako bi se okrenuo i odmah zakoračio u novom pravcu.
- Pokret mora biti eksplozivan, bez gubitka ravnoteže.

B) Pivot + ukršteni korak u Drop Stepu

- Igrač koristi pivot nogu i zatim izvodi ukršteni korak unazad (Drop Step).
- Ovaj pokret omogućava bolju kontrolu pozicije i spremnost za defanzivnu reakciju.

➤ Završetak vežbe:

- Nakon četiri promene pravca, igrači završavaju kretanje u balansu, spremni za eventualni defanzivni zadatak.
- Fokus je na pravilnoj tehnici kretanja, a ne na brzini izvođenja.

➤ Napomena:

- Visina stava je individualna – igrači treba da pronađu optimalnu poziciju u kojoj se osećaju stabilno i spremno za promenu pravca.
- Ruke su na početku izolovane kako bi se naglasili rad nogu i kontrola tela.
- Održavati balans i ne koristiti nepotrebne pokrete koji mogu narušiti stabilnost.

Ova vežba je ključna za razvoj defanzivnog rada nogu i sposobnosti brzih i efikasnih promena pravca.

● Vežba 3: 1 na 1 na četvrtini terena – defanzivno kretanje i reakcija (dijagram 3)

➤ Cilj vežbe:

Razvijanje defanzivnog kretanja, pravilnog pozicioniranja u odnosu na napadača i reakcije na promene pravca. Fokus je na kontroli distance, radu ruku i fizičkom kontaktu u završnoj fazi odbrane.

➤ Organizacija vežbe:

- Vežba se izvodi na četvrtini terena.
- Napadač se kreće u dirigovanom napadu, što znači da ne napada slobodno, već prati zadati obrazac kretanja.
- Kretanje se odvija od čeonke linije do polovine terena uz četiri promene pravca.
- Distanca između igrača je individualna i zavisi od sposobnosti odbrambenog igrača i brzine kretanja napadača.
- Ako se napadač kreće sporije, distanca je veća.
- Ako se napadač kreće brže, distanca se smanjuje.
- Na svakom maksimumu i minimumu pokreta defanzivni igrač dodatno smanjuje distancu i vrši pritisak.

Prva faza vežbe: Defanzivno kretanje i kontrola distance

1. Defanzivni igrač se kreće u stavu, prateći napadača koji izvodi promene pravca.
2. Četiri promene pravca koristeći obe tehnike:
 - Direktna promena pravca (brza promena bez okretanja tela).
 - Međunožna promena pravca (promena pravca kroz noge, što otežava reakciju odbrane).
3. Rad ruku u odbrani:
 - Jedna ruka u pravcu kretanja – otežava dodavanje iz driblinga.
 - Druga ruka vrši pritisak na napadača i otežava promenu pravca.
4. Zaustavljanje prodora nogama i telom – defanzivni igrač koristi telo da uspori napadača i zatvori pravac kretanja.

Druga faza vežbe: Reakcija posle zaustavljanja driblinga

1. Napadač dirigovano zaustavlja dribling nakon dve serije po četiri promene pravca (2x4 promene).
2. Odbrambeni igrač brzo reaguje nakon što napadač zaustavi dribling:
 - Traži kontakt telom s napadačem.
 - Aktivno koristi ruke da ometa dodavanje ili pokušaj nastavka igre.
 - Cilj je sprečiti nastavak akcije i naterati napadača na grešku.
3. Ova faza traje od tri do pet sekundi, nakon čega napadač ponovo kreće u dribling i cela sekvenca se ponavlja.

➤ Dodatni tehnički aspekti:

- Koristiti prednji pivot za bolju pozicioniranost pri zaustavljanju prodora.
- Insistirati na brznoj reakciji odbrane posle završenog driblinga – de-



fanzivni igrač mora ostati aktivan i spreman na svaku promenu situacije.

Ova vežba omogućava igračima da razviju osećaj za distancu, pravilnu reakciju na promene pravca i sposobnost zaustavljanja protivničkog prodora kroz kontakt i rad ruku.

● Vežba 4: 1 na 1 na jednoj polovini terena Combo Drills (dijagram 4)

➤ Cilj vežbe:

Razvijanje defanzivnih i ofanzivnih veština kombinacijom dirigovanog dela i lajv igre 1 na 1. Fokus je na pravilnom kretanju u odbrani, agresivnosti i prilagođavanju na završetak driblinga napadača.

➤ Struktura vežbe:

Vežba se sastoji iz dva segmenta: dirigovani deo (kontrolisano kretanje napadača i reakcija odbrane) i lajv 1 na 1 (slobodna igra do poena ili promene poseda)

Prvi deo – Dirigovani segment

- Napadač počinje iz ugla na polovini terena ili sa simetrale.
- Napad kreće sa tri driblinga u jednom pravcu.
- Nakon toga, napadač vrši promenu pravca i nastavlja sa još dva do tri driblinga.
- Napadač završava ovaj deo vežbe simulacijom napada.
- Odbrambeni igrač ostaje u niskom stavu, prati pokrete napadača i aktivno reaguje na završetak driblinga.

Odabir vežbi nije slučajna – svaka od njih ima jasnu svrhu i mesto u procesu rada. Neke su više tehničke i individualne, dok su druge kompetitivnog karaktera, što znači da traže visok nivo intenziteta i takmičarske energije.



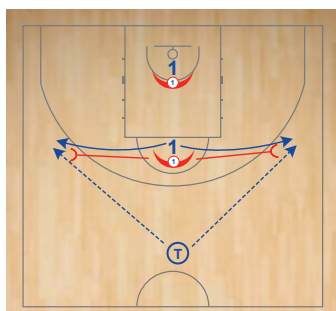
- Nakon što napadač završi dirigovani deo, odbrambeni igrač napada loptu i postavlja se u čvrst defanzivni stav prema napadaču.
- Ovaj segment traje od tri do pet sekundi.

Drugi deo – Lajv 1 na 1

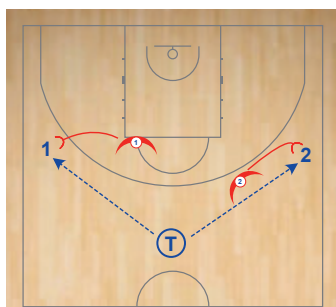
- Nakon završetka dirigovanog dela, odmah počinje lajv igra 1 na 1.
- Napadač kreće s dve tačke:
- S vrha reketa (Top of the Key)
- Sa 45 stepeni (jedna ili druga strana)
- Napadač ima četiri sekunde da realizuje napad.
- Odbrana mora agresivno i fizički reagovati, sprečavajući lak prodor i šut.
- Igra se do poena ili promene poseda.

> Napomene i ključni detalji:

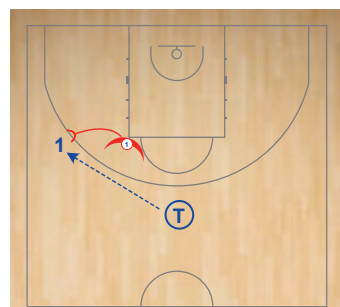
- Kontrolisati reakciju odbrane na završetak driblinga – ne sme biti pasivna!
- Insistirati na punoj agresivnosti i kontaktu u odbrani.
- Vežbu rade svi igrači bez obzira na poziciju (bilo da su bekovi, krila ili centri).



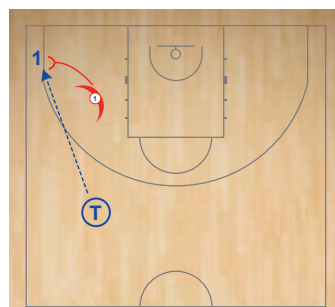
DIJAGRAM 05



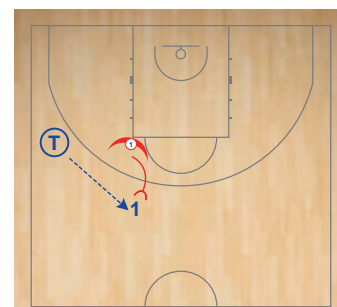
DIJAGRAM 06



DIJAGRAM 06a



DIJAGRAM 06b



DIJAGRAM 06c

- Odbrambeni igrač mora brzo da se adaptira – nakon završetka driblinga odmah napada loptu.

Ova vežba simulira realne situacije u igri i pomaže igračima da razviju defanzivne reflekse, pravilno pozicioniranje i agresivan defanzivni mentalitet.

• Vežba 5: 1 na 1 plus trener posle demarkiranja

> Cilj vežbe:

Razvijanje kretanja bez lopte, demarkacije, brze reakcije na prijem lopte i završnice u ograničenom vremenu. Odbrambeni igrač uči da se brzo orijentiše i reaguje dok je leđima okrenut lopti.

> Struktura vežbe:

1. Početna postavka:

- Napadač počinje ili s linije penala ili ispod obruča. (dijagram 5)
- Odbrambeni igrač je leđima okrenut lopti, što ga primorava da reaguje na kretanje napadača i prijem lopte.
- Trener (ili dodavač) nalazi se izvan reketa i dodaje loptu napadaču.

> 2. Tok vežbe:

- Nema driblinga pre prijema lopte. Napadač mora demarkacijom (nagla promena pravca i tempa kretanja) da se oslobodi odbrane i primi loptu.
- Po prijemu lopte, odmah počinje lajv 1 na 1.
- Napadač ima četiri sekunde za završnicu (šut, prodor ili finta).
- Igra se do skoka, pogođenog koša ili promašaja posle kojeg lopta izlazi iz igre.
- Dodavač (trener) nema pravo na dribling – pas mora biti pravovremen i precizan.

> Napomene i ključni detalji:

- Naglasak na demarkaciji – napadač mora koristiti fintu tela, promenu pravca i dinamiku kretanja kako bi se oslobodio čuvara.
- Odbrambeni igrač mora brzo reagovati – počinje vežbu leđima okrenut lopti, pa mora brzo da se orijentiše i uđe u defanzivni stav.

- Napadač mora donositi brze odluke – samo četiri sekunde za završnicu!
- Fokus na fizičkoj i agresivnoj odbrani – odbrambeni igrač mora koristiti telo da oteža prijem lopte i zatvori prodor.

Ova vežba razvija brze reakcije u odbrani, efikasno kretanje bez lopte i donošenje odluka pod pritiskom, što su ključni elementi u igri 1 na 1.

• Vežba 6: 1 na 1 plus trener & Closeout plus 1 na 1

Ova vežba je osmišljena da razvije defanzivne veštine, posebnu pažnju posvećujući postavkama i tehnikama Closeouta, kao i principima kolektivne defanzivne taktike. Sastoji se iz dve faze i uključuje rad na različitim početnim pozicijama lopte i napadača.

Faza 1: 1 na 1 s trenerom kao dodavačem

> Postavka:

- Trener s loptom je postavljen na vrhu terena (Top of the Key).
- Napadač je postavljen na 45° u odnosu na loptu, statičan. (dijagram 6)
- Odbrana je postavljena prema kolektivnim principima:
- Pod 1: Odbrana je licem okrenuta lopti, stav paralelan sa čeonom linijom (ili ugao penala sa otvorenim stavom prema lopti).
- Pod 2: Odbrana je postavljena između lopte i napadača, u otvorenom stavu duž linije dodavanja između napadača i lopte.

> Pravila vežbe:

- Odbrana ne sprečava direktan pas.
- Napadač nakon prijema lopte ima četiri sekunde da kreira šut.
- Napadač ima pravo na skok nakon šuta.
- Vežba se izvodi sa različitim početnim pozicijama lopte i napadača, uključujući:
- Loptu na vrhu terena (Top of the Key).
- Loptu na niskom postu (Low Post).
- Napadače u različitim pozicijama (45°, bočna pozicija, itd.). (dijagrami 6a-6f)

➤ Cilj vežbe:

Razviti sposobnost odbrane da se postavi pravilno u odnosu na napadača i loptu i da se brzo prilagodi različitim situacijama na terenu.

Faza 2: 1 na 1 nakon Closeouta

➤ Postavka:

- Trener je statičan.
- Napadač je statičan.
- Odbrana je postavljena u dva moguća položaja nakon što lopta bude dodata:

1. Odbrana je postavljena između lopte i napadača (odbrambeni igrač se nalazi između lopte i napadača, blokirajući mogući prolaz lopte).

2. Odbrana je postavljena između napadača i obruča (odbrambeni igrač pokušava da spreči napadača da ide prema košu) (dijagram 6-1).

➤ Napomena:

Tehnike prilaska na lopti, tj. Closeout, variraju u zavisnosti od početne pozicije odbrane. Closeout je ključna tehnika za pravilno pozicioniranje i brzo reagovanje na napadača.

➤ Pravila vežbe:

- Nakon prijema lopte, odbrana se postavlja i igra prema kolektivnoj defanzivnoj taktici.
- Odbrambeni igrač može ili ne mora da usmerava napadača u zavisnosti od strategije i zadatka trenera.
- Odbrana mora da se ponaša prema principima kolektivne taktike, bilo da se radi o individualnoj odbrani ili usmeravanju napadača prema određenom delu terena.

➤ Tehničke napomene za trenera:

1. Closeout tehnika:

- Približavanje lopti treba biti s balansom, ruke podignute i u pripremljenom stavu za mogućnost blokiranja ili ometanja šuta.
- Zavisno od poziciji lopte, odbrambeni igrač može odabrati različite pristupe u Closeout tehnici (brzi koraci, kontrolisani koraci prema napadaču, itd.).

2. Pozicioniranje odbrane:

- Pitanje rastojanja odbrane od napadača je ključno za postizanje efikasne kolektivne odbrane.
- Pravilno pozicioniranje u otvorenom ili poluzatvorenom stavu omogućava odbrani da kontroliše napadača i brzo reaguje na njegovu promenu pravca ili pas.

3. Kolektivna taktika:

- Vežba treba da pruži priliku igračima da se naviknu na međusobnu komunikaciju i razumevanje kolektivnih defanzivnih principa.
- Odbrambeni igrači moraju se usmeravati u zavisnosti od situacije na terenu, da li se igra individualno ili timski.

Ova vežba pomaže u razvoju odbrambenih veština, reakcija na napadače, kao i u učenju kolektivne defanzivne taktike, što je ključno za uspeh tima u realnim utakmicama.

● Vežba 7: 1 na 1 plus trener Full Deny

➤ Opis vežbe:

Ova vežba je osmišljena da poboljša odbrambene veštine, naročito kada se koristi taktika Full Deny, kao i sposobnost napadača da se nosi s pritiskom odbrane i brzo stvori šut. U drugom delu vežbe napadači će vežbati promene pravca pod pritiskom, a vežba će se zatim pretvoriti u takmičarsku 1 na 1 situaciju.

Faza 1: 1 na 1 plus trener (Full Deny)

➤ Postavka:

- Trener ili treći igrač u grupi je označen kao demarkirani igrač (dijagram 7).
- Trener ili treći igrač postavlja se na poziciju 45° ili na projekciju ugla penala na liniji 3 po 1.
- Nakon što trener ili treći igrač dobije loptu, odbrana mora da primeni taktiku Full Deny, tj. da stane između napadača i lopte, sprečavajući dodavanje.

➤ Pravila vežbe:

1. Demarkiranje trenera ili trećeg igrača:

Trener ili treći igrač postavlja se

ka 45° ili projekciji ugla penala. Odbrana se postavlja u odnosu na kolektivne odbrambene principe kako bi blokirala ili ometala dodavanje.

2. Nakon dodavanja:

- Odbrana mora da spreči napadača da ponovo preuzme loptu.
- Odbrana igra u poluzatvorenom stavu, pokušavajući da zatvori linije dodavanja i stvori pritisak na napadača.
- Po prijemu lopte, napadač ima četiri sekunde da stvori šut ili odluči da napadne obruč.

3. Nakon uručjenja lopte trećem igraču:

Treći igrač postaje pasivan, tj. ne pokušava da stvori pritisak, već je samo u poziciji za eventualni pas.

4. Varijacije početnih pozicija:

- Početne pozicije mogu biti s leve ili desne tačke 45° (dijagram 7-a).
- Trener ili treći igrač može da se demarkira ka Short Corneru ili topu (na vrhu terena).

➤ Cilj vežbe:

Ova faza vežbe razvija odbrambene veštine i sposobnost da se stalno ometa pas, kao i sprečavanje napadača da ponovo preuzme loptu. Napadači vežbaju kako da igraju pod pritiskom, brzo donose odluke i stvaraju šut u ograničenom vremenskom okviru.

Faza 2: Kombo plus 1 na 1

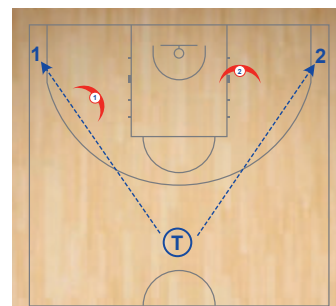
➤ Postavka:

- Napadač počinje s kombo driblingom pre nego što pređe u 1 na 1 situaciju sa odbranom (dijagram 7-b i 7c).
- Kombo dribling je dirigovan, što znači da napadač menja pravac, ali se takođe mora vratiti na početnu poziciju, završavajući driblingom.

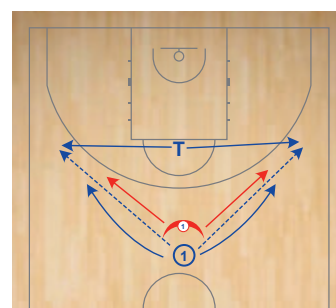
➤ Pravila vežbe:

1. Prvi deo (kombo dribling):

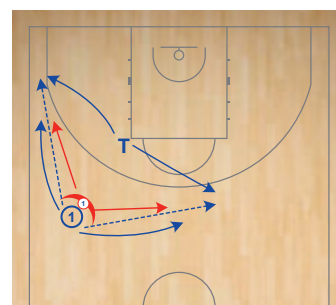
- Napadač menja pravac igrajući pod pritiskom odbrane i vraća se na početnu poziciju. Dribling uključuje promene pravca levo-desno, promene tempa i završava se na početnoj poziciji.



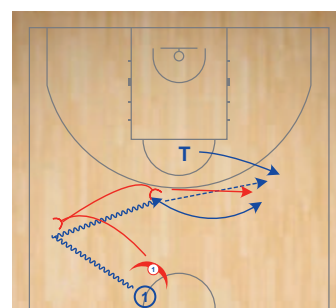
DIJAGRAM 06-1



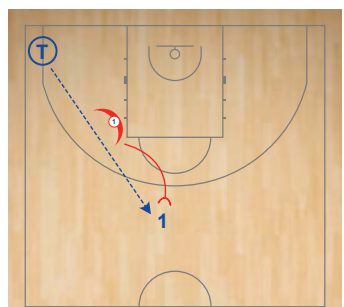
DIJAGRAM 07



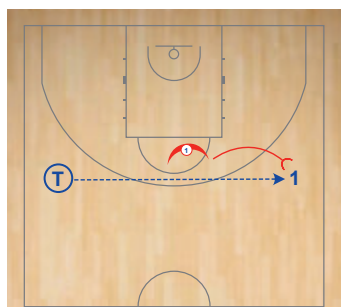
DIJAGRAM 07a



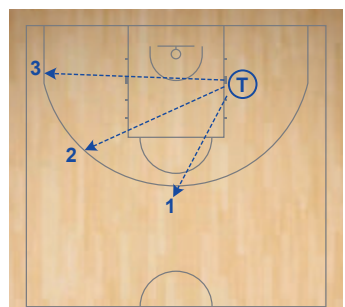
DIJAGRAM 07b



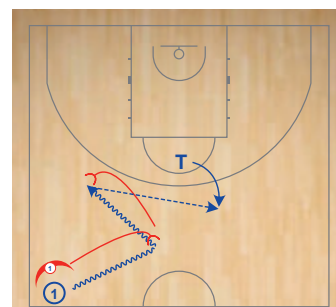
DIJAGRAM 06d



DIJAGRAM 06e



DIJAGRAM 06f



DIJAGRAM 07c

- Ovaj deo je dirigovan, fokusirajući se na kontrolisanu igru pod pritiskom.

2. Drugi deo (1 na 1):

- Nakon kombo driblinga, napadač pravi pas ka treneru, koji postaje pasivni dodavač.
- Vežba prelazi u takmičarsku 1 na 1 situaciju, u kojoj napadač pokušava da stvori šut, a odbrana nastoji da ga spreči.
- Napadač se sada nalazi pod pritiskom odbrane, koja pokušava da usmeri njegov napad ili spreči šut prema košu.

➤ Cilj vežbe:

Ova faza ima za cilj da poboljša napadačku sposobnost da se nosi s promenama pravca pod pritiskom odbrane, a zatim da se pređe u takmičarsku situaciju 1 na 1. Odbrana vežba kako da reaguje na dribling napadača i primeni različite odbrambene taktike u direktnom okruženju.

➤ Tehničke napomene za trenera:

- Odbrana: Fokusirati se na Full Deny (onemogućiti pas) i postaviti igrače u poluzatvoreni stav da bi se sprečile lako prolazne linije. Obratiti pažnju na reakciju odbrane nakon uručjenja lopte trećem igraču.
- Napad: Trener treba da vodi računa da napadači rade pod pritiskom, menjaju pravce s visokim intenzitetom, a zatim pređu na igru 1 na 1. Igrači moraju da donesu odluku brzo, u okviru ograničene četiri sekunde.
- Različite pozicije: Uvođenje varijacija pozicija lopte, kao što su Short Corner, top i tačke 45°, pomaže u simulaciji različitih situacija s terena.

➤ Zaključak:

Ova vežba je izuzetno korisna za razvoj kako napadačkih, tako i odbrambenih veština, jer omogućava igračima da igraju pod pritiskom i razvijaju sposobnost brzih reakcija u svim fazama igre.

● Vežba 8: 1 na 1 plus trener, Kombo Drill (Revised)

Opis vežbe:

Ova vežba se sastoji iz dva dela: dirigovanog i takmičarskog. U prvom delu napadači rade na kontroli lopte i promeni pravca pod pritiskom, dok u drugom delu prepoznaju situacije za napad i vežbaju reakciju na odbrambeni pritisak. Vežba je osmišljena da razvije kako napadačke, tako i odbrambene veštine.

Faza 1: Dirigovani dribling i napad

➤ Postavka:

- Napadač počinje s loptom na terenu.
- U prvom delu vežbe trener dodaje loptu napadaču, koji dirigovano dribla, usmeravajući se prema čenoj liniji sa dva ili tri driblinga (dijagram 8).

➤ Pravila vežbe:

1. Dirigovani dribling:

- Napadač menja pravac driblinga prema zadatoj liniji (čenoj liniji) koristeći dva ili tri driblinga.
- Nakon što napadač dostigne zadatu poziciju, zaustavlja se i drži loptu u posedu od tri do pet sekundi.

2. Pas do trenera ili trećeg igrača:

- Napadač zatim pravi pas do trenera ili trećeg igrača, koji preuzima ulogu pasivnog dodavača.
- Od trenutka kada lopta stigne do trenera ili trećeg igrača, vežba prelazi u takmičarsku fazu.

Faza 2: Takmičarska 1 na 1 situacija

➤ Postavka:

- Nakon što je pas poslat treneru ili trećem igraču, vežba prelazi u takmičarsku situaciju 1 na 1, gde napadač pokušava da iskoristi prostor za napad (dijagram 8-a).
- Odbrana mora da reaguje na napadačeve pretnje i ometa napad prema košu.

➤ Pravila vežbe:

1. Closeout i reakcija na dribling:

- Odbrambeni igrač mora da primeni Closeout kako bi sprečio napadača da se lako postavi za šut ili prodor.

- Odbrambeni igrač mora da bude spreman da reaguje na završetke driblinga i pritisne loptu, ometajući napadača u njegovim napadima.

2. Pritisak na loptu:

- Kada napadač zaustavi dribling i drži loptu, odbrana treba da pritisne loptu kako bi otežala napadaču da odluči o sledećem koraku.

3. Posle povratnog pasa:

- Nakon što napadač vrati loptu trenera ili trećem igraču, odbrana mora da se pozicionira kako bi otežala ili potpuno sprečila napadača da primi loptu u dobroj poziciji za napad.

➤ Cilj vežbe:

- Odbrana treba da primeni taktiku kako bi oštećivala napad i ometala jednu od tri pretnje napadača (šut, prodor, pas) pre nego što napadač dođe do lopte u povoljnim uslovima.
- Napadači treba da prepoznaju da li je bolje napasti, napraviti pas ili pokušati da stvore šut u ograničenom vremenu.

➤ Tehničke napomene za trenera:

- Napad: Fokusirati se na brzo donošenje odluka u ograničenom vremenu (3-5 sekundi). Napadači treba da rade pod pritiskom i prepoznaju kada je najbolje da krenu u napad, da li je to šut, prodor ili pas.
- Odbrana: Odbrambeni igrači treba da primene Closeout i pritisak na loptu s ciljem da spreče napadača da stvori pretnje kao što su šut ili lak prodor prema košu. Osvežite odbrambene reakcije na završetke driblinga i pomaknite se s njim.
- Varijacije: Ova vežba može da bude vođena s različitim početnim pozicijama napadača (npr. sa strane, s vrha terena) i različitim vrstama napada (npr. brzi prodor ili postavljanje za šut).

➤ Zaključak:

Vežba je odlična za razvijanje oba aspekta igre – napadačkog i odbrambenog. Igrači će naučiti kako da prepoznaju pretnje u napadu i reaguju na odbrambeni pritisak, dok

će odbrambeni igrači učiti kako da reše napadačeve akcije na pravi način, u realnim igračkim situacijama.

Ova vežba se fokusira na igru u tranziciji i odbrani, naročito na zatvaranje prostora (Closeout) i komunikaciju među igračima. Vežba pomaže igračima da razviju reakcije u brzom prepoznavanju situacije i postavljanju u odgovarajući odbrambeni položaj. Evo detaljnog objašnjenja:

● Vežba 9 - Dva na dva Closeout

➤ Postavka:

- Igrači su raspoređeni u četiri tačke (dijagram 9):
- Tačka A: U donjem levom uglu (koren).
- Tačka B: Na 45° s leve strane od centra.
- Tačka C: Na 45° s desne strane od centra.
- Tačka D: U donjem desnom uglu (koren).

➤ Priprema:

- Igrači A, B, C i D su raspoređeni na odgovarajuće tačke.
- Lopta je na početku kod igrača A.

➤ Tok vežbe:

Faza 1:

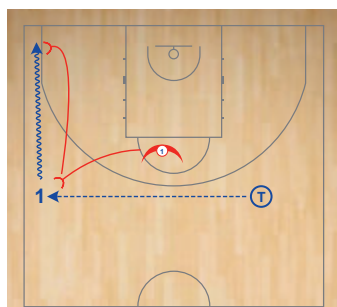
- Igrač A dodaje loptu igraču B.
- Igrač B dodaje loptu igraču C.
- Igrač C dodaje loptu igraču D.

Faza 2 - Takmičarska faza:

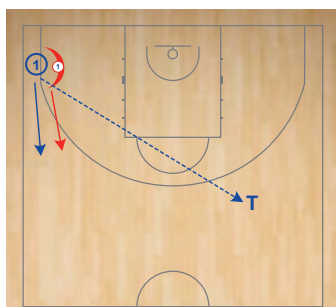
- Čim igrač D primi loptu, vežba prelazi u takmičarsku fazu.
- Igrači A i B počinju odbranu.
- Igrač A sprinta u suprotan ugao čim igrač B primi loptu kako bi B mogao da odbrani igrača D.
- Igrač B se odmah pozicionira tako da može najbrže da pomogne igraču D (posebno uzimajući u obzir poziciju C).
- Napad: Igrači D i C igraju protiv A i B.
- Napad ima vremenske limite (8 sekundi) i prostorne limite (može se kretati samo u prostoru između bočne linije i ugla penala sa strane pomoći).

➤ Zadaci odbrane:

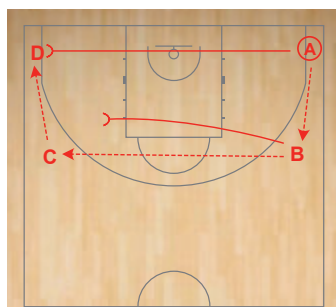
- Igrač A sprinta i pozicionira se za



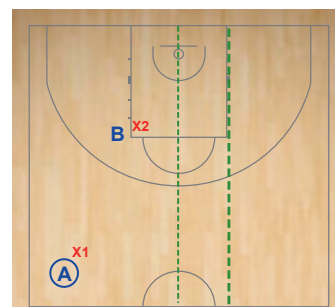
DIJAGRAM 08



DIJAGRAM 08a



DIJAGRAM 09



DIJAGRAM 10

odbranu na D, sprečava lagan šut i pomaže u postavljanju blokade.

• Igrač B se brzo postavlja u poziciju da pomogne i prepozna kada mora da se vrati u odbranu ili da izvede dodatnu rotaciju.

➤ **Zadaci napada:**

• Igrači C i D pokušavaju da iskoriste razmak i odbrane kako bi postigli koš koristeći brzo dodavanje i kretanje.

➤ **Ograničenja:**

• Napad mora da se odvija u razmaku od 8 sekundi i unutar prostora definisanog između bočne linije i ugla penala sa strane pomoći.

➤ **Cilj vežbe:**

• Razviti sposobnost igrača da brzo reaguju na situacije u tranziciji.

• Usmeriti pažnju na efikasno zatvaranje prostora (Closeout) i timsku odbranu.

• Povećati komunikaciju i donošenje brzih odluka među igračima.

Vežba je dizajnirana tako da izazove igrače da misle brzo i precizno, što je ključno za uspeh u utakmicama s visokim intenzitetom.

● **Vežba 10: 2 na 2 na jednoj četvrtini terena**

➤ **Opis vežbe:**

Ovo je takmičarska vežba 2 na 2 koja se odvija na jednoj četvrtini terena. Cilj vežbe je simulacija napada pod ograničenim prostornim uslovima, uz fokus na igru iz Pick and Rolla i različitih oblika uručenja.

➤ **Pravila igre:**

• Početna pozicija: Napadački tim kreće sa loptom iz bliže polovine terena (**dijagram 10**).

• Zabrane u napadu: Nema klasičnog organizovanja igre između dva igrača (npr. razrađenih akcija), ali su dozvoljeni:

- Pick and Roll
- Uručenje u mestu
- Uručenje iz driblinga

• Defanzivna pravila: Nema ograničenja u odbrani – odbrambeni tim sam bira način pokrivanja Pick and Rolla i uručenja.

• Vremenski limit: Napad ima 14 sekundi da organizuje akciju i pokuša da postigne pogodak.

• Prostorna ograničenja: Napadači mogu delovati samo u delu terena između bočne linije (bliže lopti) i ugla penala na strani pomoći.

• Bodovanje: Bez obzira na to da li je postignut šut za dva ili tri poena, svaki uspešan napad donosi jedan poen.

• Pobednik: Prvi tandem koji postigne pet poena pobeđuje.

➤ **Prelazak uloge – stalna rotacija**

• Nakon završenog napada, bilo da se završi poenom ili promašajem:

• X1 i X2 prelaze u napad na drugoj polovini terena.

• A i B prelaze u odbranu i čekaju protivnički napad s polovine terena.

• Vežba se odvija simultano na oba koša, tako da su igrači stalno u pokretu, bez prekida.

➤ **Ključne tačke za trenere:**

Ograničeni prostor i vreme teraju igrače da donose brze odluke i koriste efikasne napadačke opcije.

Odbrana mora brzo da komunicira i prilagođava taktiku branjenja Pick and Rolla i uručenja.

Napadači vežbaju donošenje odluka u situacijama kada nema organizovanih setova, što je ključno za igru u tranziciji.

● **Vežba 11: 2 na 2 plus trener na jednoj četvrtini terena**

Ova vežba predstavlja nastavak prethodne vežbe 10, uz dodatak još jednog igrača kako u napadu, tako i u odbrani. Cilj je poboljšanje donošenja odluka u ograničenom prostoru i vremenu.

➤ **Postavka:**

• Trener se nalazi na simetrali terena i služi kao statični dodavač (**dijagram 11**).

• Napadači su postavljeni na 45° i u korneru.

• Odbrana se postavlja prema principima iz vežbe 10.



➤ **Pravila igre:**

• Napad počinje pasom od trenera ka jednom od napadača.

• Nakon dodavanja, napadači imaju osam sekundi da organizuju napad i realizuju akciju unutar jedne četvrtine terena.

• Prva faza: Napadači igraju bez upotrebe Pick and Rolla, fokusirajući se na kretanje, spejsing i osnovnu saradnju.

• Druga faza: Napadači dobijaju ograničene opcije za saradnju, uključujući dodavanja, kretanja bez lopte i promene strane.

• Ukoliko ekipa napadača uhvati skok u napadu, dobija novih osam sekundi za završetak akcije.

• Odbrana ima slobodu u odlukama o preuzimanju, pomaganjima i agresivnosti.

➤ **Ciljevi vežbe:**

• Brzo donošenje odluka pod pritiskom.

• Razvijanje pravilnog spejsinga i komunikacije u napadu.

• Poboljšanje čitanja odbrane i reakcije u ograničenom vremenu.

• Povećanje takmičarskog intenziteta u malom prostoru.

● **Vežba 12: 2 na 2 plus trener**

➤ **Cilj vežbe:**

Razvijanje napadačkih opcija u igri 2 na 2, rad na pomoći i vraćanju (Help & Recovery) u odbrani, kao i prilagođavanje timskoj defanzivnoj taktici.

Prvi deo vežbe: Raspored je kao na dijagramu 12

• Napad ima više prostora na raspolaganju (**dijagram 12-b**).

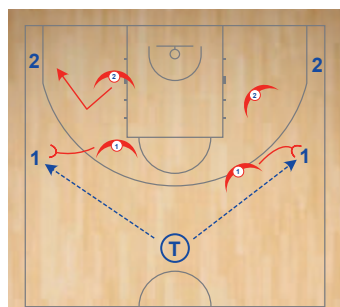
• Početni uslov: igra se bez Pick and Rolla (PKR).

• Kasnija faza: ukida se ograničenje, osim vremenskog (osam sekundi za napad).

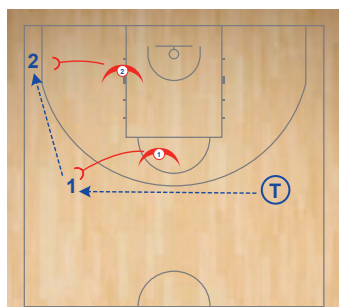
• Igra se do skoka, a vežba je u lajvu posle prvog dodavanja.

Drugi deo – nadogradnja vežbe:

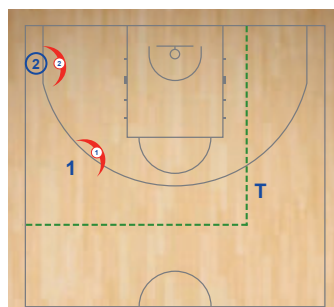
• Fokus na pomoć i vraćanje (Help & Recovery) (**dijagram 12-c**).



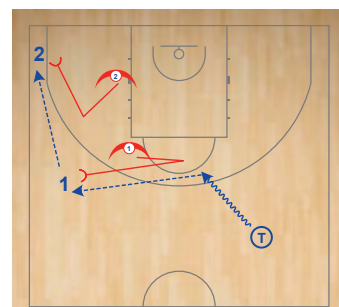
DIJAGRAM 11



DIJAGRAM 12



DIJAGRAM 12b



DIJAGRAM 12c



- Umesto pasom, vežba sada počinje dirigovanim prodorom trenera.
- Na prvi pas: igrač zaustavlja prodor i radi Closeout.
- Na drugo dodavanje: sledeći igrač reaguje na sličan način.

Odbrambeni aspekti:

- Defanzivna podrška ide prema igraču koji pomaže na lopti.
- Pravci i uglovi pomoći su u skladu s kolektivnom odbranom.
- Step en agresivnosti u odbrani prilagođava se taktičkom konceptu ekipe.

Napomena za trenere:

- Vežba treba da uključi sve igrače, bez obzira na poziciju koju inače igraju.
- Naglasiti pravovremenost reakcija u defanzivnoj rotaciji.
- Kroz ponavljanja igrači treba da usvoje principe pomoći i povratka u odbranu.

● Vežba 13: 2 na 2 plus trener (jedna četvrtina terena)

➤ Cilj vežbe:

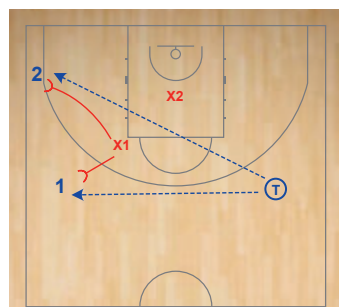
Usavršavanje Closeouta na strani pomoći, donošenje defanzivnih odluka, kao i reakcija napada na različite opcije igre.

➤ Postavka:

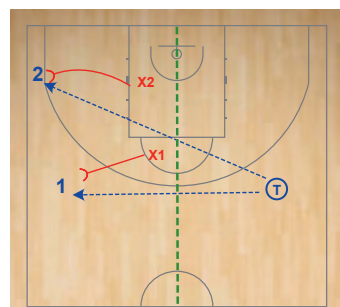
- Igra se na jednoj četvrtini terena.
- Trener može dodati loptu bilo kojem igraču na strani pomoći, bez obzira na početnu poziciju lopte (dijagram 13).
- Defanzivna rotacija je ključni segment vežbe.

➤ Pravila vežbe:

- Prvi pas od trenera pokriva X1, koji zatvara napadača (Closeout).
- Nakon toga, X2 preuzima odgovornost i zatvara drugog napadača.
- Napad ima slobodu odluke – može odmah napasti, odigrati dodatno dodavanje ili tražiti prednost kroz prodor ili šut.



DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 14

- Nakon prvog pasa od trenera vežba postaje takmičarska (5 na 5 mentalitet).

➤ Ograničenja i završetak vežbe:

- Prostor je ograničen na jednu četvrtinu terena.
- Napad ima osam sekundi da završi akciju.
- Igra se do osvojenog poseda – odbrana mora da osvoji loptu skokom, presecanjem pasa ili prinudnim promašajem napada.

➤ Ključni akcenti za trenere:

- Odbrana mora pravovremeno da reaguje na dodavanje trenera i efikasno da zatvori napadača.
- Igrači treba da čitaju situaciju i donose brze odluke, kako u napadu, tako i u odbrani.
- Pravilan ugao Closeouta i brzina reakcije su od ključne važnosti.
- Vežba se može prilagođavati dodavanjem novih pravila, poput ograničenja broja driblinga ili forsiranja određenih tipova završnice.

● Vežba 14: 2 na 2 plus trener - Closeout na strani pomoći

➤ Cilj vežbe:

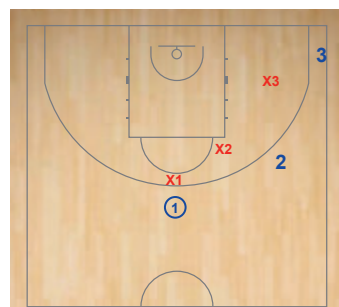
Razvoj Closeouta na strani pomoći bez defanzivne rotacije, pravilno pozicioniranje odbrane u odnosu na loptu i reakcija na dodavanja.

➤ Postavka:

- Igra se na jednoj četvrtini terena.
- Oba odbrambena igrača (X1 i X2) pomerena su ka lopti, formirajući raspored u obliku latiničnog slova I i pozicionirani su u sredini koridora, ali ostaju odgovorni za svoje napadače (dijagram 14).
- Trener dodaje loptu bilo kom napadaču.

➤ Pravila vežbe:

- Nakon dodavanja trenera, svaki odbrambeni igrač radi Closeout direktno na svog napadača.
- Za razliku od prethodne vežbe, nema rotacije – svako ostaje odgovoran za svog igrača.
- Napad ima osam sekundi za realizaciju akcije.



DIJAGRAM 15

- Igra se do osvojenog poseda – odbrana mora preseći pas, naterati napadača na promašaj ili osvojiti loptu skokom.

➤ Ključni akcenti za trenere:

- Pravilan Closeout – pod odgovarajućim uglom i s kontrolisanom agresivnošću.
- Balans između pomoći i odgovornosti za svog igrača – odbrana je pomerena, ali mora brzo da reaguje na dodavanje.
- Napadači se podstiču da prepoznaju i koriste prednosti koje im se otvaraju u igri 2 na 2.
- Odbrana ne rotira, već individualno zatvara prostor svom protivniku.

● Vežba 15: 3 na 3 (Defanzivna koordinacija i pomoć u prodoru)

➤ Cilj vežbe:

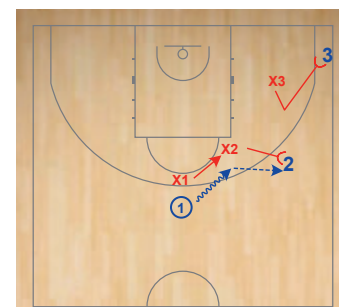
Razvijanje kolektivne defanzivne koordinacije, uz fokus na pravilnu pomoć u prodoru, vraćanje i podršku odbrambenim igračima. Povećanje efikasnosti u timskom branjenju pri različitim napadačkim akcijama.

➤ Postavka:

- Igra se na jednoj četvrtini terena.
- Napad je postavljen u sledećim pozicijama: jedan napadač na vrhu (topu), jedan napadač na 45° i jedan napadač u korneru (dijagram 15).
- Napad nema limit za saradnju igrača, koji se mogu slobodno kretati i dodavati, ali postoje vremenski limiti od osam do deset sekundi za realizaciju napada i prostorni limiti: igra se u okviru jedne četvrtine terena.

➤ Pravila vežbe:

- Prodor na strani lopte (pored napadača na 45°) (dijagram 15-a):
- X2 (odbrambeni igrač na strani lopte) izvršava pomoć u pokušaju da zaustavi prodor.
- X3 (odbrambeni igrač na suprotnoj strani) takođe izvršava pomoć i vraća se u poziciju, pružajući podršku X2.



DIJAGRAM 15a

- Pozicija i ugao odbrambenih igrača, kao i njihova distanca od napadača, zavise od kolektivne defanzivne taktike (na primer, da li je taktika visoka agresivnost ili čuvanje prostora).
- Prodor na suprotnoj strani (kada lopta prelazi na suprotnu stranu) (**dijagram 15-b**):
- X3 (odbrambeni igrač na suprotnoj strani) treba da pokuša da zaustavi prodor napadača s lopta.
- U tom trenutku X2 (igrač sa strane lopte) postavlja se u poziciju da bude između dva napadača na strani pomoći, pripremajući se za eventualni pas ili brzu reakciju na kretanje lopte.
- Nakon što lopta pređe s jedne strane na drugu, X2 izlazi na prvi pas koji ide prema napadaču na strani lopte, pružajući pritisak i pokušavajući da ometa pas ili šut (**dijagram 15-c**).

Ako dođe do drugog pasa prema napadaču 2, X1 (igrač koji je bio u poziciji pomoći) izlazi iz svoje pozicije i preuzima odgovornost za novog napadača koji je primio pas, pokušavajući da ga zaustavi pre nego što izvrši šut ili prodor.

➤ Brza reakcija:

- Ako napadač uspe da kontroliše prodor ili pravi dodatnu pretnju, odbrana mora da se povraća i brzo reaguje na sve eventualne opcije napadača (dodavanje, šut ili ponovni prodor).

➤ Napomena:

- Pozicija i ugao odbrambenih igrača, kao i njihova distanca, moraju biti u skladu s kolektivnom defanzivnom taktikom. Na primer, ako je cilj da se stvori visoki pritisak na loptu, odbrambeni igrači moraju biti bliže napadačima, dok u slučaju taktike povučenijeg branioca odbrambeni igrači mogu zauzeti šire pozicije.
- Komunikacija i reakcija svih igrača je ključna za efikasnu odbranu, jer odbrana mora biti sinhronizovana i brzo da se prilagođava napadačkim akcijama.

● Vežba 16: 4 na 4 (Hendikep i kolektivna odbrana)

➤ Cilj vežbe:

Razvijanje kolektivne defanzivne koordinacije, fokusirajući se na pravilnu pomoć u različitim situacijama (prodor na stranu, prodor u sredinu) i pravovremenu rotaciju. Vežba se izvodi uz početni hendikep, gde odbrana mora da se prilagodi napadačkim akcijama i postavci.

➤ Postavka:

- Igra se na jednoj polovini terena (4 na 4).
- Napad: Igrači su postavljeni prema **dijagramu 16-1** – jedan napadač u reketu (u unutrašnjem prostoru) i ostali na spoljnim pozicijama.
- Odbrana: Igrači X1, X2, X3 i X5 su postavljeni tako da je X1 iza svog igrača, ne kontroliše loptu i prodor.

➤ Pravila vežbe:

Prva faza:

1. Napad:

- Napadač u reketu ulazi sa stopalima unutar reketa.
- Napad može pokušati da završi prodorom, šutom ili pasom na slobodnog igrača.

2. Odbrana:

- X5 (odbrambeni igrač koji čuva napadača u reketu) mora da zaustavi prodor koliko god je moguće dalje od obruča.
- To zavisi od postavke kolektivne defanzivne taktike (na primer, ako je strategija visok pritisak, odbrambeni igrač se pomera bliže lopti).
- X3 postaje odgovoran za napadača koji je u reketu, preuzimajući odgovornost za njega.
- X2 se postavlja između dva napadača, pružajući pomoć i podršku.
- X1 postavlja se u poziciju pomoći, čuvajući spoljnog napadača.

3. Rotacija:

- Nakon što lopta bude dodata, X5 se ostaje kod napadača 1 u reketu, dok X3 ostaje odgovoran za napadača 5, X2 i X1 ostaju u svojim pozicijama – X1 čuva spoljnog na-

padača, dok X2 podržava s bočne strane (**dijagram 16-2**).

Druga faza: Prodor u sredinu

1. Napad:

- Napadač pokušava da proдре u sredinu ili se odlučuje za šut.

2. Odbrana:

- X1 pokušava da prati prodor, sve dok ne dođe do pravilne pozicije za zaustavljanje ili ometanje prodora.
- X5 mora da menja svoju poziciju u skladu sa uglom prodora kako bi se što bolje pozicionirao i sprečio napadača u pokušaju završetka akcije.
- X2 postavlja se da zaustavi prodor na samom početku i ometa napadača dok je još u pokretu.
- X3 mora da igra između dva napadača koji su sada u pozicijama koje zahtevaju dodatnu pomoć. Ukoliko dođe do dodavanja, X3 se mora brzo postaviti u odgovarajuću poziciju.

3. Rotacija u odbrani:

- U zavisnosti od sistema odbrane (spoljna rotacija ili visoki pritisak), odbrambeni igrači se rotiraju i menjaju pozicije.
- X5 može biti uključen u rotaciju, pokušavajući da preuzme odgovornost između pasa i pomogne u kontroli napadača (**dijagram 16-3**).

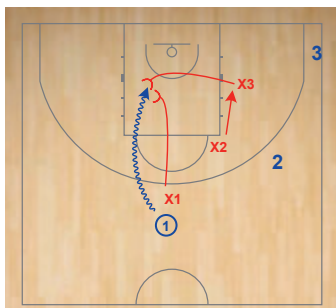
➤ Zaključak i akcenti:

- Ova vežba stavlja veliki fokus na kolektivnu odbranu i timsku koordinaciju pri različitim situacijama (prodor u sredinu ili na stranu).

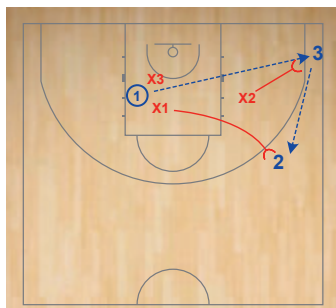
Komunikacija među odbrambenim igračima je ključna kako bi se pravilno rotirali i preuzimali odgovornosti u skladu s napadačkim akcijama.

- Pozicije i rotacije se zasnivaju na kolektivnoj taktici, bilo da se koristi visoki pritisak, srednji ili niži blok.
- Ova vežba je vrlo efikasna za učenje odbrambenih principa i razvijanje sposobnosti odbrambenih igrača da reše različite napadačke akcije u kratkom vremenskom periodu. ●

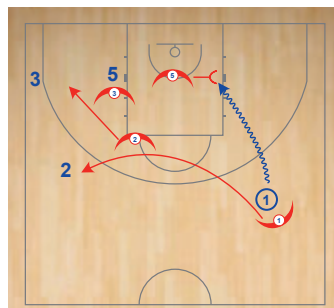
Pozicija i ugao odbrambenih igrača, kao i njihova distanca, moraju biti u skladu s kolektivnom defanzivnom taktikom. Na primer, ako je cilj da se stvori visoki pritisak na loptu, odbrambeni igrači moraju biti bliže napadačima, dok u slučaju taktike povučenijeg branioca odbrambeni igrači mogu zauzeti šire pozicije. Komunikacija i reakcija svih igrača je ključna za efikasnu odbranu, jer odbrana mora biti sinhronizovana i brzo da se prilagođava napadačkim akcijama.



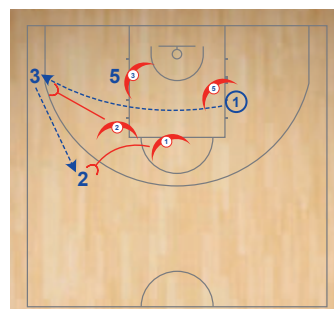
DIJAGRAM 15b



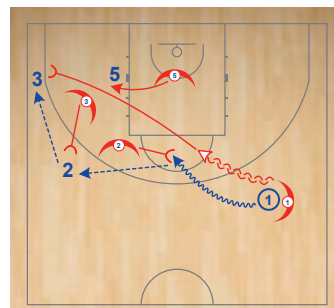
DIJAGRAM 15c



DIJAGRAM 16-1



DIJAGRAM 16-2



DIJAGRAM 16-3



Koncepti napada na zonsku odbranu

Trenerski posao je sjajna stvar, a jedina razlika na višim nivoima, poput NBA lige, jeste veća pažnja javnosti. Više je navijača, TV analitičara, društvenih mreža koje vam govore šta da radite, ali kao trener ne treba mnogo da brinete o tome. Treneri su isti. Moji najbolji treninzi su kada sam odmoran, pripremljen i mentalno spreman. Kada sam umoran ili pod stresom, nisam ni približno tako dobar. Dakle, po mom mišljenju, ključ nije motivisanje igrača već motivisati sebe, da dovedete sebe do odgovarajućeg nivoa energije tako da možete pozitivno uticati.

Danas ćemo raditi napad protiv zonske odbrane i želim malo da pričam o tome kako do određenog stepena zonska odbrana menja NBA ligu.

Počeo sam kao srednjoškolski trener, bio sam nastavnik, zatim koledž trener i imao sam tu sreću da budem trener u NBA ligi. Ne mislim da je pritisak različit na bilo kom nivou. Što duže radite trenerski posao, morate naučiti kako da uživate u njemu. Trenerski posao je sjajna stvar, a jedina razlika na višim nivoima, poput NBA lige, jeste veća pažnja javnosti. Više je navijača, TV analitičara, društvenih mreža koje vam govore šta da radite, ali kao trener ne treba mnogo da brinete o tome.

Želim da podelim nekoliko stvari s vama koje sam naučio kroz svoj rad i iskustvo.

Prvo, bez obzira na nivo na kom radite, kad svakog dana idete na posao, važno je da shvatite da će vam više stvari krenuti po zlu nego kako treba, to je jednostavno tako. Ako ste pobedili tri utakmice zaredom i osećate da je tim u dobrom momentu, verovatno imate trojicu ili četvoricu igrača koji nisu zadovoljni jer ne igraju dovoljno ili ne dobijaju dovoljno šuteva. Oni slušaju porodicu, prijatelje ili u NBA ligi svoje agente. To je jednostavno deo posla. Kao trener morate da naučite kako da rešavate takve probleme i da svakodnevno komunicirate sa svojim timom, povežete se sa igračima i razumete njihova osećanja.

Druga stvar je da morate imati plan za svaki dan koji će raditi u korist vašeg tima. Moj pristup je bio da svako jutro, kada dođem u kancelariju, zapišem šta se dogodilo prethodnog dana, da li smo izgubili, pobedili, imali dobar ili loš trening, to je mesto gde je vaš tim bio juče. To mi pomaže da sagledam sledeći izazov. Na primer, ako smo pobedili u sredu uveče i sledeća utakmica nam je protiv Bostona u petak, moj fokus je kako da na najbolji način iskoristimo četvrtak kako bismo pobedili Boston. To mi daje svrhu.

Treća stvar, kada gledam igrače, primećujem da njihovi dobri ili loši dani često zavise od njihovog načina funkcionisanja, da li su se dovoljno odmorili prethodne noći ili da li imaju neki lični problem. Treneri su isti. Moji najbolji treninzi su kada sam odmoran, pripremljen i mentalno spreman. Kada sam umoran ili pod stresom, nisam ni približno tako dobar. Dakle, po mom mišljenju, ključ nije motivisanje igrača već motivisati sebe, da dovedete sebe do odgovarajućeg nivoa energije tako da možete pozitivno uticati. Radio sam s različitim trenerima na koledžu i u NBA ligi, neki su veoma strogi prema igračima, drugi nisu toliko i došao sam do zaključka da verujem u pozitivan stav. Mnoge studije o uspešnim kompanijama širom sveta pokazuju da su njihovi lideri pozitivni. Način na koji nešto kažete može napraviti ogromnu razliku. Ako vaš najbolji igrač ima loš dan na treningu, postoje dva načina. Možete mu reći: „Kvariš nam trening!“ ili možete reći: „Ako ti ne treniraš maksimalno, ne mogu očekivati da ostatak tima trenira maksi-

malno.“ Iako prenosite istu poruku, druga poruka izaziva igrača da se potruži više.

Četvrta stvar, razlika između velikih, dobrih i loših trenera u NBA ligi često se svodi na ono šta rade nakon utakmice. Od trenutka kada se utakmica završi do sledećeg susreta s timom, ključ je koliko pažljivo gledate snimak utakmice i kako koristite te informacije da pomognete svom timu. Igrači moraju da nauče da se oslone na trenera za plan utakmice. Oni imaju svoje mišljenje, agente, prijatelje, ali ne gledaju snimke onoliko pažljivo koliko vi to radite. Nije važno koliko ste pametni, ako ne gledate snimak, ne znate tačno zašto ste pobedili ili izgubili, ne znate šta je bilo dobro, a šta je bilo loše. Pet Rajli i Van Gandi su me naučili da odmah nakon utakmice napišem tri stvari koje smo dobro radili u napadu i tri u odbrani. To radim pre nego što odem na konferenciju za medije. Ako smo igrali na domaćem terenu, ponekad odmah pogledam bar prvo poluvreme, a ponekad gledam i celu utakmicu, a ako smo na gostovanju, gledam snimak u hotelu. Neverovatno je koliko puta sam pogrešio u vezi s nečim dok nisam pogledao snimak. Suština je u tome da napredujemo svaki dan. Jedini način da svaki dan imate dobar plan jeste da vi kao glavni trener uz pomoć svog stručnog štaba pažljivo odgledate snimak i znate tačno na čemu treba raditi da biste postali bolji. Da biste napredovali, nije teško imati dobar trening. Po mom mišljenju, možete imati dobre treninge tako što ćete raditi gomilu vežbi koje nisu teške, gde ne morate da zaustavljate trening, ne morate da korigujete, ne morate da se borite sa igračima da rade intenzivno, ne morate da ih terate da se koncentrišu, a oni će ipak imati osećaj da su nešto postigli tog dana. Nasuprot toga, možete doći i reći „loše branimo igrača s loptom, ne kreće nam se lopta, ne vraćamo se u odbranu“, šta god da je problem, ali suština je napasti taj problem. Tako će tim naučiti da se oslanja na vas za plan utakmice.

Ovo govorim jer me je nekoliko ljudi pitalo o tome. Ako ste glavni trener, nikada se ne brinite o tome šta drugi misle o vama kao treneru. Ima previše drugih stvari o kojima treba da vodite računa.

Ono što ja pokušavam da radim jeste da gledam snimke utakmica, preuzmem pravu količinu zasluga i pravu količinu krivice. Ako napravimo grešku, napravili smo grešku. Ako ste iskreni, svaki glavni trener posle svake utakmice vidi stvari koje je pogrešio. Možda ste mogli da napravite drugačije izmene, da koristite drugačije napadačke akcije, da promenite nešto u odbrani, možda ste mogli da budete bolji u pripremi utakmice. Ako ste iskreni, bez obzira na to koliko ste dobri, u većini utakmica i vi pravite greške. Ali ne morate to nikome da govorite. To su stvari koje treba da znate kako ih ne biste ponovili. Ne govorim čak ni svojim pomoćnicima, jer su to stvari koje mogu sam da popravim.

Što se tiče zonske odbrane, pre sedam ili osam godina Majami je počeo mnogo da je koristi u NBA ligi i to

je promenio dosta stvari. Kao što znate, prema pravilima igre, teoretski ne bi trebalo da budete u mogućnosti da igrate dobru zonsku odbranu, jer postoji pravilo o defanzivne tri sekunde. Ipak, oni su pronašli način da to izvedu, uglavnom koristeći izuzetnu veličinu igrača na spoljnim pozicijama, usporavajući protok lopte i često koristeći visoke igrače na krilima, slično kao što to radi Sirakjuz, dok su niže igrače stavljali u kornere. To im je donelo veliku efikasnost. Pre dve godine pobeda Majamia nad Bostonom u plej-ofu bila je jedno od dva najveća iznenađenja u njihovih 26 godina u NBA ligi. Kada pogledate kvalitet oba tima, nije bilo realno da ih pobeđe četiri puta. To je bilo neverovatno iznenađenje, a njihovo korišćenje zonske odbrane igralo je ogromnu ulogu u tome. Uspevali su da drže Boston van balansa, a najvažnija stvar bila je to što su sprečavali da lopta ulazi u reket.

Ove sezone u NBA ligi najefikasniji napad, bilo protiv odbrane čovek na čoveka ili zone, bio je u prvih osam sekundi kada bi lopta stigla do reketa. To je najbolja stvar koju možete postići. Najefikasnija stvar tokom cele godine bila je brzo provesti loptu, bilo da se unosi u reket prodorom, doda u reket i potom postigne koš, iznudi foul ili se vrati napolje. To su bili najbolji posedi. Drugi najefikasniji napad u našoj ligi ove sezone bio je u postavljenom napadu tokom prvih 16 sekundi, odnosno između osme i 16. sekunde, kada se dešava da lopta uđe u reket. Razlika u efikasnosti kada lopta stigne u reket u odnosu na situacije kada ne stigne je ogromna. Siguran sam da je tako na svim nivoima i u svim ligama. U našoj ligi postoji samo sedam igrača, a Stef Kari bi bio na vrhu liste onih koji su efikasni u napadima kada nema nijedno ili ima samo jedno dodavanje i šutiraju trojku iz driblinga. Tejtum i Lamelo Bol su takođe neki od njih. Za većinu igrača pas unapred i brzi šut za tri poena je loš šut. Ne stvara nikakav pritisak na odbranu, ne možeš da iznudiš foul i ne primoravaš protivnički tim da se brani. Svi to radimo, ali to je loš šut u našoj ligi.

Prva stvar koju ću reći što se tiče napada na zonsku odbranu jeste šta pokušavamo da uradimo, jer se ne susrećemo često sa zonom. Majami je igra, Portland je igra često, a i neki drugi timovi počinju da je igraju. Teško je jer kada igrač svako drugo veče, ponedeljak-sreda, pa onda ideš u Majami u petak, a nisi igrao protiv zone tri nedelje i znaš da će je oni igrati, možda je neće igrati od početka, ali će je igrati. Evo do čega smo mi došli i podeliću to s vama. Veoma je jednostavno, ali mislim da je veoma efikasno. Naša pravila su sledeća:

Prvo pravilo, mada se danas nećemo fokusirati na njega, jeste da pokušavamo da pobedimo zonu tako što ćemo je napasti u tranziciji i ući u reket. Majami igra zonu bez obzira na to da li su dali koš ili ne. Većina timova u našoj ligi je igra samo nakon što postignu koš, ali Majami je igra u svakoj situaciji, tako da protiv njih moramo biti spremni. Prva stvar koju želimo da uradimo je da napadnemo zonu brzo i uđemo u reket. Druga stvar, uvek pričamo o ovome – želimo da igramo napad s protokom lopte i kretanjem. Isti protok i ista kretnja lopte protiv zone kao što radimo protiv odbrane čovek na čoveka. Po mom mišljenju, posmatrajući ovo godinama i proučavajući ekipe koje imaju problema sa zonskom odbranom Majamija, dolazim do zaključka da sami sebe zbunjuju. Vide zonsku odbranu, imaju četiri ili pet pripremljenih akcija, obično brzo guraju loptu napred, ali kada vide zonu, stanu, dodaju loptu u stranu, svi se postave u određeni raspored i ostanu 14 sekundi do kraja napada. To



otežava napad. Mi želimo da igramo istim tempom, sa istim protokom i kretanjem lopte protiv zone, kao što to radimo protiv odbrane čovek na čoveka.

Drugo pravilo je da želimo da imamo isti pristup iznutra ka spolja – lopta mora da dođe u reket protiv zone. Možemo da probijamo driblingom, napadamo razmak odbrambenih igrača, koristimo PnR, ubacujemo visoke igrače ili veće spoljne igrače u sredinu i dodajemo loptu u reket. Takođe koristimo kratki korner, što ću vam danas pokazati, ali ključna stvar je da lopta mora da uđe u reket.

Treće pravilo je drugačije od drugih timova. Većina zona u našoj ligi, osim Majamija i Portlanda, funkcioniše tako da je igraju 14, 15, 16 sekundi, a zatim prelaze na odbranu čovek na čoveka. Tako imate napad protiv zone, a oni u međuvremenu pređu na čovek na čoveka. Zato mi kažemo da naš napad treba da bude orijentisan na PnR igru. Ne razmišljamo na način „sad ćemo da počnemo sa PnR“, već želimo da ulazimo u PnR iz igre. To donosi dve stvari: prvo, zbunjuje zonu i stavlja pritisak na odbranu, a drugo, dobar je način da se lopta ubaci u reket i stvori prazan prostor koji možemo da napadnemo. Druga korist je ta da kada timovi pređu na čovek na čoveka, mi već imamo dobar napad i ne moramo da čitamo situaciju ili bilo šta drugo, već jednostavno nastavljamo sa PnR igrom.

Dakle, hoćemo da napadnemo zonu brzo u tranziciji, da lopta uđe u reket, da igramo istim tempom i sa istim protokom igre kao protiv čovek na čoveka i da naš napad bude baziran na PnR. Poslednje dve stvari: želimo da igramo ispod produžene linije slobodnih bacanja. Ponovo, glavna snaga Majamijeve odbrane je ta što koriste krilne igrače i četvorke kako bi odbranili prostor ispod produžene linije slobodnog bacanja. Njihov cilj je da vas nateraju da loptu držite iznad produžene linije slobodnih bacanja. To je teško, zato mi želimo da igramo dole, ispod te linije. Želimo da koristimo prostor oko skraćenog kornera kako bismo raširili zonu i napravili veći razmak u odbrani kako bismo lakše mogli da napadnemo sredinu. Kad lopta dođe u taj prostor, odbrana se skuplja i onda se otvaraju linije dodavanja. Ako imate dobrog do-

Ove sezone u NBA ligi najefikasniji napad, bilo protiv odbrane čovek na čoveka ili zone, bio je u prvih osam sekundi kada bi lopta stigla do reketa. To je najbolja stvar koju možete postići. Najefikasnija stvar tokom cele godine bila je brzo provesti loptu, bilo da se unosi u reket prodorom, doda u reket i potom postigne koš, iznudi foul ili se vrati napolje.



davača na poziciji četvorke ili petice, to može biti velika prednost. Poslednja stvar, i mislim da je ovo ključno. Najslabija tačka svake zone je defanzivni skok. Tu možemo da steknemo prednost ako naši najbolji skakači zauzmu pozicije u kratkom kornoru ili agresivno napadaju ofanzivni skok. Dakle, želimo da imamo dobar ofanzivni skakački mentalitet protiv zonske odbrane.

Nećemo se sada fokusirati na tranziciju. Trening ćemo početi s vežbom četiri na pet, pet odbrambenih igrača i četiri napadača (tri spoljna i jedan visoki igrač). Sada ću vam pokazati progresiju koju koristimo kako bismo ih naučili određenim konceptima. Želimo da uvek budemo u praznom prostoru. Pričaćemo o čitanju igre pre nego što igrač primi loptu, zatim o korišćenju driblinga za ulazak u reket i o ubacivanju igrača u sredinu zone.

Svaki put kada igramo na spoljnim pozicijama, igramo malo od linije kako bih bio u vidnom polju i uvek u praznom prostoru, kako bismo naterali dva defanzivna igrača (na **Dijagramu 1** igrači 1 i 3) da donesu odluku. Dakle, svaki put kada se lopta doda, želimo da postoji trenutak konfuzije u odbrani. Ako stojimo kao što je prikazano na **Dijagramu 2**, nema praznog prostora. Lopta mi se doda, igrač 1 će je preuzeti, 2 će se pomeriti i ništa se nije desilo.

Ali ako stojim malo niže, onda se situacija menja. Uvek želimo da budemo između dva igrača i ono što želimo jeste da donji defanzivni igrač iz zone uvek mora da brani igrača na krilu kada primi loptu. Ako sam ovde kao što je prikazano na **Dijagramu 3** i lopta dođe do mene, on će morati da preuzme, što otvara prostor u kratkom kornoru.

Ako je lopta na strani (kako je prikazano na **Dijagramu 4**), igrač 4 može da se kreće uz čeonu liniju, primi loptu i poentira, dodaje dalje ili neka druga opcija. Što je više moguće, želimo da donji defanzivni igrač u zoni bude prinuđen da brani igrača na krilu kada primi loptu.

Svaki put kada lopta bude dodata na stranu, zona će se pomeriti (**Dijagram 5**).

Treba da se pomerimo unazad jedan ili dva koraka i jedan ili dva koraka ka sredini (**Dijagram 6**) da bismo bili u praznom prostoru dva odbrambena igrača u zoni (igrači 1 i 2). Ovo je sada ključni prostor i ključni mo-

menat koji nazivamo čitanje pre prijema lopte. Kada postoji širok prostor, prvo ako je to u tvom šuterskom dometu, a lopta još nije ušla u reket, to je dobar šut. Kada vidimo širok prostor, želimo da ga napadnemo kroz „split” (razdvajanje odbrane). Dakle, čitanje situacije pre prijema lopte, ne želimo da primimo loptu i tek onda da shvatimo da postoji veliki razmak u odbrani, jer tada odbrana može da reaguje. Pre prijema lopte već znamo da dolazi pas i odmah reagujemo brzo probijamo i ulazimo u reket. Suština je čitanje pre prijema lopte kada postoji širok razmak odbrambenih igrača, napadamo ga. Ako lopta dolazi na centralnu poziciju (**Dijagram 7**) i ako je prostor manji, tada pravilo glasi: mali prostor, čitaj situaciju pre prijema lopte i brzo je prosledi dalje. Ako si u malom prostoru, brzo dodaj loptu; ako si u velikom prostoru, napadaj ili šutiraj. Cilj je da uvek napadamo zonu kroz prostore između odbrambenih igrača. Ne želimo da se oslanjamo na dribling da bismo izazvali pomoć jer ako igrač protiv Majamija, njihovi defanzivci su visoki i jaki, oni koriste te trenutke da ukradu loptu. Želimo da igramo protiv zone tako da imamo protok lopte, da igramo bez nervoze, jednostavna igra, kretnje lopte.

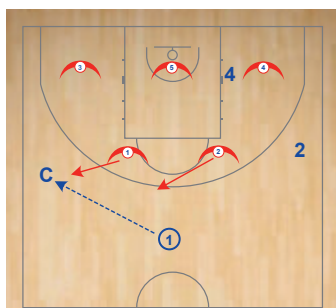
Igrači na pozicijama četiri i pet koriste kratki kornor. U prvom delu napada igramo bez PnR. Samo kretanje visokih igrača u prazne prostore (**Dijagram 8**).

Kada se lopta doda na stranu, možeš da udeš u slobodan prostor i tražiš loptu. Ako primimo loptu u kratkom kornoru, taj igrač treba da rešava situaciju i uvek tražim od igrača da budu okrenuti ka sredini terena (**Dijagram 9**). Prva reakcija je ka obruču, pokušaj napada u reket. Ako odbrana zatvori prodor, saigrači treba da se kreću u odnosu na igrača s loptom, otvarajući linije dodavanja. Lopta može da se prosledi iza odbrane (**Dijagram 10**).

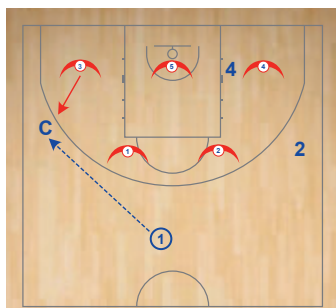
Ako lopta dođe na kavicu, defanzivci će se skupiti, tada želimo da sa čeonu linije iza njih, kada god vidimo prazan prostor i razmak između odbrambenih igrača, ulazimo u taj prazan prostor (prikazano na **Dijagramu 11**). Kada se lopta doda na stranu, odbrana se pomera ka lopti, tražimo prazan prostor i napadamo ga kretnjom (**Dijagram 12**).



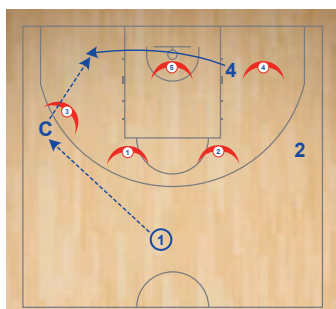
DIJAGRAM 01



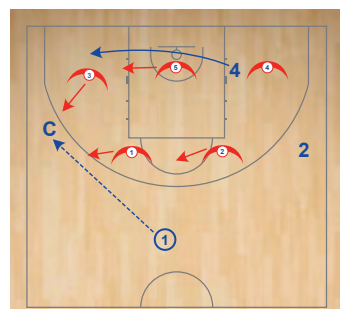
DIJAGRAM 02



DIJAGRAM 03



DIJAGRAM 04



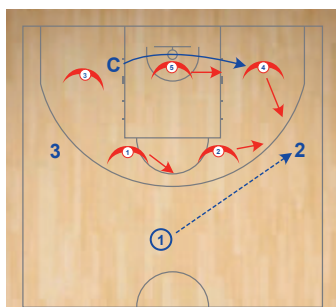
DIJAGRAM 05



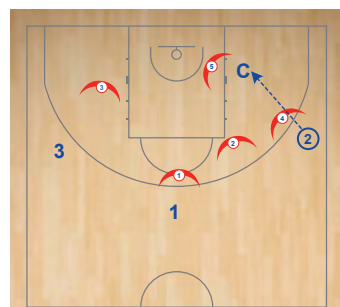
DIJAGRAM 06



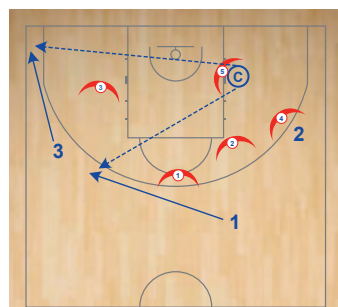
DIJAGRAM 07



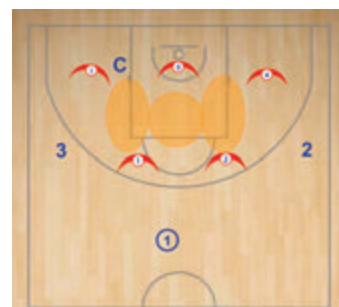
DIJAGRAM 08



DIJAGRAM 09



DIJAGRAM 10



DIJAGRAM 11



Koristimo PnR nakon što lopta uđe u reket (**Dijagram 13**), ali za sada ćemo ostati samo na osnovnim principima. Ovo nije lako, ali je način na koji želimo da napadamo zonu.

Kada radimo protiv zone na treningu kampu, igramo četiri na pet protiv zone. Na perimetru, jedna ključna stvar kod zone je da oni određuju da ne moraju da brane blokade. Ali ono što mi možemo da kontrolišemo jeste da nateramo njihove lošije defanzivce da čuvaju naše najbolje igrače. Recimo, ako smo mi Šarlot Hornets, možemo imati Brendona Milera i Lamela Bola, kada igramo protiv Majamija, oni imaju defanzivce koje možemo da napadnemo. Zato ću reći Lamelu: „Kada dodaš loptu s vrha, brzo zameni pozicije sa saigračem i dođi ovde da napadneš njihovog sporijeg visokog igrača.” (prikazano na **Dijagramu 14**).

U ovoj vežbi možete dodavati i prilagođavati se, tj. čitati situaciju, možete dodati loptu i protrčavati kroz reket. Treba da se vodi računa pošto ima samo četiri igrača u napadu, mora se brzo popunjavati prazan prostor, čitati pre prijema lopte i ne sme se zadržavati lopta.

Protiv zone uvek se postavi (igrač 3) malo dalje od linije dodavanja kako bi se imao bolji pregled igre (**Dijagram 15**) i pogled na obruč.

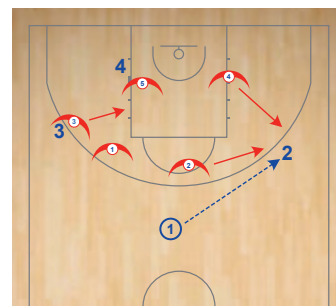
Igrač broj 4 ima dobar ugao za napad i treba odmah da ide u reket (prikazano na **Dijagramu 16**). Kad primi loptu, treba da bude agresivan.

Treba da čitamo odbranu, ali i da reagujemo na kretanje saigrača. Kada igrač utrči kroz reket i povuče odbranu, treba da tražimo prazan prostor i otvorimo se za prijem lopte.

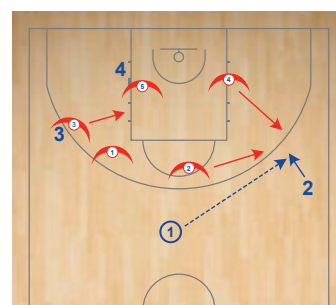
Otišao je pas od igrača 3 na 1 (**Dijagram 17**), pa zatim 1 za 2 (**Dijagram 18**), međutim, greška igrača broj 2 je što nije bio više i primio loptu ka košu, treba da bude iznad linije dodavanja (**Dijagram 19**). Svaki put kad se lopta pomeri, moramo da igramo iznad linije dodavanja, da gledamo u koš, da nađemo prazan prostor i da donesemo brzu odluku.

Situacija koja se dešava svaki put kad spoljni igrač probije u reket (prikazano na **Dijagramu 21**), razlika između dobrog i vrhunskog igrača je u ovome: igrač 1 je napravio dobru kretnju, našao prazninu u odbrani, ali nakon toga, ako ne vidiš saigrača, ništa nismo dobili. Mi ovo zovemo *look up, look out* – digni pogled gore.

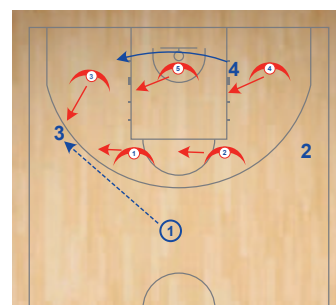
Ako nam odbrana zatvori prostor rukama, napadni prostor i zaustavi se i, ako treba, pivotiraj. Pivot usporava igru i protok lopte, ali bolje da pivotiramo nego da izgubimo loptu. Majami ima defanzivce s dugim rukama i uvek su aktivni u reketu. Kada napadaš zonu, nemoj fiksirati pogled na jednu tačku – gledaj gore, i igrač koji napada mora da ima dobar pregled igre, treba da imamo dobar izlazni pas. Te odluke moramo donositi brzo. Kad smo na centralnoj poziciji, možemo koristiti oči da skrenemo pažnju odbrane, da gledamo u jednu stranu a dodamo pas na drugu. Na ovoj poziciji ova dodavanja su često dostupna. U ovoj situaciji bi dodali lob pas (**Dijagram 22**).



DIJAGRAM 18



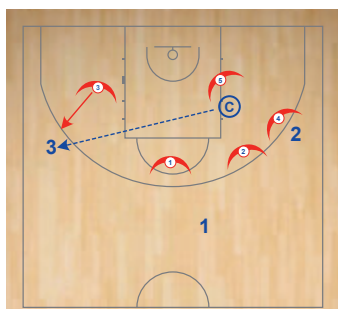
DIJAGRAM 19



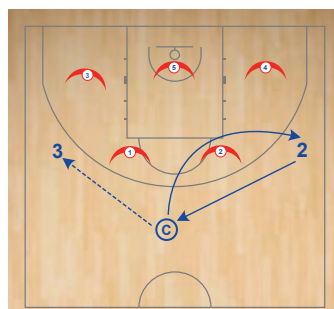
DIJAGRAM 20



DIJAGRAM 12



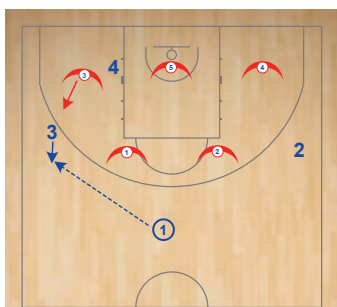
DIJAGRAM 13



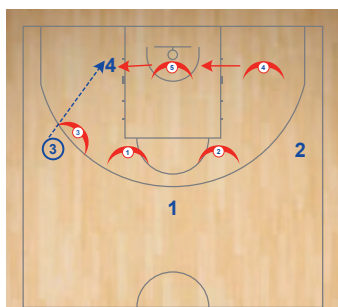
DIJAGRAM 14



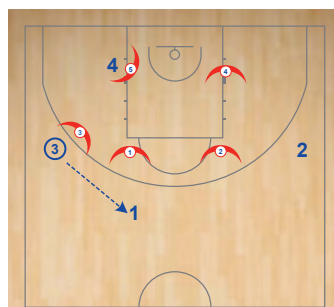
DIJAGRAM 21



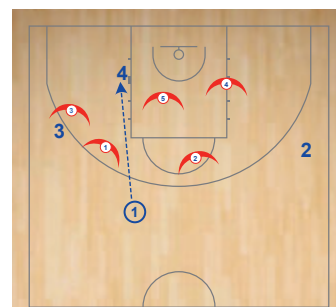
DIJAGRAM 15



DIJAGRAM 16



DIJAGRAM 17



DIJAGRAM 22



čoveka. Za zonu je teško da preuzmu u ovom trenutku i imaće veliki razmak odbrambenih igrača, tako da igrač broj 1 može da rešava ovu situaciju.

Ako je odbrana raširena, igrač broj 4 može da napravi PnR tako da igrač s loptom napadne sredinu terena (**Dijagram 26**). I igrač broj 4 svaki put rola.

Igrač broj 3 traži prazan prostor na strani akcije (**Dijagram 27**), ista stvar je i na strani od lopte, unutra ima mnogo visokih igrača i igrač broj 2 treba da bude u vidnom polju igrača s loptom i da pronađe prazan prostor (**Dijagram 28**). Kao što je prikazano, ne sme da ide niže od obeleženog polja. Ponekad su dovoljna samo jedan ili dva mala koraka da se otvori bolja linija dodavanja.

U našoj situaciji igrač broj 1 je šutnuo na koš (**Dijagram 29**). Nije bio u balansu i neće iznuditi foul na takvom šutu. U NBA ligi šutevi s poludistance mogu da budu deo ritma igre, ali nisu oni koji donose pobeđe. Želimo agresivne prodore do koša i pravovremene pasove ka spolja (*kick-outs*).

Sledeća situacija koju imamo (**Dijagram 30**): igrač broj 2 je u liniji dodavanja, mora biti van linije dodavanja (**Dijagram 31**), ostati široko i tražiti prazan prostor odbrambenih igrača, pri prijemu pogledati koš i videti dodavanje za kratki kornar.

Ako vidimo igrača kako protrčava ka košu kroz prazan prostor, moramo da dodamo pas, ne smemo da čekamo predugo.

Kad igrač primi loptu u kratkom kornaru, mora da proceni situaciju. Ako vidi da ima prednost, treba odmah da napada. Ako proceni da nema situaciju da napadne koš, uvek mora imati opciju za pas ka spolja, takođe ako nema pas na igrača broj 3, igrač broj 2 ga mora pratiti i otvoriti taj pas unazad (**Dijagram 32**).

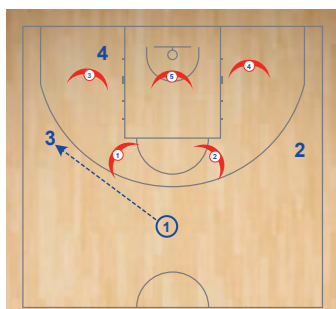
Moramo uvek biti u praznom prostoru odbrambenih igrača, tražiti i trčati u sprintu u taj prostor.

Radio sam sa Bretom Braunom, bivšim trenerom Seventisiksersa. Njegov otac Bob Braun bio je legendarni trener srednje škole u Nju Englandu, Divizija 1, Divizija 2, Divizija 3. Često je na utakmicama igrao zonsku od-

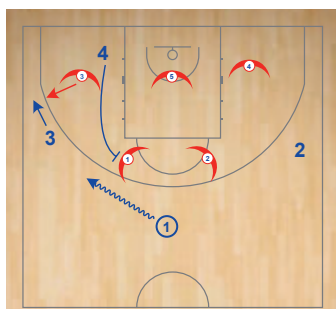
I dalje igramo 4 na 5, ali sada ćemo uključiti PnR. Čitamo prostor, igramo van linije dodavanja, donosimo odluku pre prijema lopte i koristimo kratki kornar. Sada nam je cilj da ubrzamo igru. Majami igra visoko i agresivno, a ako se igra sporo, odbrana se lako postavlja. I ova dodavanja (**Dijagram 23**) teška su, protiv njih rizikujemo da izgubimo loptu, dodavanje igrača 1 za 3.

Zato uvek počinjemo sa PnR. Ako pozovemo „five up”, centar dolazi da igra PnR, ako pozovemo „four up”, onda četvorka igra PnR. Ako četvorka postavlja PnR, centar je u kratkom kornaru. Lopta nam je na sredini terena.

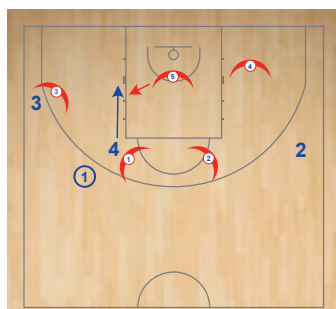
Igrač broj 4 dolazi u PnR, igrač broj 1 kreće driblingom i korsiti blokadu (**Dijagram 24**) i svaki put visoki igrač zadnjim pivotom rola ka košu (**Dijagram 25**). Ideja igrača 1 je da igra na isti način kao da je odbrana čovek na



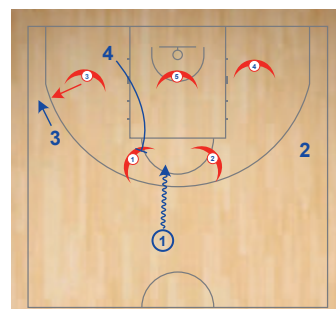
DIJAGRAM 23



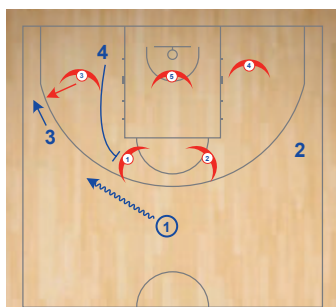
DIJAGRAM 24



DIJAGRAM 25



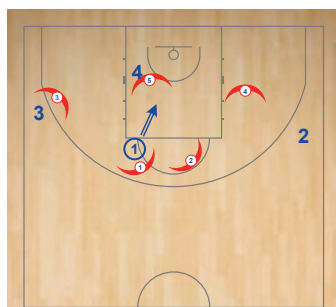
DIJAGRAM 26



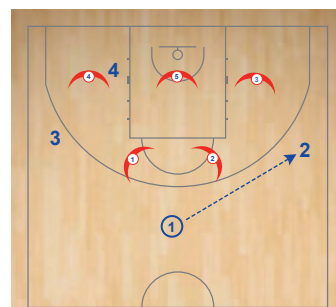
DIJAGRAM 27



DIJAGRAM 28



DIJAGRAM 29



DIJAGRAM 30

branu. S njim sam sarađivao šest godina. Sve se svodi na nivo energije, kretanja dva ili tri koraka tako da ste u prostorima gde je odbrana raširena, terati odbranu da priča, da donese odluku tako da je poremetite. Najvažnije stvari su kako hvatate loptu, igramo li van linije dodavanja i koliko brzo donosimo odluku. Najbolja lekcija koju sam čuo jeste da odluku donosiš pre nego što primiš loptu! Znaš da li ćeš šutirati, napasti ili dodati pre nego što lopta dođe u tvoje ruke. Odlični igrači su oni igrači koji imaju odličan protok lopte. Primer nam je Vasilije Micić, to je jedna od njegovih najvećih prednosti svaki put kad primi loptu, primetio sam to odmah. Kada smo ga doveli u tim, u prvoj utakmici igrao je 25 minuta iako sam planirao da ga koristim samo 14, ali dok sam ga gledao na terenu, pomislio sam: „Ovaj momak donosi pravu odluku svaki put. Moramo ga imati na terenu.“ Njegova sposobnost da razume igru čini da i ostali igrači igraju bolje. Kad god primi loptu, zna gde su mu saigrači i šta oni mogu da urade, njegovo donošenje odluka je odlično. On je košarkaški genije kada je reč o donošenju odluka. Pravi sliku terena u glavi i odlučuje pre nego što primi loptu. To je ključ igre protiv zonske odbrane.

Naravno, igrati četiri na pet nije lako, ali poenta je da naučimo principe. Treba razumeti ključne koncepte. Igrač mora da primi loptu u praznom prostoru, treba da igra van linije dodavanja, odluka mora biti doneta pre prijema lopte. Želimo da igramo iznutra ka spolja, koristimo kratki korner za urušavanje odbrane.

Evo kako izgleda progresija. Radimo ovo pre nego što počnemo da igramo svaki dan. Ove godine na četvrtom danu kampa igrali smo sve zone i radili smo samo zonu tokom celog treninga. Jer, siguran sam da ćete se složiti sa mnom, postajete dobri samo u onome što najviše vežbate i ne možete raditi na svemu. Dakle, imamo stvari u kojima želimo da budemo dobri, zonski napad ne možemo toliko da igramo jer u NBA ligi retko igramo protiv zone, može proći i po tri nedelje a da ne igramo protiv zone. Ali, s druge strane, kao trener sam gubio utakmice samo zato što je protivnik prešao u zonu, a mi nismo bili spremni da to napadnemo jer nismo

na tome dovoljno radili na treningu. Ovo je jedan od aspekata našeg trenerskog posla. Trenutno zbog Majamija i Portlanda i još nekih timova koji sve češće koriste zonsku odbranu moraš biti dovoljno spreman da kada se to dogodi, ekipa zna kako da reaguje. Zato imamo ovaj set vežbi, pomoćni treneri će simulirati situacije sa oko 75% intenziteta, ja im kažem šta ćemo da radimo i radimo ovo oko 10 minuta, a onda igramo punim intenzitetom.

Sada ćemo igrati 5 na 5, počinjemo sa PnR. Igrač broj 5 može praviti PnR na bilo koju stranu, ono što nam je sada ideja da igrači 4 i 5 sarađuju isto važi za saradnju jedinice, dvojke i trojke. Kada dođe do PnR, želimo da se igrač na poziciji 4 pozicionira u prazan prostor, mora biti u otvorenom prostoru spreman da primi loptu, imamo opciju spuštanja lopte na igrača broj 4 (**Dijagram 33**). Igrač broj 5 nakon blokade rola prilagođava se praznom prostoru, odnosno traži prazan prostor između odbrambenih igrača (**Dijagram 34**). Ako je dodavanje zatvoreno za igrača broj 4, nastavljamo dalje, lopta ide u ugao na igrača broj 2, broj 4 se povlači u kratki korner.

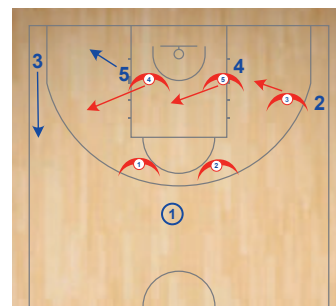
Dodavanje igrača broj 2 za 4 (**Dijagram 35**) jeste dodavanje koje često prolazi protiv zonske odbrane. Zatim dodavanje igraču broj 1 (**Dijagram 36**) pas je koji uvek dobijemo.

Kada dobijemo loptu na kapici, pogled ka košu i odlučujemo šut, prodor ili pas dalje (**Dijagram 37**), igrač broj 5 se spušta u kratki korner na čeonu liniju.

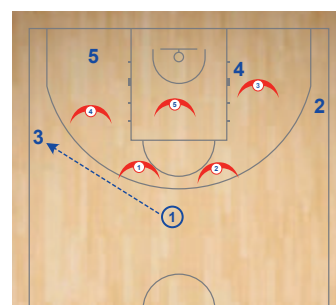
Ako ništa ne postoji za igrača broj 1, lopta se premešta u prazan prostor, brzo i precizno dodavanje igraču broj 3 (**Dijagram 38**). U odbrani moraju zatvoriti kratki korner, ali mi imamo „flash“, igrač broj 4 se ubacuje u sredinu reketa (**Dijagram 39**).

Ukoliko lopta dođe do igrača broj 4, imamo tri opcije: polaganje, pas ka spolja ili spuštanje lopte igraču broj 5 na čeonj liniji (**Dijagram 40**). To bi bio tipičan posed u NBA ligi čak i protiv ekipa poput Majamija.

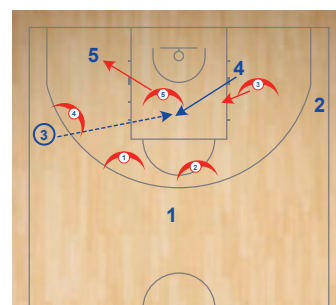
Treba da se fokusiramo na pas igru i donošenje brzih odluka, moramo da kupimo vreme, da fintiramo dodavanje na igrača u kratkom korneru, a da bacimo pas na igrača broj 4 (**Dijagram 41**). Koristite svoje vidno polje da po-



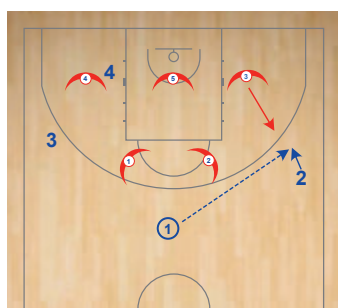
DIJAGRAM 37



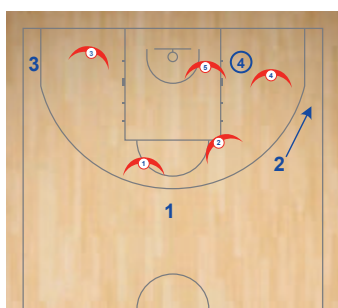
DIJAGRAM 38



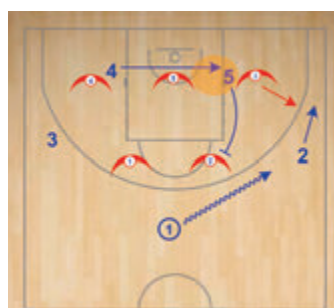
DIJAGRAM 39



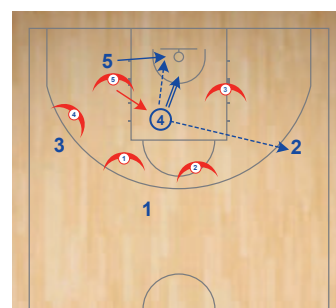
DIJAGRAM 31



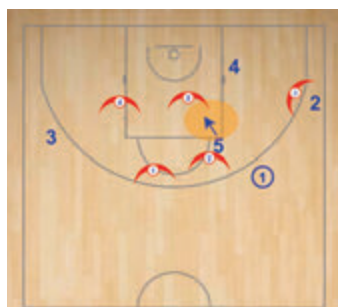
DIJAGRAM 32



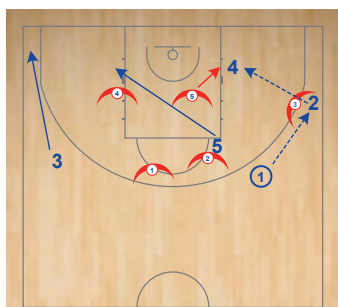
DIJAGRAM 33



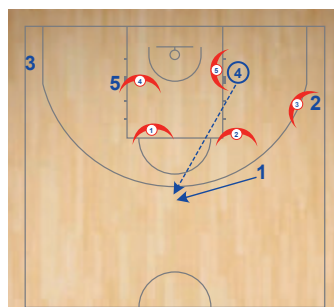
DIJAGRAM 40



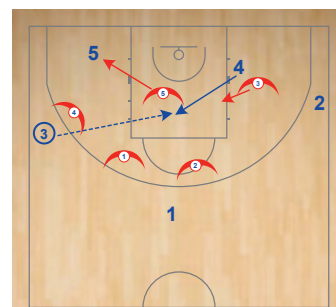
DIJAGRAM 34



DIJAGRAM 35



DIJAGRAM 36



DIJAGRAM 41

stavite stvari. Finta dodavanja je ključna, pogotovo protiv timova s velikim igračima koristimo fintu dodavanja, pomerite odbranu samo malo i pas tačno gde želimo.

Da napomenem da ovo radimo da se zagreje ekipa pre nego što počnemo sa igrom. Želimo da budemo orijentisani na PnR igru, jer mnogi timovi u NBA ligi igraju zonu samo 10-12 sekundi, a onda pređu u čovek na čoveka.

U situaciji ako nam „flash“ igrača broj 4 ne uspe, igramo PnR na strani ispod linije slobodnog bacanja (**Dijagram 42**). Kada se igra PnR, igrač broj 1 se pomera i traži prazan prostor odbrambenih igrača, igrač broj 5 menja stranu, igrač 4 rola nakon PnR (**Dijagram 43**).

Nakon prodora igrača s loptom ono što tražimo jeste razmak odbrambenih igrača (**Dijagram 44**), pas na igrača broj 5, pas na igrača koji je rolao nakon PnR i pas u korner, garantujem da će biti svuda prostora. Ako se odigra dobar PnR i stignemo u sredinu reketa, razmaci između odbrambenih igrača su veliki.

Ovo dosad je bila jedna strana PnR, sada prelazimo na poslednji koncept, zovemo ga „chase“, a onda ćemo da pokušamo da uradimo kombinacije. U Orlando smo imali Nikolu Vučevića, sjajnog dodavača za visokog igrača. Bio je „zone killer“, igrao je dobro na postu, ali je takođe bio dobar spolja, imao je dobar šut za tri poena, ovo smo uveli zbog njega.

Kada dolazi do PnR, igrač 5 menja stranu i ide u skraćeni korner na čeonu liniju (**Dijagram 45**). Zatim prebacujemo pas na igrača broj 2 i želimo da spustimo loptu u skraćeni korner igraču broj 5, igrač broj 4 rola na suprotnu stranu (**Dijagram 46**).

Kada smo spustili loptu igraču broj 5, igrač broj 1 ide na kapicu i prima pas (**Dijagram 47**). Sva ova dodavanja visokih igrača protiv zone treba da budu iznad glave. Sa igračem broj 5 želimo da uradimo odmah „flash“ (**Dijagram 48**), ovo zovemo ostavi mesto – popuni mesto kada je igrač broj 4 protrčao (**Dijagram 46**). Cilj je da dobijemo loptu u prikazanom prostoru i tu da rešimo situaciju.

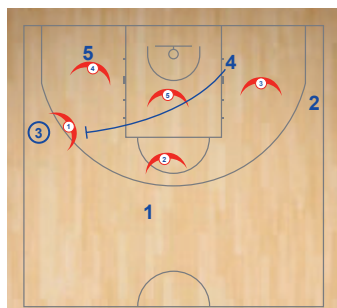
Igrač broj 1 vodi loptu, ideja je da povuče odbranu što dalje, da vidi dokle će odbrambeni igrač broj 1 da ga

prati. To otvara prostor da se igrač broj 5 otvori visoko (**Dijagram 49**). Pas je otišao na igrača broj 5 (**Dijagram 50**), u ovom momentu u zonskoj odbrani ima dosta razmaka. Igrač broj 4 mora dobro da se postavi, da nađe prazan prostor da primi loptu, da može da mu se doda lob pas. Ne dozvoljavamo da svi igrači ovo rade (misliti na igrača broj 5). Ovo bismo radili ukoliko nam je brz igrač na poziciji 5, ukoliko je naš najbolji igrač na poziciji 1, možemo da igramo izolaciju.

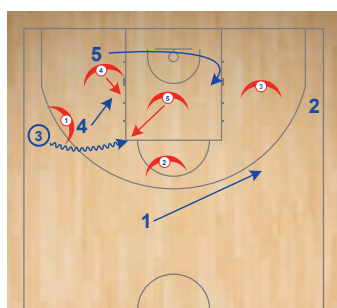
Očigledno nećemo moći odmah da spustimo loptu u korner svaki put, ali protokom lopte i strpljenjem ćemo to postići. Recimo da imamo problem da kreiramo dobre šuteve iz ovih napada, prelazimo na napad „5 strana“. Kada igramo protiv Majamija, koristimo ovaj napad. Iz nekog razloga to bolje funkcioniše. Za nas u Šarlotu, kada Lamelo Bol igra ovaj napad, on mu omogućava da dobije loptu odmah iz prvog pasa, gde on donosi odluke. Pošto je sjajan dodavač i visok igrač, to je odlična pozicija. I Vasilije Micić je bio veoma dobar u ovoj ulozi.

Lopta je u produžetku linije reketa, igrač broj 1 baca pas igraču broj 2, 5 dolazi u PnR (**Dijagram 51**), način na koji se zona rotira je očigledan. Nakon pasa igrač broj 1 se pomera od lopte, igrač broj 3 ide u korner, igrač 4 traži slobodan prostor kao što smo u toku treninga pokazali (**Dijagram 52**).

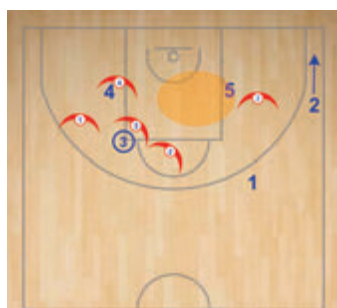
Pas ide na igrača broj 1, u našoj situaciji to je Lamelo (**Dijagram 53**). U Orlando na ovoj poziciji igrač koji bi rešavao ovu situaciju bio bi Aron Gordon. Igrač broj 3 treba da nađe prazan prostor u odbrani kako bi naterao odbrambenog igrača broj 4 da ga čuva jer bi na taj način otvorili prostor za visokog igrača u reketu. Nakon PnR igrač 5 se spušta u sprintu na čeonu liniju na suprotnu stranu od lopte, igrač broj 4 traži prazan prostor u reketu. Ako lopta dođe do igrača broj 3, imamo brojčanu prednost – ovo je sad preopterećena strana. U trenutku pasa na igrača broj 1 igrač broj 3 će se pomeriti ka lopti i otvoriti liniju dodavanja, na ovaj način imali bismo ili igrača u krakom korneru, ili igrača broj 4 u reketu. Moramo biti u praznom prostoru svaki put kada se lopta pomeri bilo dodavanjem ili prodorom, treba napraviti dva ili tri koraka u odnosu na lop-



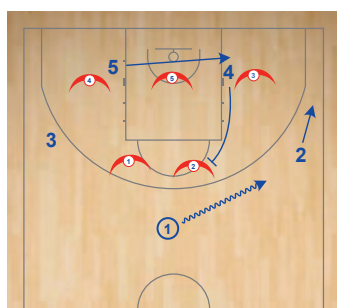
DIJAGRAM 42



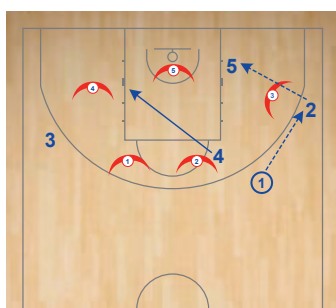
DIJAGRAM 43



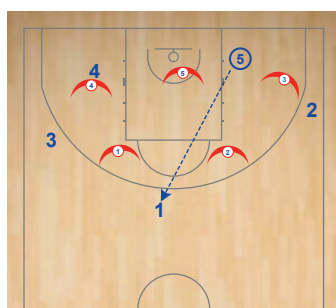
DIJAGRAM 44



DIJAGRAM 45



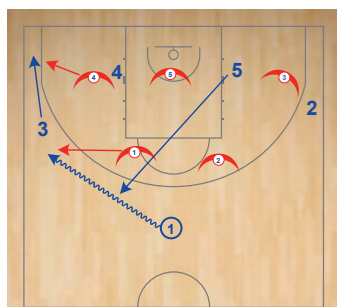
DIJAGRAM 46



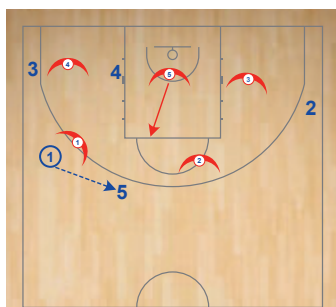
DIJAGRAM 47



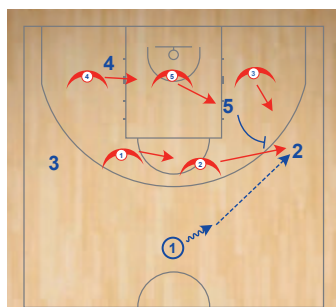
DIJAGRAM 48



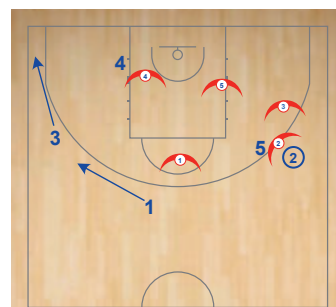
DIJAGRAM 49



DIJAGRAM 50



DIJAGRAM 51



DIJAGRAM 52

tu (**Dijagram 54**). Imamo i napad „4 strana“, isto je kao „5 strana“ samo igrač 4 postavlja PnR.

Ono što radimo zato što ne igramo toliko često protiv zonske odbrane jeste da imamo tri-četiri akcije koje koristimo protiv zone i odbrane čovek na čoveka. Tako da, čak i ako nismo igrali protiv zone tri nedelje, možemo da ih koristimo. Te akcije su Dive, Dive Thumb i Horns Twist. Pa čak iako nismo neko vreme vežbali napad na zonsku odbranu, ove napade možemo da koristimo.

Prva akcija je Dive, veoma je jednostavna. Ovo je stari napad San Antonija. Igrač broj 1 nadribla na igrača broj 4, koji protrčava kroz reket i ide u kratki korner na stranu pomoći, igrač broj 2 otvara liniju dodavanja, 5 se diže u visinu penala (**Dijagram 55**). Kad ode pas na igrača broj 2, igrač broj 5 ide u PnR (**Dijagram 56**), igrač broj 1 se nakon pasa pomera od lopte. Dive je odličan napad protiv odbrane čovek na čoveka, a takođe i protiv zone.

Sledeći napad je Dive Thumb – Thumb kod nas znači visoki PnR. Početak napada bi bio isti kao kod napada Dive (**Dijagram 55**). Nakon pasa igrača broj 1 za igrača broj 2 dolazi do povratnog pasa za igrača broj 1 (**Dijagram 57**), zatim igrači 1 i 5 igraju PnR, 5 nakon bloka rola (**Dijagram 58**). Ako imate odličnog plejmejкера, ovo je odlična akcija.

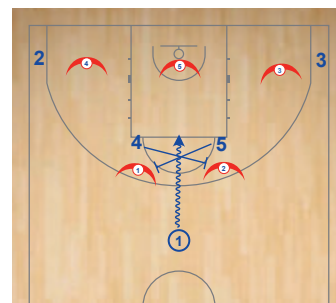
Sledeći napad je Horns Twist. Dobar napad ukoliko imate plejmejкера koji može da prodire i šutira. Igrači 4 i 5 prave blokade na lopti sa unutrašnje strane. U ovoj situaciji može biti šut, može da uđe u reket (**Dijagram 59**). I samo želimo da ga pustimo da igra. Ovo je tip akcije gde, ako postignete koš, ponavljate je opet i opet dok se protivnik ne odbrani. Nije komplikovano, ali omogućava da radite ponovo ovaj napad ukoliko imate dobrog plejmejкера.

Napad iz čeonog auta. Prvo ide blokada igrača 5 za 2, ukoliko imamo otvoren šut, šutiramo, zatim blokada 4 za 3 (**Dijagram 60**). Igrač broj 4 se nakon blokade otvara ka lopti, igrač broj 5 ulazi u kontakt sa igračem broj 5 i otvara prostor za dodavanje na 4 (**Dijagram 61**). Ovim šutem dobijamo svaku utakmicu, čak i protiv Majamija, i onda će oni da se adaptiraju, onda petica može da se spusti i da primi loptu u reketu.

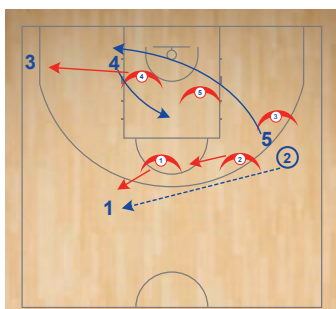


Pitanje je kako igramo aut s bočne linije. Igramo Dive, Dive Thumb i Horns Twist.

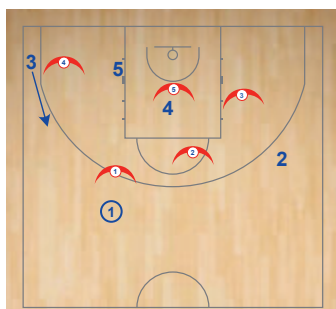
Ono što me plaši u NBA ligi je da imamo previše setova napada, a retko igramo protiv zone. Ne želim da nas zona uspori. Zato pokušavamo da pojednostavimo stvari. Ne volim kada igramo protiv zone, igramo dobro, vodimo 10 ili 12 razlike, protivnik promeni odbranu u zonu i sve uspori. Šutnemo brzopletu trojku i promašimo, oni pogode trojku. Dodemo do dobrog šuta, promašimo, oni opet pogode trojku i odjednom se cela utakmica promeni. Zato stalno govorim da želimo da igramo



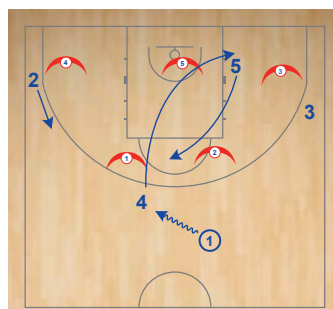
DIJAGRAM 59



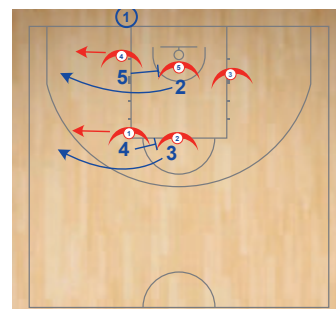
DIJAGRAM 53



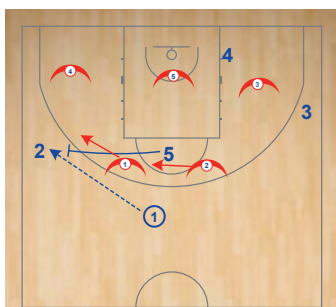
DIJAGRAM 54



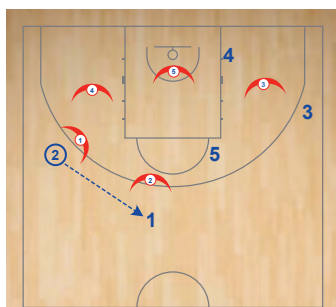
DIJAGRAM 55



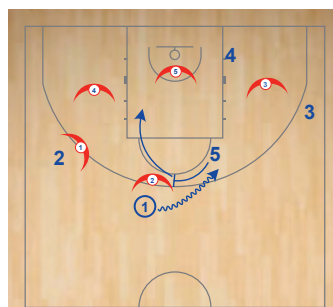
DIJAGRAM 60



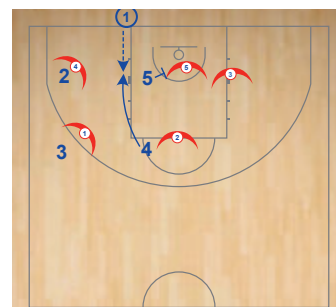
DIJAGRAM 56



DIJAGRAM 57



DIJAGRAM 58



DIJAGRAM 61



Ceo izazov s mlađim igračima je da ih učinite fundamentalno boljima. Da poboljšate njihov košarkaški IQ, da ih naterate da razmišljaju o igri, da razumeju da ne moraju da driblaju 17 puta svaki put kada prime loptu. I to je sada deo treniranja, bar u našoj ligi.

istim tempom protiv zone kao protiv čovek na čoveka. Ne smemo dozvoliti da zona, preuzimanja ili presing uspire našu igru. Način na koji igramo je da želimo kretanje lopte i tečan napad. Zone, preuzimanja i presing su dizajnirani da vas izbace iz ritma. Ako imate vrhunskog individualnog igrača, onda je lako, on može sam da iskreira šut. Ali kada se oslanjate na kretanje lopte, spejsing i tajming, morate se držati plana. Dobri odbrambeni timovi će vas naterati da se oslanjate na dobru timsku igru koliko god imate dobre ofanzivne igrače. To znači da morate igrati nesebično.

Na jučerašnjim treninzima su mi postavili dva pitanja i želim da se osvrnem na to. Imam 62 godine, a počeo sam da radim kao trener sa 23 godine. To je 40 godina iskustva, u srednjoj školi, na koledžu i u NBA ligi. Volio sam svaki deo toga. NBA je zabavan, srednja škola je zabavna, koledž je zabavan, sve je drugačije, ali sve je zabavno. Idalje imaš isti osećaj kada pobediš u Madison Skver Gardenu ili u nekoj srednjoškolskoj dvorani. Os™ćaš se sjajno kada pobediš i užasno kada izgubiš. Treba shvatiti da je to samo deo posla.

Kada sam imao 24 godine, bio sam na klinici kod Bobija Najta. Pričao je o trenerskom poslu. Rekao je nešto što mi je ostalo urezano zauvek: „Ako želiš da radiš ovaj posao dugo, moraš da razumeš jednu stvar – postoji velika verovatnoća da ćeš neke noći, neke nedelje, neke mesece, pa čak i neke godine – ‘dobiti batine’. Ako ne misliš da možeš to da podneseš, nemoj se baviti ovim poslom.“ Mnogo stvari utiče na ovo čime se mi bavimo. Moraš ima-

ti talenat, moraš imati hemiju u timu, moraš izgraditi pravi način igre. Sve to zajedno stvara šampionski tim. Talenat sam po sebi ti samo daje šansu, ali moraš imati pravi timski koncept da bi pobedio. Napraviti pravu hemiju nikada neće biti lako. Moje dve najlepše godine bile su kao asistent u Orlando, radeći za Stena van Gandija. On je jedan od mojih mentora. Jedne godine smo pobedili u 59 utakmica. Stvarno dobar tim – Dvajt Hauard u najboljoj formi, Rašard Luis, Hido Turkoglu, Nelson. Imali smo četiri ol-star igrača. Bili smo veoma dobri. Izgubili smo od Kobija Brajanta i njegove ekipe u finalu sa 4:1, ali smo izgubili dve utakmice u produžecima. Sledeće sezone smo opet pobedili u 59 utakmica. Dakle, imali smo 59 pobeda, to je 21 poraz. Čak i u tim sezonama, sećam se sastanaka sa Stenom, kada je govorio: „Njih nije briga“, ili „Ne branimo se kako treba“, ili „Igramo previše sebično“. Nikada neće ići savršeno glatko. Čak i ove godine, u Bostonu – dominantan tim, neverovatan talenat i sve ostalo – imali su svoje nedelje i periode kada nisu bili složni.

Kako se društvo menja, teže je trenirati igrače. Posebno američke igrače – oni jednostavno ne poznaju igru kao ranije. Tehnički su bolji, bolji su u driblingu, bolji su u kreiranju šuta, ali košarkaški IQ nije ni blizu onome što je bio pre 12-15 godina. Američka deca igraju bezbroj utakmica, putuju više nego što treniraju. Ne putuju samo do obližnje dvorane već putuju širom zemlje, na turnire sa po 230 timova iz cele Amerike, svi nose „Najkijevu“ opremu. I to je teško gledati. Mi u profesionalnoj košarci sada plaćamo cenu toga. Dolaze na koledž samo na jednu sezonu. Imamo sjajne koledž trenere u zemlji, ali umesto da dobijemo igrača koji je četiri godine učio od Dina Smita, Bobija Najta, Džona Kaliparija, Keja, oni ostaju samo godinu dana i onda ih mi dobijamo nespreme. Definitivno se promenio način na koji morate da radite. Ali reći ću i ovo, mislim da sam s vremenom shvatio da, iako je frustrirajuće, takođe je i veliki izazov, morate da razgovarate drugačije sa ovom decom. Posebno sa američkim igračima. Jer na kraju dana cilj trenera je da postavi jasnu i preciznu viziju kako sve treba da izgleda – kakav treba da bude stav, kako treba da izgleda trening, kakva treba da bude ofanzivna i defanzivna igra. I onda, ako budemo iskreni prema sebi i ako analiziramo sebe, pravi cilj je da ih ubedimo da prihvate tu viziju. Da ih navedemo da slede taj put. Nije dovoljno samo imati znanje. Jer iskreno, ako trenirate starije igrače a nemate znanje, onda ste gotovi. Neće vas slušati ako ne veruju da će uspeti u tome. Ceo izazov s mlađim igračima je da ih učinite fundamentalno boljima. Da poboljšate njihov košarkaški IQ, da ih naterate da razmišljaju o igri, da razumeju da ne moraju da driblaju 17 puta svaki put kada prime loptu. I to je sada deo treniranja, bar u našoj ligi.

Bilo mi je zadovoljstvo biti ovde, upoznati neke od trenera, provesti vreme s vama i obići ovaj grad. Volim istoriju i istoričar sam u duši. Imali smo sjajne ture, videli smo mnogo toga. I stvarno to cenim.

Ostaviću vas sa ovim – kada dolazite na trenerske klinike, ne dolazite da biste pronašli novu napadačku strategiju protiv zone, možda dođete po neku ideju. Ne dolazite ovde da biste sve promenili iz korena. Nadam se da ste u ovim predavanjima dobili nešto korisno, možda način kako braniti PnR, možda neku vežbu, možda način na koji trenirate. To je svrha ovih klinika. I to je sjajan način za učenje.

Bila mi je velika čast da budem ovde s vama. ●

Priredio: Vladeta Popović, viši košarkaški trener

Obrazovanje ili sport – pogubna dilema

Naši mladi igrači koji žele da se školuju odlaze na američke univerzitete. Razlog je jasan: košarku treniraju u mnogo boljim uslovima nego što su kod nas, upoznaje ljude iz celog sveta, dobiti diplomu koja važi u skoro celom svetu. Odsdora NCAA je dozvolila da igrači primaju novac i već sada igrači-studenti prve divizije dobijaju novac koji je mnogo veći nego što bi mogli dobiti bilo gde u Evropi, a naročito kod nas. Pri tome, i na američkim univerzitetima je potrebno ispuniti minimum akademskih zahteva.

Ukoliko uskoro ne promenimo način rada s tim mladim ljudima, preti nam odlazak u još većem broju. Pa tokom jednog leta su samo iz KK Radnički Kragujevac četiri mlada igrača rođena 2004. godine otišla u Ameriku! A univerziteti u Srbiji (državni) moraju da omoguće vrhunskim sportistima da studiraju čak i uz opravdane duže izostanke, da omoguće konsultacije. Igračima treba predložiti da je i kod nas moguće studirati i igrati košarku na visokom nivou. U nekadašnjoj državi SFRJ treniralo se pet do šest sati dnevno, i veliki broj igrača je završavao fakultete. Pozitivan primer poslednjih godina je Uroš Banjac, košarkaš Vojvodine, koji je za pet godina prošao put od gimnazijalca i igranja Druge srpske lige do prvaka KLS i igranja ABA 2 lige, a pri tome je redovno završio srednju školu i trenutno je student četvrtne godine Ekonomskog fakulteta. Međutim, kod nas se sve više podrazumeva da sport i škola, odnosno obrazovanje – ne idu zajedno, što je apsolutno netačno. Naše UKTS ulaže upravo izuzetne napore da se treneri obrazuju. To bi trebalo da bude i obaveza svakog kluba. Međutim, pomenutoj tezi, da sport i obrazovanje ne mogu zajedno, doprinose i roditelji mladih košarkaša.



Uroš Banjac

Već smo u periodu velikih promena i sve većeg broja odlazaka mladih igrača van granica naše zemlje. Ukoliko se brzo ne organizujemo kao društvo, s razumevanjem za nove procese, preti nam teška situacija u košarci. Bar mi u košarci imamo znanje kako se treba raditi i kakav tretman treba mladim igračima, a ne možemo reći da smo imali najbolje uslove za rad. Veliki rad, požrtvovanost trenera i igrača, vizija uprave, jasan društveni cilj.

Negativne su pojave da se mladi igrač uvođi u igru nekoliko minuta pre kraja, kada je rezultatska razlika velika i nema takmičarskog pritiska. O tome je davno govorio profesor Aleksandar Nikolić, s preporukama kako da se mladi postepeno uvode u takmičenja (preporučujemo knjigu „Per aspera ad astra: kazivanja Aleksandra Nikolića“, zapisane misli velikog trenera i profesora).

Teško je svake godine praviti novu ekipu i očekivati uspeh. Ovo bi trebalo biti posebno važno klubovima koji se uglavnom finansiraju iz državnih fondova, bilo da je to gradski, regionalni ili republički nivo, a još uvek se većina klubova finansira iz tih sredstava. Nacionalni interes je da razvijamo domaće igrače, koji će činiti osnovu klubova u domaćim takmičenjima, a neki od njih možda igrati i za reprezentaciju naše zemlje. Ukoliko klubovi pored takmičarskog nemaju i ovaj cilj, postavlja se pitanje svrhe finansiranja iz fondova javnih sredstava. Ne treba očekivati da svaki klub svake sezone razigra novog igrača, ali mora postojati plan, s jasnom odlukom ko su ti igrači koji su od interesa za našu košarku.

Treneri su uglavnom zavisni od rezultata u seniorskoj kategoriji i ukoliko uprava kluba nema jasan cilj s mladim igračima, teško se treneri odlučuju da daju šansu mladima. Treba postojati razumevanje za proces napredovanja igrača kroz sezonu, i to je razumevanje i uprave i trenera. Uprava treba dogovorom pre sezone dati zadatak, ali i podršku treneru tokom sezone, s jasnim ciljevima. Teško je razigravati igrača ukoliko ne postoji drugi cilj osim rezultata. Postavlja se pitanje zašto bi trener, naročito mlad trener, rizikovao ukoliko nema razumevanje članova uprave kluba. Takođe, dodatni individualni rad je neophodan. A najbolje je ako je to rad s trenerom koji je prvi trener ili član stručnog štaba ekipe. Logično je da na razvoju igrača koji je bitan za klub radi neko ko je zaposlen u klubu, koji ima odgovornost za uključivanje tog igrača u igru tima. Nedovoljno je da mlad igrač trenira koliko i stariji i da se očekuje da će napredovati. Nije nadmet ponoviti da se treneri uglavnom pamte po tome koliko i koje igrače su razvijali tokom svoje karijere.

Naravno, veliki problem je i rad igrača, njihova posvećenost, spremnost na žrtvovanje kako bi napredovali. Dodatni su problemi okoline, uticaja roditelja, prijatelja, menadžera... Ali klub treba da učini sve da utiče na igrača za koga su se opredelili i smatraju da je talentovan.

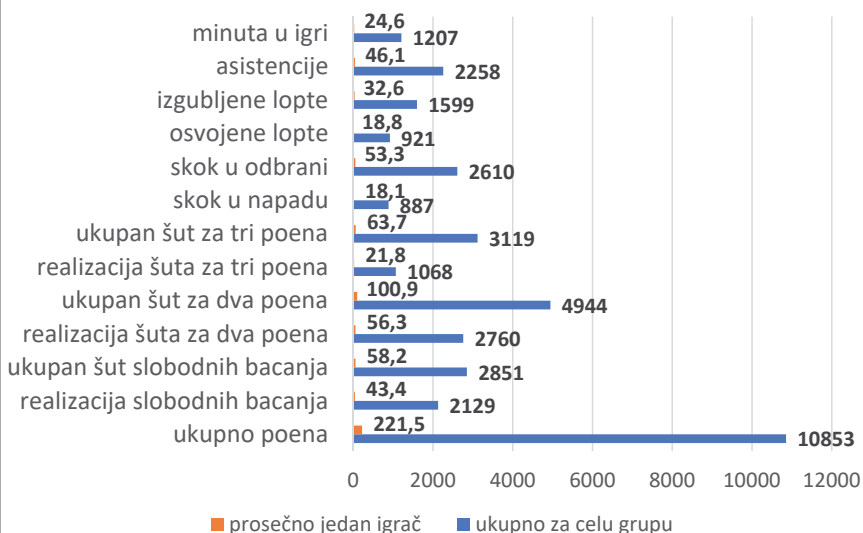
Prvi stranac koji je zaigrao za neki košarkaški klub s teritorije Srbije, tada u sastavu Jugoslavije, bio je Robert Bač Tejlor. Košarkaški klub Partizan ga je angažovao u



Odsdora NCAA je dozvolila da igrači primaju novac i već sada igrači-studenti prve divizije dobijaju novac koji je mnogo veći nego što bi mogli dobiti bilo gde u Evropi, a naročito kod nas. Pri tome, i na američkim univerzitetima je potrebno ispuniti minimum akademskih zahteva. Univerziteti u Srbiji (državni) moraju da omoguće vrhunskim sportistima da studiraju čak i uz opravdane duže izostanke, da omoguće konsultacije. Igračima treba predložiti da je i kod nas moguće studirati i igrati košarku na visokom nivou.

Grafikon 1

Učinak stranih igrača u KLS za sezonu 2023-2024 (49 igrača)



sezoni 1976/1977, ali samo za utakmice Kupa šampiona. U to vreme stranci nisu mogli da se registruju za utakmice domaćeg prvenstva. Crvena zvezda je prve strane igrače dovela u sezoni 1996/1997, takođe samo za međunarodna takmičenja. Odluka da se dozvoli registrovanje stranaca za domaće takmičenje je donesena tokom sezone 1999/2000. i svaki klub je mogao da registruje jednog stranca. Tokom 21. veka broj stranaca koji mogu da igraju se povećavao i sada je moguće registrovati četiri strana igrača za Košarkašku ligu Srbije.

Za ovu analizu uzeti su podaci iz Košarkaške lige Srbije za sezonu 2023/2024, kao najvišeg nivoa domaćeg takmičenja. U bazu podataka su unesena ukupno 273 imena sa statistikama sa zvaničnog sajta Košarkaške lige Srbije. Iz analize su izostavljeni igrači koji su imali manje od pet odigranih utakmica i prosek minuta u igri manji od pet minuta, pošto je njihov učinak na rezultat ekipe minoran. Ukupno je za analizu izabrano 219 igrača, od kojih je 49 u grupi stranaca, u grupi domaćih starijih igrača je 127, a 43 u grupi mlađih domaćih igrača.

Prema pravilniku KSS, stranim igračima su smatrani i igrači s prostora bivše Jugoslavije, košarkaško državljanstvo je ukinuto u septembru 2024. godine. Igrači koji su svrstani u grupu domaćih mlađih igrača su igrači koji su rođeni 2003. godine i mlađi, koji su imali pravo igranja za nacionalnu selekciju U20 Srbije u leto pre početka sezone.

Analizirane su varijable šuta, skoka u napadu i odbrani, osvojenih i izgubljenih lopti, asistencija i vremena provedenog u igri. Varijable statistike su normalizovane na broj utakmica koje je igrač odigrao.

Kada se gledaju prosečne vrednosti, u skoro svim varijablama koje su analizirane strani igrači imaju najveći učinak (**Grafikon 1**). Prosečno, strani igrač je proveo najviše vremena u igri (24,6), stariji domaći igrači 4,6 minuta manje, a mlađi najmanje vremena, samo 13,6 po utakmici, što je skoro upola manje od stranih igrača. Prosečno, strani košarkaš koji je igrao KLS postizao je najviše poena, uzimao (i pogađao) najviše šuteva, i iz igre za dva i tri poena, i s linije slobodnih bacanja. Pri tome, procenti uspešnosti su slični između stranaca i starijih domaćih igrača: za tri poena stranci su šutirali 34,2%, a domaći stariji igrači 32,8%, dok su za dva poena domaći igrači bili uspešniji: 57,7% u odnosu na strane igrače

	Strani igrači (n=49)		Stariji domaći igrači (n=127)		Mlađi domaći igrači (n=43)	
	Ukupno	Prosečno	Ukupno	Prosečno	Ukupno	Prosečno
Ukupno poena	10853	221,5	24416	192,3	4576	106,4
Realizacija slobodnih bacanja	2129	43,4	4877	38,4	896	20,8
Ukupan šut slobodnih bacanja	2851	58,2	6788	53,4	1313	30,5
Realizacija šuta za dva poena	2760	56,3	6024	47,4	1144	26,6
Ukupan šut za dva poena	4944	100,9	10435	82,2	1996	46,4
Realizacija šuta za tri poena	1068	21,8	2497	19,7	464	10,8
Ukupan šut za tri poena	3119	63,7	7617	60,0	1602	37,3
Skok u napadu	887	18,1	2631	20,7	490	11,4
Skok u odbrani	2610	53,3	7361	58,0	1307	30,4
Osvojene lopte	921	18,8	1897	14,9	386	9,0
Izgubljene lopte	1599	32,6	3565	28,1	788	18,3
Asistencije	2258	46,1	4839	38,1	998	23,2
Minuta u igri	1207	24,6	2546	20,0	584	13,6

55,8%. Takođe, stranci su imali najviše osvojenih, ali i izgubljenih lopti, kao i asistencija.

Od 49 stranih igrača, 34 su na spoljnim pozicijama, uglavnom na pozicijama organizatora igre i poentera, i 15 na dve pozicije visokih igrača. Većina ekipa igru bazira na njihovom učinku, najčešće je kod njih lopta, i oni „troše“ najviše lopti, koncepcija igre je na njima. Može se reći da skoro svaka ekipa ima po dva strana igrača na ovim pozicijama i s velikom ulogom u timu. Interesantno je da su najveći broj stranaca tokom sezone imale dve ekipe koje su zauzele poslednja mesta na tabeli Zdravlje i Novi Pazar.

Najveći broj igrača koji su igrali KLS u sezoni 2023/24. su domaći igrači rođeni 2002. godine i stariji (**Grafikon 2**). Uglavnom su to igrači koji imaju dugo trenajno iskustvo igranja domaćeg takmičenja i koji su u pojedinim klubovima imali glavne uloge, bili su nosioci igre ili su uz strance činili grupu igrača koji su imali veliku minutažu. Čak 31 košarkaš u ovoj grupi je rođen 2001. i 2002. godine, pa se može reći da postoji priličan broj onih koji još uvek mogu da nastave svoj razvoj i podignu nivo igre. Domaći stariji igrači su imali više skokova i u odbrani i u napadu u odnosu na strance. U poređenju s mladim domaćim igračima učinak im je bolji u svim analiziranim varijablama. Pretpostavka je da je njihova uloga u timu značajnija u poređenju s mladima, da imaju veću odgovornost, ali i prava.

Mlađi domaći igrači su imali daleko manju minutažu u odnosu i na strance i na starije domaće igrače. Prosek od 13,6 minuta po utakmici bio bi još porazniji kada bi se isključili igrači koji su nastupali za OKK Beograd. Shodno minutaži koju su dobijali, uz manje iskustvo, šutirali su dobrih 57,3% za dva (bolje od stranih) i lošijih 29% za tri poena. Poredeći dobijenu minutažu i učinak kroz statistiku utisak je da su je opravdali. Naročito imajući u vidu mogućnosti njihovog napretka kroz dalji trening i utakmice, sticanjem takmičarskog iskustva.

Velika je razlika po ekipama u broju mladih igrača koji su zadovoljavali postavljene kriterijume kluba, najveći broj je u ekipi OKK Beograd (10 igrača), što je i logično s obzirom na to da je osnovni cilj razigravanje mladih igrača (**Grafikon 3**). Jedna ekipa je tokom sezone pružila šansu petorici mladih igrača (Dinamik) i još tri ekipe u kojima su igrala četvorica mladih od 21 godine. Dakle, četiri ekipe su se opredelile da daju šansu polovini mladih igrača koji su igrali KLS.

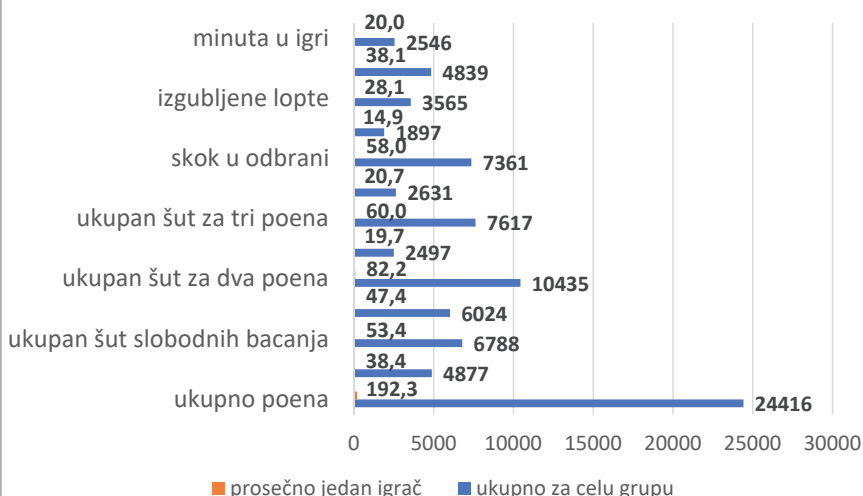
Dve ekipe nisu imale mlađeg domaćeg igrača koji je imao potreban broj utakmica i minutažu za ovu analizu, a tri ekipe su imale po jednog mladog igrača. Nekada smo imali čak i pravilo da su jedanaesti i dvanaesti igrač ekipe ili juniori ili oni koji su tek izašli iz juniorskog staža, i to su igrači na koje se računalo tokom sezone da će dobiti neku minutažu.

Kod mladih domaćih igrača nešto je ujednačeniji raspored po pozicijama, 27 igrača na spoljnim pozicijama i 16 na dve pozicije visokih igrača. Statistika pokazuje da su mladi igrači imali dobar učinak shodno minutaži koju su dobijali. Može se pretpostaviti da su u većini klubova mladi imali pomoćnu ulogu, naročito kada govorimo o realizaciji napada izraženu kroz minutažu i broj šuteva. Još jednom, izuzetak je OKK Beograd.

Veliki broj klubova zarad rezultata tokom sezone menja i strance, kao i domaće igrače, i to predstavlja dodatni problem za trenere i ekipe. Neki klubovi prave „otvorene“ ugovore sa igračima, koji su u svakom trenutku slobodni da promene sredinu. Takođe, uloga u timu je različita,

Grafikon 2

Učinak starijih domaćih igrača u KLS za sezonu 2023-2024 (127 igrača)



Grafikon 3

Učinak mlađih domaćih igrača u KLS za sezonu 2023-2024 (43 igrača)



pa su u nekim klubovima stranci nosioci igre, dok u nekim klubovima popunjavaju pozicije koje nedostaju.

Sve ovo dodatno smanjuje mogućnosti i vreme za igru domaćim mladim igračima. Najveći problem, i po tome nismo jedinstveni u Evropi, jeste nestrpljenje i nepoverenje u mlade igrače. Više je razloga za ovakav odnos statistike i minutaže koji je nepovoljan za mlade.

Jedan od njih su košarkaški radnici – funkcioneri bez jasne vizije razvoja kluba i toga kako će klub izgledati tokom više sezona. Naravno da je problem materijalnih sredstava veliki, ali to je problem koji je dugo prisutan. Potrebno je imati ideju kako tokom nekoliko sezona održati i razviti klub, što se ne ogleda samo u seniorskom timu nego i u razvoju mladih igrača i njihovom uključivanju u seniore. Treba planski rešavati odlazak starijih igrača, valjda bi klub trebalo da ima osnovu ekipe koja ostaje i koja se gradi. Jedna od posledica je veliki broj stranaca u našoj ligi, često stranaca problematičnog kvaliteta. ●

Autor je član Upravnog odbora UKTS i profesor Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje u Novom Sadu

Odbrana blokada bez lopte



Zastupljenost blokada bez lopte je još uvek na visokom nivou i bez obzira na porast drugih načina saradnje (putem pika, utrčavanja, kontranapada...), ovakve blokade čine neizostavni deo napadačkog asortimana većine timova, bez obzira na kvalitet takmičenja.

Blokade koje se postavljaju za igrača bez lopte su jedan od osnovnih vidova saradnje u ofanzivnoj košarci. Tokom prethodnih decenija one su uvek imale ogroman uticaj na igru na globalnom nivou, s posebnim manjim ili većim udelom u odnosu na ostale tipove napadačke igre. Naravno, evolucija i permanentni razvoj igre, bilo to s promenama pravila ili određenih trendova u košarci, diktirale su i zastupljenost blokada za napadača bez lopte – skraćanje vremena za napad, povećan značaj primarnog i sekundarnog kontranapada, važnost PnR-a, odnosno blokada na lopti...

Sigurno je da su svi ovi navedeni napadački parametri (kao i mnogi drugi) uticali na to da s vremenom značaj i opšte korišćenje blokada bez lopte variraju, tj. da eventualno postanu alternativno sredstvo za postizanje poena ili ostvarivanje određene prednosti. Međutim, zastupljenost blokada bez lopte je još uvek na visokom nivou i bez obzira na porast drugih načina saradnje (putem pika, utrčavanja, kontranapada...), ovakve blokade čine neizostavni deo napadačkog asortimana većine timova, bez obzira na nivo ili kvalitet takmičenja.

Česta primena blokada bez lopte je neminovno vodila (i konstatno sve više i više vodi) u porast kreativnosti igrača i trenera kada su takve blokade u pitanju. Tako smo svedoci da u modernoj košarci imamo mnogo različitih tipova takvih blokada (nešto kasnije ćemo govoriti o njihovoj klasifikaciji), koje mogu pružiti neposrednu prednost ili dati mnogobrojne mogućnosti za čitanje odbrane i odstupanje od prvobitno zamišljenog izlaska iz takve blokade. Porast kreativnosti sa aspekta napada neminovno vodi u traženje isto tako kreativnih načina da se te blokade odbrane.

• Klasifikacija i kategorije blokada bez lopte

Radi lakše distinkcije različitih načina odbrane blokada bez lopte, najpre je potrebno da ih sa aspekta napada klasifikujemo. Ovakve blokade se međusobno mogu razlikovati prema nekoliko kriterijuma:

Prema prostornoj organizovanosti, tj. **pravcu i smeru** u kom se postavljaju, razlikujemo:

- blokade koje se (iz perspektive bloker) postavljaju ka košu/od koša (kao najopštiji primeri stoje: ka košu donja blokada, odnosno od koša „leđna“ blokada)
- blokade koje se (iz perspektive igrača za koga igra) koriste kretanjem ka lopti/od lopte (Shufle, kao i kontrablok/Flare blokade)
- Prema **učestalosti** razlikujemo:
 - jednostruke blokade (donja, leđna/„slepa“, Flare, Cross blokada... koje mogu biti i ponovljene, tj. vezane, npr. Ricky sekvencu)
 - dvostruke ili, kako ih češće nazivamo, duple blokade (i Elevator kao jedan od primera takvih blokada)
 - uzastopne blokade – Staggered Screens

Pritom, **kompleksnost blokada** bez lopte takođe može biti determinišući faktor (u smislu da se odbrani takvih blokada treba posvetiti na drugačiji način – tehnički, taktički, fizički, metodski drugačije od recimo jednostavnijih blokada kakve bi bile donja ili Flare). Ove blokade smatramo složenijim jer su često vezane i svojim se konceptom naslanjaju na ostale tipove igre kakvi bi bili PnR, igra izlaznim pasom iz prodora, već jako dugo zastupljeni koncept blok za blokeru (i sl.). Kao primere kompleksnih blokada bez lopte imamo:

- Flex napad kao jedan od osnovnih modela pozicione igre blokadama bez lopte (po principu Screen-the-Screener)
- Hammer blokade na perimetru na strani pomoći (obično, ali ne i nužno, vezane na prodor po čenoj liniji)
- Veer blokade, odnosno situacije u kojima visoki igrač koji je prethodno postavio blokadu na lopti – PnR, umesto da rola ka košu (ili da ide u Pop) svoju kretnju iz pika nastavlja u blokadu za igrača na perimetru
- Smack blokade, one u kojima je na PnR igru vezana blokada za igrača „ispred pika“

I na kraju, da bismo sagledali široku sliku odbrane od blokada bez lopte, potrebno je da imamo uvid i u **određene koncepte korišćenja blokada** koje prethode ili služe kao uvod u neke sekvence koje se dosta koriste u modernoj napadačkoj igri:

- Peđa sekvencu (Peja), gde uručanju prethodi „slepa“ blokada od beka (koji potom prima uručenje) (**Dijagram 1**)
- Spanulis akcija, gde uručanju prethodi donja blokada za beka (**Dijagram 2**)
- Zoom (ili Čikago) koncept, sličan Spanulis opciji, s tim što se uglavnom koristi na pozicijama krila i kornera – (**Dijagram 3**)
- Određene Twirl (**Dijagram 4**) / Floppy/Scissor opcije koje kao osnovu pripreme imaju blokade.

Napomena autora: Naša namera nije da se u ovom tekstu bavimo pojedinačnim rešenjima odbrane za sve



ove tipove blokada (a za mnoge od njih i ne postoji neko univerzalno pravilo odbrane, već način na koji se protiv njih borimo zavisi od niza faktora koji mogu varirati). Pre svega je težnja ovde izneti neka opšta pravila i principe, koji se mogu primenjivati na različite vrste blokada, a koji se svakako mogu korigovati do izvesne mere, u skladu sa aktuelnim potrebama. S druge strane, da bismo imali jasniju predstavu o složenosti odbrane od blokada bez lopte, potrebno je shvatiti koliko je sa aspekta napada to jedan zapravo izuzetno bogat i raznovrstan model igre, te stoga i odbrana od takve igre traži vrhunsku pripremu, koncentraciju u izvođenju, konzistentnost u obuci i sve ono na čemu mi kao treneri i inače insistiramo u radu sa svojim ekipama i igračima.

● Značaj kontakta i tehnički detalji

Primena kontakta u odbrani blokada (pre nego što su one postavljene, dakle kontakt sa igračem za koga se daje blokada) od izuzetnog je značaja, ali se opet ne može uspostaviti kao neko opšte pravilo. Na to hoće li odbrambeni igrač insistirati na uspostavljenom kontaktu sa svojim direktnim napadačem koji prima blokadu utiče mnogo raznih faktora – da li se blokada brani „praćenjem” ili „ispod”, razlika u atletskim sposobnostima dvojice igrača, ugao pod kojim napadač dolazi u blokadu, inicijalno rastojanje od blokade, eventualna opterećenost faulovima pojedina ili ekipe isl. Međutim, uz sve navedene okolnosti koje mogu uticati na uspostavljanje kontakta – taj kontakt s napadačem pre nego što je on primio blokadu u velikoj većini slučajeva jeste od koristi odbrambenom igraču.

Pre svega, ne smemo zanemariti činjenicu da se uspostavljenim kontaktom može donekle neutralisati osnovna prednost svakog napadača u košarci, bio on s loptom ili bez: taj napadač svoje kretanje započinje prvi, a odbrana ga prati. Drugim rečima, dobar odbrambeni igrač će biti u stanju da kontaktom ubije inicijalni momentum napadača, ne dozvoljavajući mu da tek tako olako u blokadu najpre navede, a potom je i iskoristi. Takođe, uspostavljenim kontaktom pre blokade (još jednom – kontakt sa igračem za kog se blokada daje) otežava se posao i napadaču koji blokadu postavlja, jer je njemu tako teže da svoju blokadu u poslednjem trenutku iskoriguje, odnosno promeni njeno mesto, ugao, stranu i intenzitet... i inače sve ono što jednu blokadu čini uspešnom sa aspekta napada. Ovaj zadatak napadača za postavljanje blokade (i eventualne korekcije na blokadi) teži je ako smo kao odbrana u kontaktu i ako smo u stanju da istovremeno sa našim napadačem dođemo do blokade, bez kašnjenja – mi onda dolazimo „kao jedan” i blokeru je teško da uhvati samo odbrambenog igrača svojim korigovanim blokom.

Radi lakšeg raščlanjivanja kontakta u određenoj blokadi, razmotrimo najpre koncept 3K – odnosno hronološke faze pri odbrani blokade. Takvu odbrambenu celinu možemo podeliti u tri faze: faza kontakta, faza kretanja i na kraju faza kontrole (**Dijagram 5**):

U **prvoj fazi**, tj. u momentu uspostavljanja kontakta, želimo da pridemo napadaču na rastojanje manje od ruke. Pritom, od velike je važnosti da naše ruke budu na telu igrača koga čuvamo (naravno, sve u okviru pravila i da se ne načini faul; koliko god da regulativa možda nekada i limitira ovakav kontakt, u realnosti je, a pogotovu na visokim nivoima, odbrana u košarci izuzetno fizikalna i prepuna neke igre na ivici kršenja pravila). Ovakav

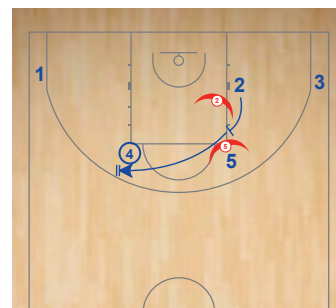
kontakt rukama sa igračem nam zapravo dozvoljava da taktilnim osećajem, tj. dodiranjem, možemo da registrujemo svako eventualno odstupanje napadača od onoga što mi kao odbrana eventualno očekujemo da će on da uradi. Takođe, odmah nakon uspostavljanja kontakta, a u momentu kada napadač započne kretanje ka blokadi, odbrambeni igrač nastoji da mu svojim prvim korakom iseče („Cut-off the Path”) željenu putanju ulaska u blokadu. Ovdje treba napraviti kratak osvrt i na značaj fizičkih sposobnosti za uspešno branjenje blokada bez lopte: ako se uzmu u obzir biomehanski i lokomotorni aspekt uvođenja u blokadu iz perspektive napada – odbrambeni igrač ne želi da mu se poremeti stabilizacija trupa i delovanje mišića antagonista koji donjim ekstremitetima omogućavaju efikasno kretanje. Stoga – snaga trupa (Core strength) i njene razne manifestacije i oblici su od izuzetne važnosti za korišćenje kontakta u odbrani blokada bez lopte.

U narednom segmentu, tj. **fazi kretanja**, odbrambeni igrač želi da do blokade dođe zajedno sa svojim igračem, bez ikakvog kašnjenja. Takođe, ako je to moguće – odbrana ima opciju da svoju ruku dalje od blokade ubaci „u zamah” (od blokade takođe dalje) ruke napadača, i da mu na taj način spreči akceleraciju ili čak čitav prirodni neometani lanac trčanja. Dalje, insistiramo da se u blokadu ubaci unutrašnje rame, odnosno odbrambeni igrač treba da smanji svoju siluetu i da kroz blokadu prođe tako da (optimalno) u nju ni ne bude uhvaćen. Ukoliko je do blokade ipak došlo, nastojimo da odmah nakon bloka ubacimo nogu na putanju praćenja za napadačem koji prima blok. Takođe, odbrambeni igrač može da u trenutku izlaska iz blokade obuhvati blokeru iznad struka i tako praktično sebi napravi oslonac za ponovno uspostavljanje momentuma u kretanju.

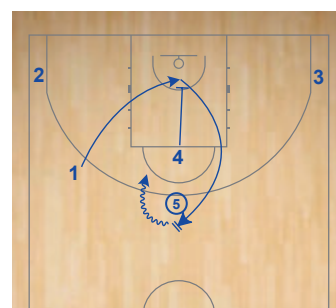
U poslednjem delu, **fazi kontrole**, insistiramo da odbrana pre svega svoju eventualno nepovoljnu poziciju popravi tako što će otežati dodavanje na igrača (ova igra rukom na liniji dodavanja je od ogromne važnosti pri odbrani donjih blokada preko bloka). Dalje, odbrambeni igrač u uspostavljanju kontrole treba da što je pre moguće zauzme stav na daljinu ruke od svog igrača (paralelni ili dijagonalni – opet u zavisnosti od toga šta želimo da sprečimo kao eventualni kontinuitet nakon odbranjene blokade), sa spuštenim težištem i da ne reaguje na fintiranja napadača kojima on po prijemu pribegava s obzirom na to da mu blokada nije donela željenu prednost. Takođe, od igrača koji je uspešno odbranio blokadu tražimo da produži svoju mentalnu aktivaciju i održi fokus te ponovo preuzme inicijativu, jer su danas neretki napadački sistemi s mnogostрукim ponovljenim blokadama za određenoga šutera.

Na kraju, ukoliko govorimo o značaju kontakta pre same blokade, nameće se zaključak da ukoliko je taj kontakt uspostavljen sa igračem koji blokadu prima, onda kontakt na samoj blokadi (uglavnom) treba da bude izbegnut (sa igračem koji blokadu daje). Stoga razlikujemo nekoliko različitih sposobnosti vezanih za kontakt igru u odbrani blokada bez lopte: sposobnost uspostavljanja kontakta, izbegavanja/primanja kontakta, odustajanja/izlaska iz kontakta.

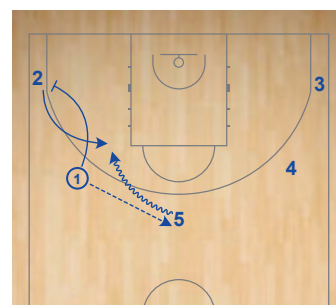
Kao ilustraciju kontakt igre u odbrani blokade, uzimimo za primer uzastopni blok koji se za šutera daje široko, odnosno gde on ne izlazi iz dubine na perimetar, već iz kornera započinje svoju akciju. Ovaj model uza-



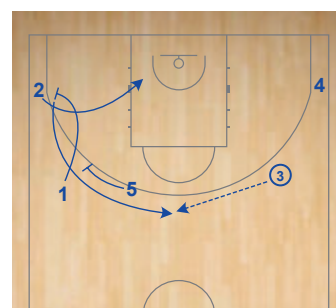
DIJAGRAM 01



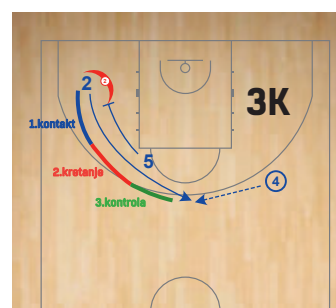
DIJAGRAM 02



DIJAGRAM 03



DIJAGRAM 04



DIJAGRAM 05

Odgovornost za odbranu blokade bez lopte jeste ponajviše individualna i u najvećoj meri je na onome igraču koji blokadu prima, ali on mora da računa i na pomoć ostalih saigrača. Tu je, u ovom kolektivnom pristupu odbrani blokade bez lopte, sigurno jako velika uloga igrača koji čuva blokeru.

stopnih blokada (Stagger Wide) često je primenjivan u modernoj košarci, podjednako na svim visokim nivoima igre, od kontinentalnih klupskih takmičenja, NBA do nacionalnih timova.

Pod pretpostavkom da se ovakve blokade brane praćenjem ili preko bloka (nešto kasnije ćemo se osvrnuti i na razloge odbrane „u leđa“), u ovakvoj situaciji je istaknut značaj ranog uspostavljanja kontakta. Napadač bez lopte se nalazi u korneru (**Dijagram 6**) i prima uzastopnu blokadu najpre od O4 pa potom i O5.

Osnovna težnja odbrane X2 je da svojim kontaktom neutrališe uvođenje u blokadu (sa aspekta tehnike – u poluzatvorenom stavu, pogledom preko ramena ka prvom blokeru, obe ruke na kukovima napadača, spoljna ruka dalja od lopte kontroliše eventualno utrčavanje, odn. Backdoor po čenoj liniji). Takođe, ovaj inicijalni kontakt nam služi i da bismo napadača izgurili od idealne putanje korišćenja blokade, odnosno da se ostane s njim „kuk na kuk“ u trenutku bilo kog od dva bloka. U idealnoj varijanti tendencija je (mada se to u praksi na vrhunskim nivoima retko dešava) da odbrambeni X2 svog O2 izgura što dalje od blokeru kako bi prošao između dva napadača.

Ako se osvrnemo na rezon zašto za ovakvu blokadu treba najpre uspostaviti kontakt, a potom je i braniti praćenjem (a pod pretpostavkom da se ona igra za vrsnog šutera za 3p) – razlog leži u tome što drugom visokom blokeru O5 želimo da oduzmemo korekciju na uzastopnoj blokadi (**Dijagram 7**). Ukoliko odbrambeni X2 dozvoli da bude uguran ka sredini terena, te potom da brani blokade ispod, onda X5 popravlja svoju blokadu, a šuter izlazi suprotno od odbrane i dolazimo do otvorenog šuta.

● Zadaci igrača koji čuva blokeru

S obzirom na to da iole uspešno izvedena blokada bez lopte, čak i da ne rezultira neposrednim otvorenim šutom, na izvestan način predstavlja hendikep za odbranu, mi se odbrani ovakvih blokada posvećujemo u saradnji svih pet igrača na terenu. Odgovornost za odbranu blokade bez lopte jeste ponajviše individualna i u najvećoj meri je na onome igraču koji blokadu prima, ali on mora da računa i na pomoć ostalih saigrača. Tu je, u ovom kolektivnom pristupu odbrani blokade bez lopte, sigurno jako velika uloga igrača koji čuva blokeru (obično, ali ne i nužno visoki igrači na pozicijama 4 i 5).

Prvi i osnovni zadatak igrača koji čuva blokeru je da u trenutku blokade adaptira svoju poziciju kako bi olakšao posao svom saigraču koji blokadu prima. Naravno, te korekcije su diktirane pre svega načinom na koji branimo samu blokadu (preko ili ispod). Ako govorimo o odbrani ispod bloka (uglavnom od našeg spoljnog igrača), to bi značilo da odbrambeni na blokeru (obično visoki) zauzme određeno rastojanje od svoga igrača koji postavlja

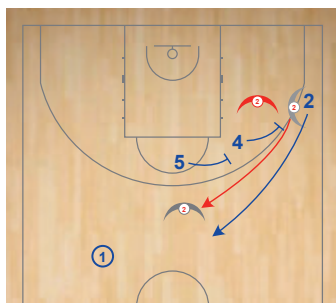
blok, te na taj način napravi izvesnu rupu (Gap) u koju treba da uskoči bek.

Na primeru izuzetno popularne uzastopne blokade visoko po širini, tzv. Ajverson sekvence, koja se idealno brani ispod blokada (**Dijagram 8**), možemo videti značaj odvajanja visokog igrača od svoga čoveka kako bi bek mogao da prođe između. Primećujemo da pozicija visokog igrača u odvajanju mora da bude takva da istovremeno kontroliše i eventualni prodor od O2 nakon prijema, ali i Slip svog O5 ka košu nakon postavljene blokade.

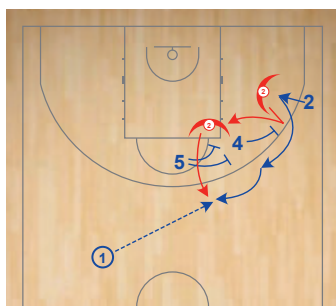
Čak i u retkim situacijama (koje se opet povremeno dešavaju) da se Ajverson igra za igrača koji nije izraziti šuter za 3p i da može da mu se ide duboko ispod obe blokade – mi opet ne želimo da naš bek X2 u kontrolu svog čoveka posle bloka uđe preduboko. Ovo je iz prostog razloga što čak i igrači koji ne poseduju vrhunski šut za 3p iz Coming-off situacija nakon blokada bez lopte vrlo su često u stanju da probiju svog čuvara koji ih čeka preduboko; inicijalni momentum napadača O2 je jednostavno suviše veliki da bi kontaktom bio apsorbovan od igrača X2, koji kretnju odbrane blokade završava duboko i na ivici reketa. Do ovog problema po odbranu može doći ukoliko se naš odbrambeni X5 zalepi za svog čoveka, te je stoga X2 primoran da ide ispod obojice (**Dijagram 9**).

Rezon za odbranu ispod bloka na Ajverson sekvenci jeste što, u slučaju da se ide preko, uglavnom će doći do čitanja od napada i te se situacije rešavaju laganim Curlom napadača O2 i utrčavanjem ka košu (**Dijagram 10**). Takođe, moramo da vodimo računa i o tome da se naš X5 bez preke potrebe ne posvećuje kontroli Curla, jer onda tako može da kasni na odbranu pika koji sledi kao sistemski kontinuitet i čitanje napadača O1 i O5 (**Dijagram 11**).

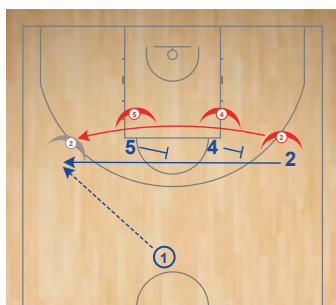
Pored opisanih principa odvajanja od svoga čoveka i određenih detalja potrebnih da bismo kao kolektiv mogli da neutrališemo blokadu, visoki igrači koji čuvaju blokeru imaju takođe bitnu ulogu u kontroli reketa na eventualna utrčavanja ka košu, odnosno već pomenute Curl opcije za napad. Kontrola reketa je od suštinske važnosti za donje blokade koje se brane preko. Očigledan je takav primer na običnoj donjoj blokadi (**Dijagram 12**), gde od visokog X5 tražimo da kontroliše Curl O2, ali i da istovremeno vodi računa o Slipu svog O5 nakon blokade; naš X5 mora da se postavi nešto ispod nivoa blokade (zeleno isprekidana linija), dok je plavim trouglom označeno njegovo pozicioniranje u odnosu na blokadu. Ovo zauzimanje ispravne poz. u odnosu na sve faktore (lopta-blokada-koš) ne sme biti previše blizu uzdužnoj sredini terena (**Dijagram 13**), a daleko od blokade – O2 radi kratki Curl i diže se na šut, naš visoki kasni na pariranju, skače na šut i lopta dolazi do O5.



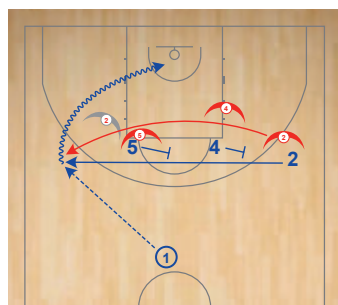
DIJAGRAM 06



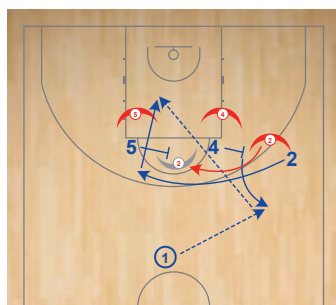
DIJAGRAM 07



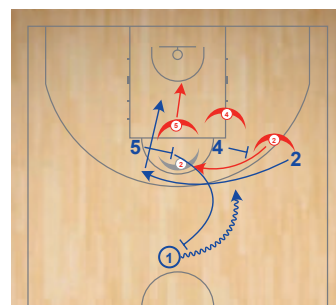
DIJAGRAM 08



DIJAGRAM 09



DIJAGRAM 10



DIJAGRAM 11

Principe kontrole Curla možemo posmatrati ponovo kroz prizmu uzastopnih blokada, ovaj put iz nešto uže formacije nego pre (**Dijagram 14**). S obzirom na to da dva napadačka centra, redom O4 i O5, stoje bliže sredini, gornji od dvojice (u ovom slučaju X5) može više da se posveti kontroli Curla i izađe nešto više i ka sredini, jer zna da mu leđa pokriva njegov čovek X4, koji kontroliše sve eventualne Slipove. Naravno, ni ovde se ne sme zapostaviti moć komunikacije u odbrani i X4 mora vrlo jasno i glasno da daje predeterminisanu komandu svom X5 koji je ispred njega. U nastavku, visoki igrač X5 dalje mora da prepozna trenutak kada je prednost na blokadi neutralisana i da od tog trenutka nema više potrebe za njegovom kontrolom Curla (**Dijagram 15**), te se dalje posvećuje narednoj odbrambenoj kretnji (u ovom slučaju – pravljenje Gapa za prolazak svog X4 na donjoj blokadi visoki-visoki).

● Značaj fintiranja

Već je bilo reči o tome koliko igrači i treneri iznova i iznova bivaju kreativni sa aspekta napada i nalaze načina da naizgled vrlo sitnim, a zapravo apsolutno bitnim detaljima i korekcijama postavljaju i koriste vrhunske blokade bez lopte. Napadači su danas, kao nikada pre, u stanju da brzo prepoznaju sve okolnosti koje ne idu naruku odbrani i brzo ih pretvore u izglednu prednost. Mi stoga želimo da sve svoje namere i uspostavljene principe u odbrani blokada bez lopte zapravo zamaskiramo i u igri ih izvodimo onako kako nama odgovara – u poslednjem trenutku, optimalno koristeći sve zadate uslove na terenu. Pritom napadačima koji učestvuju u blokadi ne želimo da ostavimo vremena ili prostora da izmene ugao blokade, mesto, svoju poziciju... i u ove svrhe, odbrana pribegava fintiranju.

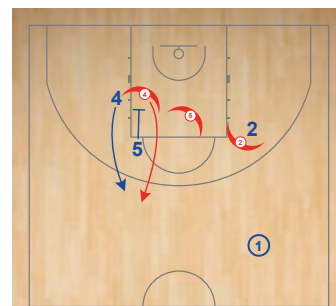
Na **Dijagramu 16** možemo videti primer fintiranja igrača koji brani blokadu (ovde X2). Napadač O2 započinje kretanju i odbr. X2 do same blokade dolazi kao da će je braniti praćenjem. Međutim, u poslednjem momentu on se odlučuje da ode ispod blokade. Na ovaj način on obojici napadača u blokadi oduzima njihove primarne opcije – blokeru da blokadu koriguje, a šuteru da blokadu skрати i ostane na vrhu te napadne ili šutem ili prodorom od prijema. Naravno, kao i za sva fintiranja sa aspekta napada, i u ovom slučaju u odbrani mi moramo sve kretnje pre same finte da izvodimo uverljivo i u optimalnoj brzini, te da u poslednjem trenutku napravimo željenu kretanju – to bi značilo da ovde X2 treba da posebno naglasi svoj poslednji korak u finti i tako ubedi blokeru da će zaista i otići preko njegovog bloka. Uopšte, čitav govor tela i sve radnje odbr. X2 treba da ukazuju na odlazak preko blokade, dok je zaista prava namera da se ode ispod.



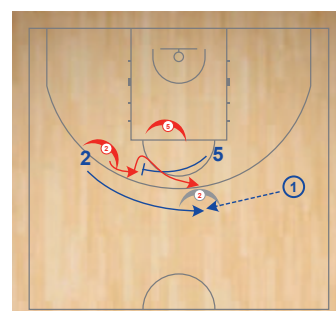
Pored toga što odbr. bek u ovoj situaciji ima zadatak da fintira, takve iste obaveze stavljamo i pred visokog igrača koji čuva blokeru. U ovom slučaju na Flare blokadi naš X5 do poslednjeg trenutka drži rastojanje od dužine ruke sa svojim čovekom (ili čak i manje, ostajući u kontaktu izguravanjem), i u poslednjem trenutku se odvajaju od njega. Pritom, u celom tom odvajanju od svoga igrača, mi želimo da X5 rukom blago odgurne rame blokeru, dodatno mu remeteći balans u dolasku na blokadu i njenu stabilnost.

● Uloga igrača s kog se lopta dodaje (odbr. s prvog pasa)

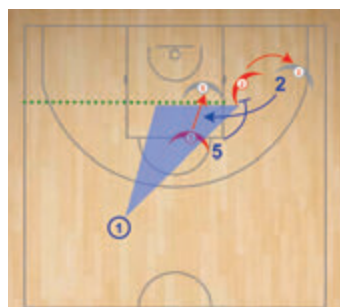
Kao i za sve ostale tipove odbrane, mi želimo i da u odbranu blokade bez lopte uključimo sve one igrače na terenu koji mogu da obave neki svrsishodan zadatak, a da se neutrališe prednost na blokadi (što ne mora da znači da je to uvek i po pravilu svih 5 igrača). Ovde nije mala uloga igrača koji čuva driblera (ili pak statičnog napadača s neiskorišćenim driblingom) – mi kao odbrana moramo da uzmemo sve ono što nam napad daje i ako je taj napadač s loptom iole pasivan i ne predstavlja pretnju po koš, s njega treba agresivno pomagati na čoveka koji izlazi iz blokade. Takođe, čak i ako nije uključen u neposrednu akciju pomoći s prvog pasa, taj odbrambeni igrač treba da uradi sve što može kako bi otežao dodavanje koje njegov čovek upućuje.



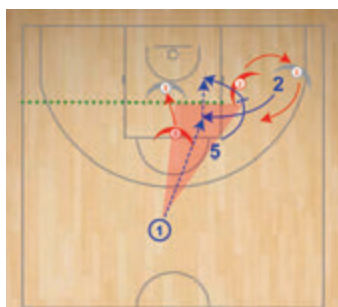
DIJAGRAM 15



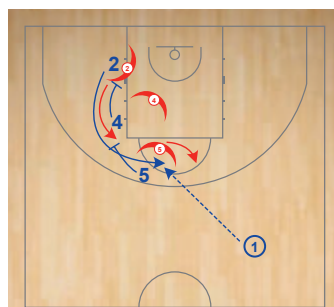
DIJAGRAM 16



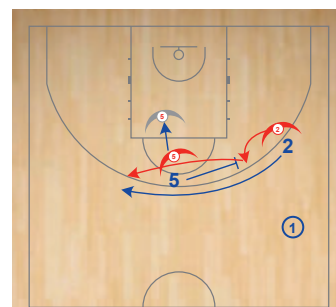
DIJAGRAM 12



DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 14



DIJAGRAM 17



Uzmimo za primer donju blokadu koja se brani preko, a iz nekog razloga mi ne želimo da agresivno pomažemo s driblera, jer je pretpostavka da on to može uspešno da kazni. Od velike je važnosti to gde se blokada postavlja i koje je to mesto gde iz blokade treba da se izađe, odnosno koliko je lopta daleko od mesta izlaska.

Uzmimo za primer donju blokadu koja se brani preko, a iz nekog razloga mi ne želimo da agresivno pomažemo s driblera, jer je pretpostavka da on to može uspešno da kazni. Od velike je važnosti to gde se blokada postavlja i koje je to mesto gde iz blokade treba da se izađe, odnosno koliko je lopta daleko od mesta izlaska. Ako su dodavač i blokada (odnosno mesto izlaska) relativno blizu jedno drugom (**Dijagram 18**), onda je pretpostavka da će napadački plejmejker *uputiti i pas o pod* svom saigraču O2, koji izlazi iz bloka, na taj način mu ostavljajući vremena da odreauguje i primi loptu upućenu dodavanjem iz blizine. Stoga, naš odbrambeni u trenutku bloka mora da bude svestan šta mi kao kolektiv radimo (odnosno da je blokada najpre praćena u leđa od strane X2) i da shodno tome malo odskoči od svog čoveka O1 i igra spoljašnjom rukom nešto niže ispod svoga struka, te tako oteža taj pas o pod. S druge strane, ako se ta blokada postavlja nešto više po širini, a dribler je takođe nešto više udaljen od uzdužne polovine terena (**Dijagram 19**), onda je pretpostavka da će dodavanje ka O2 biti direktno, te shodno tome i naš igrač na lopti X1 ide da oteža dodavanje svojom spoljašnjom rukom nešto više ka gore, otprilike u nivou svog ramena. Naravno, u oba slučaja, nezavisno od tipa dodavanja – mi svoju nameru treba da sakrijemo i prvenstvena odgovornost koju imamo je napadač za kog smo zaduženi, te ne smemo biti probijeni u odbrani zato što smo se previše posvetili otežavanju pasa na blokadi.

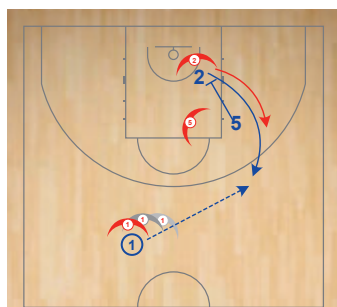
Jedan od postulata moderne igre u odbrani je takođe i igra u pomoći (Help&Recover) i njen je značaj po-

djednako izražen u odbrani blokada. Na **Dijagramu 20** možemo videti primer tipične pomoći s driblera (nešto poput Stun kretanje u pomaganju), gde napadač izlazi iz donje blokade. Odbrambeni X1 se potpuno posvećuje pomoći na X2 i ide da mu omete kretanju nakon prijema. Prvenstvena namera je da se potpuno zaustavi prodor, međutim, čak i ako do toga ne dođe, i O2 ipak nastavi prodorom ka košu – onda ga treba naterati da se ne oseća komforno i da pre vremena uhvati loptu, limitirajući mu mogućnost driblinga. Takođe, jedan od razloga zašto se pribegava ovoj Stun pomoći je i to da mi ne želimo da čitav teret izlaska iz blokade i prodora O2 podnese naš visoki igrač X5 koji kontroliše taj Dribble Curl – centra ne treba izlagati preterano velikom riziku ako već imamo mogućnost da dvojica igrača (X5 i X1) podele jednu istu odgovornost – zaustavljanje prodora.

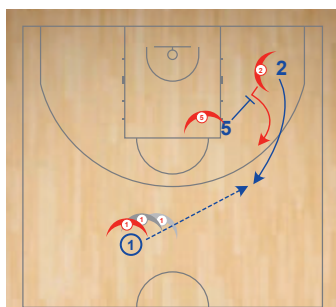
Opet, kao i u prethodnim situacijama otežavanja pasa, i za akcije pomoći sa dodavača se vodimo kriterijumom odnosa mesta odakle se dodaje i mesta na koje se izlazi iz blokade. Ponovo na primeru široke uzastopne blokade (Stagger Wide) branjene praćenjem (**Dijagram 21**), možemo videti da naš odbrambeni plejmejker u akciju pomoći ide klizanjem u stavu. U tom trenutku je njegova odgovornost podjednako i njegov O1, ali i O2 koji izlazi iz blokade, te stoga i otvoreni stav i „klizanje”, gde je još uvek leđima okrenut košu.

Greška koju po svaku cenu pokušavamo da izbegnemo jeste da se X1 u pomoći potpuno okrene ka lopti, odnosno u ovom slučaju licem ka košu (**Dijagram 22**). Mi tu situaciju apsolutno ne želimo, jer ovo široko i visoko postavljanje napadačkog plejmejкера s loptom u pripremi dodavanja upravo i služi da bi se njemu (O1) ostavilo prostora da može da kazni preteranu pomoć (Overhelp), uradi kratko utrčavanje pre povratnog pasa (Stampede Cut) i iskoristi povećani momentum u odnosu na svog direktnog čuvara X1, koji je u akciji povratka iz pomoći.

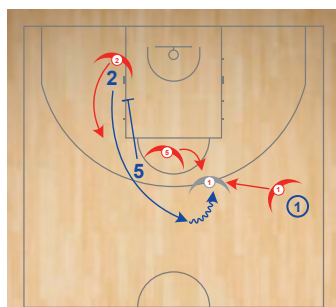
Za razliku od prethodnog slučaja, u kom su blokada i dodavanje „razmaknuti”, u sledećoj situaciji (**Dijagram 23**) imamo plejmejкера visoko na vrhu i relativno blizu središnjoj liniji i iz uzastopne blokade se izlazi na krilo. To dalje diktira da dubinu kontroliše X4 koji je prvi u Staggeru, što dalje daje prostora našem drugom visokom X5 da kontroliše Dribble Curl i napadača O2 natera u prodor nešto više po širini. Dalje, prodor po širini daje šansu našem X1 da se potpuno okrene ka O2 sa loptom, i unutrašnjom rukom (ovde-desnom) u „Jump Help” situaciji napadne dribling. Čak i ako O1 radi Stampede suprotno od svog dodavanja (ovde u svoju levu stranu), mi taj prodor kontrolišemo Stun akcijom najdaljeg od lopte, sa X3 u korneru. Ova situacija je očit primer kako svih 5 igrača mogu imati svoju malu, ali opet veoma bitnu ulogu i zadatak u neutralisanju blokade.



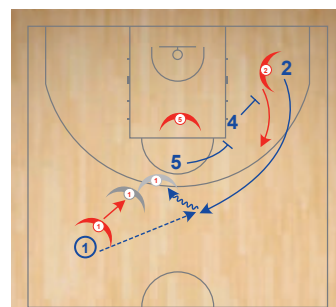
DIJAGRAM 18



DIJAGRAM 19



DIJAGRAM 20



DIJAGRAM 21

● **Važnost Bump akcija igrača koji čuva blokera**

S obzirom na to da nastojimo da kao tim što više pomognemo igraču koji se bori protiv blokade, vrlo često ćemo od igrača koji čuva blokera tražiti da kontaktom s napadačem koji prima blok ubijemo njegov inicijalni momentum i neposrednu prednost izlaskom iz blokade. Značaj ovih odbrambenih kontakt akcija, koje nazivamo Bump, naročito je izražen u leđnim (Backscreen) i horizontalnim (Cross-screen) blokadama, s obzirom na to da se iz njih izlazi ka košu i ako se ne bampuju – vrlo često će rezultirati laganim polaganjem ispod samog obruča (a neretko i zakucavanjem ili Alley-oop potezima koji umeu da preokrenu ritam utakmice, pokrenu navijanje, obeshrabre i demorališu odbranu i slično).

Principi bampovanja zavise od mnogo faktora (kao uostalom i principi individualne i timske odbrane od blokada bez lopte), ali zajednički imenitelj svih Bump odbrana jeste da one ne smeju da traju predugo, te da odbr. igrač iz njih mora da izađe onog trenutka kada njegova pomoć više nije potrebna jer je saigrač ponovo uspostavio punu kontrolu nad svojim čovekom nakon primljene blokade. Mi se ovim rezonom prostorne i naročito vremenske efikasnosti vodimo iz prostog razloga što većina napadačkih sistema (ili pak samo sekvenci) upravo i igra takve vrste blokada kako bi iznudila Bump (obično s jako dobrog šutera), te da se prednost nastala kašnjenjem nakon bampa može materijalizovati.

Na primeru već pomenute Peđa sekvence možemo videti koliko je zapravo odbrana od jedne obične leđne blokade zapravo kompleksan odbrambeni zadatak. Napadač O2 ispod koša daje „slepi“ blok za svog O4 na laktu (**Dijagram 24**), i nakon toga nastavlja da iz uručjenja primi loptu za šut od svog O5 na drugom visokom postu (efektivno – Peđa Action). Naš odbrambeni X2 mora da bampuje O4 na leđnoj blokadi i stoga kasni za svojim O2 na uručjenju. Međutim, kako god mi branili tu blokadu sa našim O4 – od ključne je važnosti pritisak našeg X5 na samo uručjenje – on jednostavno ne sme da stoji preduboko, jer niti ometa uručjenje, niti može da parira na šutu O2 ako se naš X2 zaglavio u bampu.

Mi zapravo želimo da najpre sa X2 najavimo, a potom i bampujemo. X4 koji prima blokadu isto tako ima obavezu da poremeti statiku blokade napadača O2 i da, istovremeno dok se bori da izađe iz bloka, ugura O2 ka čeonog liniji (pod pretpostavkom da se „slepi“ blok brani preko, odnosno između lopte i O4). Dalje, naš X5 u trenutku slepe blokade treba da priđe lopti i da igra rukom na liniju uručjenja (ovde levom) na taj način kupujući vreme svom X2 koji u tom momentu izlazi iz jakog Bumpa. Dalje, X5 ostaje u kontaktu sa svojim O5 nakon uručjenja i eventualno parira na šut O2 ako je on ostvario prednost uručjenjem. S obzirom na to da se Peđa akcije

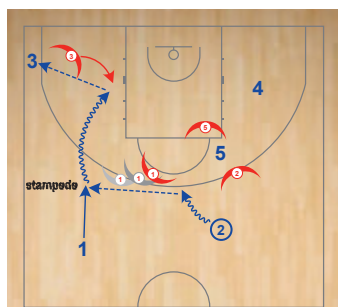
uglavnom igraju za jako dobre šutere direktno iz prijema, mi verovatno ne možemo da branimo to uručjenje ispod, već moramo da u kontrolu beka napadača uđemo s gornje strane – što može da vodi u izvesni hendikep. Tu je opet za primarnu kontrolu prodora zadužen X5, ali sve i da je on obiden – mi koristimo činjenicu da nam je korner na strani lopte popunjen sa našim X3, te svaki prodor O2 kontrolišemo svojevrsnom Peel Switch odbranom, odnosno preuzimanjem između dvojice spoljnih igrača X2 i X3.

Iz svega prikazanog nameće se zaključak da je odbrana ovakvih relativno jednostavnih (ili drugih manje-više kompleksnih) sekvenci zasnovanih na blokadi bez lopte (te nakon nje i narednoj akciji) zapravo takođe složen odbrambeni zadatak koji iziskuje jasno uspostavljene principe, metodski postupak i vreme posvećeno usavršavanju kroz trenažni proces.

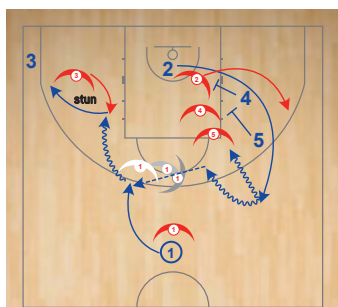
● **Određene opcije preuzimanja na blokadama bez lopte**

Iako je u modernoj košarci koncept preuzimanja i te kako popularan i vrlo često korišćen (kako na blokadama bez lopte, tako i na piku), a pre svega zbog porasta atletskih sposobnosti igrača (a naročito visokih, koji su sve više u stanju da odbrane očigledni Mismatch na perimetru), mi se u današnjem tekstu nećemo puno baviti opcijama preuzimanja. Switch je sâm po sebi kao koncept izuzetno kompleksna tema, s obzirom na to da neminovno vodi u određene prednosti po jednu stranu i hendikepe po drugu, te ga stoga i treba tretirati kao zasebnu celinu sa univerzalnim pristupom temi. Moguć-

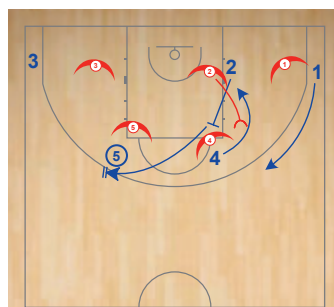
Iz svega prikazanog nameće se zaključak da je odbrana ovakvih relativno jednostavnih (ili drugih manje-više kompleksnih) sekvenci zasnovanih na blokadi bez lopte (te nakon nje i narednoj akciji) zapravo takođe složen odbrambeni zadatak koji iziskuje jasno uspostavljene principe, metodski postupak i vreme posvećeno usavršavanju kroz trenažni proces.



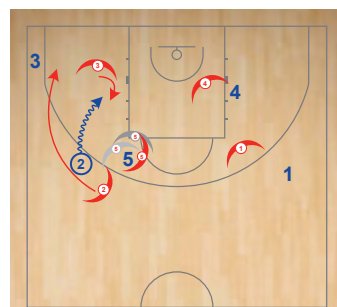
DIJAGRAM 22



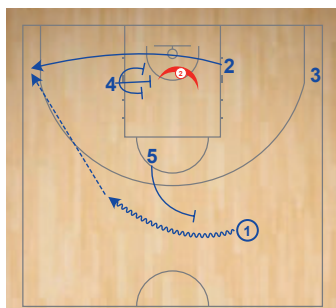
DIJAGRAM 23



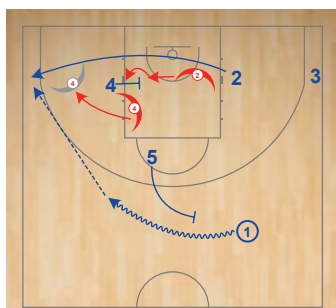
DIJAGRAM 24



DIJAGRAM 25



DIJAGRAM 26



DIJAGRAM 27

Ono po čemu su blokade bez lopte specifične jeste da su izuzetno veliko „igralište” i da je ogroman broj faktora uključen u njihovo uspešno izvođenje ili pak branjenje – te stoga i pružaju mnogobrojne mogućnosti za kreaciju.

nosti preuzimanja na blokadama bez lopte su beskonačne, Switch opcije se mogu vrlo uspešno koristiti – ali traže isto tako kristalno jasno definisane principe i postulate u odbrani, gde na većini detalja mora da se dosta radi kroz trening. Generalno, u modernoj košarci na vrhunskom nivou do većine preuzimanja dolazi zato što to upravo i jeste bila namera (sistemski Switch), dok se tek povremeno dešavaju iznudaena preuzimanja koja napad uglavnom vrlo lako kažnjava.

Međutim, kako bismo tek iole sagledali koncept preuzimanja na blokadama bez lopte, uzmimo za primer već pominjanu Smack sekvencu, odnosno blokadu ispred pika koja služi da bi se došlo do otvorenog šuta. Ove Smack opcije su izuzetno teške za branjenje, pre svega zbog toga što se nadovezuju na PnR (koji se ne igra tek **pro forme**, ali dobrim delom služi ili kao Decoy da bi se vezala odbrana ili da bi se dodavač rasteretio pritiska).

Napad dolazi do sistemskog pika na vrhu sa O1 i O5 (Dijagram 26), dok se u isto vreme odigrava blokada po širini za šutera O2. Primećujemo da je inicijalno rastojanje između blokeru O4 i odbr. X2 veliko, te da bloker ima značajan manevarski prostor da izvrši korekciju svoje blokade. Takođe, pretpostavimo da odbrana sada želi da izbegne jako iskakanje na piku (Hedge) kako bi se neutralisao dodavač, jer tim iskakanjem se, recimo, daju velike mogućnosti blokeru O5 na piku da kreira iz Short Rolla. Stoga, ostaje nam da Smack blokadu neutrališemo akcijom dvojice igrača neposredno uključenih u nju, X2 i X4. Ovde možemo da pribegnemo opciji preuzimanja između njih dvojice, ali uz vrlo jasno definisane zadatke i principe.

Najpre, podrazumeva se dobra (što bi značilo glasna i pravovremena) komunikacija dvojice koji treba da izvrše svič – X2 koji je iza i vidi da mu dolazi blokada mora da najavi to svom X4. Ta sigurnost da su njemu leđa pokrivena, odnosno da reket nakratko kontroliše X2 koji je ispod koša (Dijagram 27), omogućava našem X4 da ostane na liniji između lopte i svog igrača. Mi u stvari želimo da on ostane nešto više (bliže piku) u odnosu na svog čoveka kako O4 ne bi mogao da izvrši korekciju blokade onda kad vidi da do Switcha dolazi, i da u blokadu ne uzme prvobitno planiranog X2 već svog X4 koji preuzima (što je vrlo jednostavno čitanje sa aspekta napada i često se primenjuje u igri kod lošije izvedenih pre-

uzimanja). Kratka digresija oko igre X4 neposredno pre preuzimanja: koliko god se mi ovde oslanjali na uspostavljene i utrenirane kolektivne principe, ipak je od suštinske važnosti da mi kod svojih igrača razvijamo individualne sposobnosti vizualizacije (košarkaškim rečnikom - moć da se dà zamisliti ono što se ne dà videti) i anticipacije (predviđanja svega onog što u igri ili neposredno sledi u datom posedu ili tek nadolazi kao tendencija u toku igre). Nastavimo li dalje oko pojedinosti ovoga preuzimanja (Dijagram 27), zadatak našeg beka X2 je da najpre s donje strane, bliže čeonj liniji izađe iz blokade, i što je pre moguće zauzme zatvoreni stav – Front na Mismatchu sa O4. Uz kombinaciju Fronta s blagim usmerenjem za O2 ka čeonj liniji od strane X4, mi smo zapravo stvorili svojevrsni džep u koji bi trebalo da uđe O2 s loptom za slučaj da se opredeli za prodor po čeonj liniji. Naravno, sva preostala trojica koji ne učestvuju neposredno u preuzimanju (X5, X1, X3) imaju svoje zadatke kako bi se sprečili eventualni lob pasovi, Hi-Low igra, dodavanja visokom X4 o pod nakon prodora, Kickout igra, mogu se primeniti razne Triple Switch opcije preuzimanja „u trouglu” radi smanjivanja Mismatcha isl.

● Projekcija razvoja odbrane blokada bez lopte i konceptualna rešenja koja se mogu očekivati

Izvesno je da će blokade bez lopte nastaviti da budu esencijalno sredstvo za ostvarivanje napadačke prednosti. Takođe, sa sigurnošću se može očekivati da će s vremenom novi napadački koncepti stupati na scenu, a već smo svedoci enormne kreativnosti u spajanju već postojećih sekvenci u neke nove, izuzetno primenljive i zanimljive sisteme. Shodno ekspanziji napadačkih ideja, odbrana će isto tako u budućnosti nalaziti nove, inventivne načine da se protiv određenih težnji bori. Ono po čemu su blokade bez lopte specifične jeste da su izuzetno veliko „igralište” i da je ogroman broj faktora uključen u njihovo uspešno izvođenje ili pak branjenje – te stoga i pružaju mnogobrojne mogućnosti za kreaciju. Odbrana na ovakvim blokadama će možda u nekom trenutku i preuzeti primat u kreativnosti (ali opet, i ne mora se nužno biti inventivan: ako nije kreativnost ka novom, neka je bar konzistentnost u postojećem) i verovatno ćemo u budućnosti svedočiti nekim revolucionarnim principima koji su se pojavili. Lepota i bogatstvo košarke upravo i leže u tome što je igra koja konstatno evoluira, i ne postoje limiti za njen progres.

Na kraju, uz već široko rasprostranjenu opasku da su svi pobeđnički timovi u osnovi odlični odbrambeni timovi, izvesno je da će odbrana blokada bez lopte biti od ogromne važnosti i trenerima i igračima za ostvarivanje cilja. S druge strane, odbrana blokada bez lopte, sa svim svojim bogatstvom materije, sa svim svojim izazovima koji će se zasigurno pojaviti u radu i u izvođenju – ove odbrane imaju veliki transfer veština i znanja na ostale segmente odbrane. Ono što je naučeno u branjenju blokade bez lopte, i navike koje su tu stečene, neminovno će (i po mogućstvu pozitivno) uticati na ostale segmente naše odbrane (od pika, kontranapada, posta, skoka u napadu...). Ipak, čak i ako razumemo važnost uspešnog individualnog i sistemskog branjenja ovakvih blokada, čak i da im posvećujemo dovoljno i optimalno vreme i resurse u treningu – opet se moramo držati svih metodskih principa i postupaka, usput osluškajući i osećajući sopstveni igrački kadar i njihove sposobnosti za usvajanje novih ili usavršavanje postojećih sadržaja. ●



Knjiga koja unapređuje trenerski rad

Igor Kovačević, autor knjige „Tranzicioni napad u košarci“, nudi temeljnu analizu jednog od ključnih aspekata savremene košarke – tranzicije iz odbrane u napad. U savremenoj košarci brzina i efikasnost tranzicije postali su ključni faktori za uspeh na najvišem nivou. Tranzicija, kao osnovna karakteristika igre, omogućava postizanje lakih poena i zadržavanje tempa, ali zahteva visoku preciznost i kontrolu. Upravo zbog toga tranzicioni napad je postao centralna tema u trenerskom obrazovanju.

Knjiga pruža sveobuhvatan pristup tranziciji, kombinujući teorijski okvir s bogatstvom praktičnih vežbi. Autor nudi alate i metode za efikasnu primenu ovog elementa igre, od osnovnih faza do naprednih taktika.

➤ Sadržaj knjige:

1. Uvod

Objašnjenje ključne uloge tranzicionog napada u modernoj košarci, uz isticanje kako brzo i efikasno reagovanje u fazi prelaska iz odbrane u napad može biti odlučujući faktor u postizanju uspeha na terenu.

2. Primarna tranzicija

Detaljna razrada faze primarne tranzicije, koja počinje čim ekipa osvoji posed lopte. Ovaj proces podrazumeva brz i kontrolisan prenos lopte ka napadu, a uz to su pruženi konkretni primeri primene primarne tranzicije u igri, kao i vežbe koje pomažu igračima da nauče kako da brzo i precizno prenesu loptu prema protivničkom košu.

- Primeri primarne tranzicije
- Vežbe primarne tranzicije

3. Sekundarna tranzicija

Sekundarna tranzicija se razmatra u situacijama kada tim ne može odmah da realizuje poen i mora da pređe u drugu fazu napada. Analizirani su načini selektovanja najbolje opcije i održavanja napadačkog tempa, čak i kada nije moguće brzo doći do poena.

- Primeri sekundarne tranzicije
- Tranzicija sa 2 igrača na strani (2 Side Break) – objašnjeno je kako pravilno koristiti dve strane terena za stvaranje prednosti u napadu.
- Vežbe sekundarne tranzicije

4. Rani napad

Istražene su tehnike brzog napada, s posebnim osvrtnom na primene iz najjačih liga, kao što su Evroliga i NBA. Razmatrane su efikasne metode izvođenja brzih napada u ranim fazama igre, kao što su Pistol i Zoom napad, pružanjem primera iz prakse i vežbi koje omogućavaju igračima da optimalno iskoriste svaku priliku za postizanje poena.

- Prilozi ranog napada (Evroliga, NBA liga)
- Pistol napad
- Primeri Pistol napada
- Vežbe Pistol napada
- Košarkaški Zoom napad
- Primeri Zoom napada

Zaključak

Knjiga „Tranzicioni napad u košarci“ nije samo teorijski vodič već i praktični alat za svakog trenera, od onih koji rade s mladim igračima do trenera koji usmeravaju seniore. Bogato trenersko iskustvo autora daje precizne instrukcije i postepene korake za implementaciju tranzicije u svakodnevne trenažne procese. ●



DOPRINOS AUTORA

Ova knjiga je plod dugogodišnjeg iskustva i posvećenosti Igora Kovačevića, koji je tokom svoje karijere dao ogroman doprinos razvoju košarke u Srbiji. Njegova stručnost, predanost obrazovanju i unapređenju trenerske prakse čine ovu knjigu nezaobilaznim vodičem za sve koji žele da podignu kvalitet igre svojih ekipa. Takođe, Igor Kovačević je dobitnik Zlatne plakete, koju mu je dodelilo Udruženje košarkaških trenera Srbije (UKTS) u znak priznanja za njegov izuzetan doprinos razvoju košarke u Srbiji i njegov angažman u izdavačkoj delatnosti košarkaškog esnafa. Za sve one koji žele da usavrše svoju igru u tranziciji i dovedu svoje timove do uspeha, ova knjiga predstavlja nezaobilazni alat. Neka vas izloženi materijali podstaknu na dalji rad i istraživanje mogućnosti koje tranzicija nudi na terenu.



Knjiga pruža sveobuhvatan pristup tranziciji, kombinujući teorijski okvir s bogatstvom praktičnih vežbi. Autor nudi alate i metode za efikasnu primenu ovog elementa igre, od osnovnih faza do naprednih taktika

