



časopis udruženja košarkaških trenera



# TRENER

# CRNO BELA KOŠARKA

MART 2009, GODINA XIII BR. 53 CENA 100 DIN 2 EUR 3,5 KM 100 DEN 800 TOLARA 25 KUNA





Путеви успеха  
66  
85  
година  
КСС



časopis udruženja košarkaških trenera  
**TRENER**

Naš komentar

# Epidemija prekršaja

Piše: **Mirko Polovina**

**d** o zaključenja ovog broja, kraj februara, nekoliko stotina, ili preko 90 odsto članova Udruženja košarkaških trenera je u prekršaju, kada je njihova matična organizacija u pitanju. Doduše, reč je o prekršaju koji se od 2004. širi kao epidemija koja najozbiljnije ugrožava funkcionisanje samog Udruženja.

Govorimo o nedisciplini, moglo bi se reći čak neodgovornosti, kada je u pitanju izmirivanje članarine za ovu godinu. Gotovo već dvadeset godina naše udruženje, po svojoj organizovanosti, normativnom uređenju i aktivnostima, u sportskim krugovima, važi za uzor.

Ima svoj Statut, Kodeks, Pravilnik o stručnom usavršavanju, Pravilnik o članarini itd.

Sva ta dokumenta dostupna su svakom članu Udruženja, jer se nalazi i na veb sajtu: [www.ukts.rs](http://www.ukts.rs). Po Pravilniku o članarini, koja je ove godine neizmenjena, rok za uplatu je 31. januar. Tek nešto manje od trideset članova ispoštovalo je ovaj normativ i uplatilo članarinu koja je osnov za funkcionisanje Udruženja.

Tako se, pored ovog pravilnika, masovno krši Statut, kao naš najviši pravni akt, pa i sam Kodeks.

Činjenica je da bi bila utopija pokretati disciplinski postupak protiv nekoliko stotina trenera koji najčešće vredno rade za dobrobit naše košarke. Međutim, ovakvim odnosom ugrožava se korektan rad Udruženja. Kako onda ispoštovati, recimo, Pravilnik o stručnom usavršavanju ili organizovati permanentno usavršavanje, ili sačuvati rejting Basketball Clinic, ili štampati ovaj časopis, omogućiti funkcionisanje kancelarije Udruženja i još mnogo toga.

Jasno je da će članarina biti uplaćena kada se dođe po overu licence. Međutim, to pored pomenutog nije dobro ni za trenere pojedinačno. Tada se nagomilaju troškovi, pa to postaje problem. Mnogi troškovi Udruženja ne mogu čekati – overu licence. Uostalom, nije korektno ako se članarina doživljava kao nužno zlo, umesto kao dokaz pripadnosti jednom uglednom, cenjenom i prestižnom udruženju kao što je to UKTS.

Svima, pa i autoru ovog teksta, jasno je da je i ovakva članarina za mnoge objekivan problem. Klubovi su siromašni, najmlađi košarkaši koji čine najbrojniju populaciju naših igrača, odnosno njihovi roditelji, ne izmiruju članarine klubovima. Treneri rade često za mizeran honorar, ili čak mesecima bez njega. Poteškoća je i s druge strane premnogo, ali svakako ne u tako masovnom broju i u nesrazmeri je sa neplaćenim članarinama.

Pozivamo naše trenere-čitaoce da i suštinski, sa svim pravima, ali i obavezama UKTS prihvate kao svoje. Da parafraziramo jednu poruku: Ili jesi, ili nisi – TRENER?

- 6** Dušan Ivković  
**Stvaranje asova važnije od rezultata**
- 18** UKTS  
**Bela licenca – uslov članstvu u UKTS**
- 24** Trenerska vrteška  
**Ko menja – najčešće gubi**
- 32** Danijela Ilić  
**Čutim i radim za dobrobit košarke**

Izdavač:  
**Udruženje košarkaških trenera Srbije  
Beograd, Sazonova 83**

Za izdavača:  
**Zoran Kovačić**

Glavni i odgovorni urednik:  
**Mirko Polovina**

Izdavački savet:  
**Zoran Kovačić  
Vladimir Koprivica  
Vladimir Andrić (predsednik)  
Dragan Nikodijević  
Zoran Radović  
Zoran Gavrilović  
Dragoljub Pljakić  
Mirko Polovina**

Tehnički urednik:  
**Đorđe Miličić**

Urednik fotografije:  
**Miroslav Todorović**

Art dizajner:  
**Nebojša Vasiljević**

Adresa redakcije:  
**Beograd, Sazonova 83**

E-mail:  
**uktj@uktj.org.yu**

Telefon:  
**+381 11 34 00 852**

Fax:  
**+381 11 34 00 851**

Priprema:  
**DanGraf d.o.o. Beograd,  
Alekse Nenadovića 19-23**

Štampa:  
**Doo Magyar Szó Kft Forum, Novi Sad**

Tiraž:  
**1.000 primeraka**

List izlazi dvomesečno

Rešenjem Ministarstva za informacije Republike Srbije br. 651-03-00323/1999-03, od 17. 1. 2000. god. „Trener” je upisan u registar javnih glasila, pod rednim brojem 2928.

Duško Vujošević KK Partizan

# Ja sam kao endemska biljka

**d**uško Vujošević je krajem 2007. godine u kojoj je Partizan osvojio šestu titulu prvaka države, bio prvak na Jadranu i učesnik TOP 16 faze Evrolige, izjavio:

– Posle šeste uzastopne titule bilo bi najpametnije otići nepobedjen i na taj način u istoriji obezbediti sliku čoveka koji je otišao iz crkve kad hor najlepše peva. Kad je u pitanju Partizan odličio sam da budem tu dok Partizanu to treba, a ne dokle je to pametno.

U međuvremenu je 2008. Partizan podigao lestvicu – titulama prvaka Srbije i NLB lige dodao Žučkovu levicu i plasman u četvrtfinale Evrolige. Na početku 2009. crno-beli su odbranili pehar Kupa Radivoja Koraca i posle četiri kola TOP 16 faze jedini uz Real i Panatinaikos obezbedili plasman među osam najboljih u najkvalitetnijem klupskom takmičenju kontinenta.

**I ove godine u sezonu ste krenuli sa novim timom, praktično iz početka.**

– Ne baš sasvim iznova. Ipak, tu se tokom prethodne sezone steklo određeno iskustvo, kredit i znanje. Jedan broj igrača ušao je u bitne uloge i postao spreman da zameni one koji igraju glavne uloge. Kontinuiteta u pravom smislu te reči nema. To bi značilo da se zadržao željeni sastav i dopunio onim što je nedostajalo. Tako bi iskustvo moglo da se nadogradi u pravom smislu te reči i pretoči u ekstra kvalitet. Ipak, ne može se reći da uopšte nema kontinuiteta. Jeste teško i obeshrabrujuće. Može puno da se napravi, međutim napravilo bi se još više da postoji i ova dimenzija o kojoj smo pričali – kaže Vujošević.

**Koliko je teško raditi u srpskoj socijalnoj realnosti, sa svim problemima koji su nam postali deo svakodnevice?**

– Jako teško, pogotovo u priči koja se odnosi na Partizan, gde kasne plate igračima, saradnicima i meni. Uz to, ne treba zanemariti i to da u ovakvom kalendaru takmičenja maltene onaj ko ima bolje organizovana putovanja u većoj je prilici da napravi bolji rezultat. Mi smo prinuđeni da idemo ekonomskim linijama, često nemamo direktne linije već one sa presedanjima i velikim pauzama između letova. Opet, ono što mene drži tu jeste to što sam kao endemska biljka koja najbolje uspeva u određenom



prostoru i klimi. Još uvek imam strast stvaralaštva. Ovde ima talenata koji imaju želju da naprave karijeru i shvataju da je Partizan pravo mesto odakle se počinje da se pravi takva karijera.

**U selekciji, kako nađete 12 karakternih ličnosti spremnih da se podrede kolektivu, izdrže razne vrste pritiska, pa i taj socijalne prirode?**

– To je već deo iskustva koje se prenosi. Na kraju svi budu isplaćeni, plate sa velikim zakašnjenjem, premije sa ogromnim zakašnjenjem. Istovremeno, ne određuju se neke kazne da bi se smanjile obaveze, čak i kad postoji razlog da se nešto tako uradi. A takvih razloga uvek ima, dešava se i u najboljim familijama. Jednostavno, stekne se svest da tu nema para koje neko drugi uzima, već da jednostavno u određenom momentu nema novca ni za koga. Postoji i doza inata, ako već radiš pa nisi prepoznat do te mere da to budi određeni revolt. Na neki apsurdan način, cela ta situacija ipak razvija volju.

**Živimo u vremenu kada je finansijski momenat primaran kod mnogih sportista. Evidentno je da vaši igrači nisu u sportu prvenstveno iz materijalnih razloga, već da su „starog kova” i da su im pobeđe i uspeh primarni.**

– Sport se igra za prestiž. To je jedan od osnovnih motiva sportiste. Košarka nam nije posredno sredstvo da dođemo do novca, pa da onda sa njima dođemo do onoga što stvarno volimo. Nju volimo više od svega. Idealno je kad se pogodi takva ljubav, potreba za radom i uspehom i taj finansijski deo.

**To pokazuje i želja za pobedom na Kupu Radivoja Koraća koji je donosio samo prestiž. A sa druge strane imali ste najteži put, protivnike koji nisu krili koliko su motivisani da vas skinu sa trona.**

– Kome u sportu treba neki poseban razlog da bi dobio utakmicu, taj nije za sport. Kao što u matematici postoje aksiomi koji se ne dokazuju, već se na osnovu njih prave teoreme i izvode dokazi, tako je i u sportu osnovni aksiom da postoji velika želja za pobedom. Zašto? Ne objašnjava se i ne dokazuje, već se iz toga sve izvlači. Tenzija je slična i kad se igra trening utakmica ili bilo kakva druga. Zbog velike želje ili straha da se ta želja ne realizuje. Mi smo pričali pre Kupa koliko cenimo ovo takmičenje, sad kad smo ga osvojili on nije manje značajan. A svi su žarko želeli da ga osvoje. Voleo bih da Kup bude spektakl, da mu se da značaj kao u Španiji, da nosi i određen broj bodova za evropska takmičenja. Međutim i ovako je veoma značajan, drugi je po važnosti trofej u državi.

**Samim plasmanom u TOP 16 ste već ostvarili podvig. Koliko su vam pobeđe na finalnom turniru Kupa Radivoja Koraća dale snagu da premašite sva očekivanja i ulaskom u četvrtfinale drugu godinu zaredom napravite senzacionalan uspeh.**

– Uvek kad se napravi uspeh, veliki rad i posvećenost dobije smisao, napravi se još bolja atmosfera, brže se ljudi oporavljaju posle uspeha. Opet, ovi momci su, malo i uz moju pomoć, vaspitani tako da ih uspeh ne ponese i ne smanji im glad za novim uspehom.

**S obzirom na to da do finalnog turnira NLB lige i evroligaške završnice nemate visok takmičarski pritisak rezultata, rekli ste da ćete taj period iskoristiti za doziranje forme, odnosno pojačanje treninga bez oslobađanja od obaveze pobeđivanja. Kako trener „podiže i obara svoju formu”, odnosno kako nađe snagu da stalno bude na najvišem nivou?**

– Tu je osnovno pitanje ataka na zdravlje. Takva količina stresa je zaista nešto opasno. Čovek mora da se iz-

## Svi Vujoševićevi trofeji

Duško Vujošević je prvu titulu prvaka države osvojio 1987. godine. Sa generacijom Paspalja, Đorđevića, Divca bio je najbolji u SFRJ.

Dve godine kasnije ista ekipa kojoj je priključen Predrag Danilović prvo je osvojila Kup Jugoslavije, da bi potom bila pobednik Kupa Radivoja Koraća koji je tada imao međunarodni karakter.

Od povratka na kormilo Partizana 2001. godine neprikosnoven je na ovim prostorima. Bio je prvak SR Jugoslavije, potom i jedini prvak države koja se zvala Srbija i Crna Gora, za sada je nedodirljiv i u Srbiji. Uporedo osvojio je i tri Kupa.

balansira. Mene uspeh najviše opusti. Jednostavno socijalizuje, prija, daje smisao i motiviše. Ali ne sme čovek da dozvoli da ga taj piton, stres, toliko zagri da bude na nekoj „overdozi” i adrenalinu pobeđa. Nego mora i da se bavi nekom fizičkom aktivnošću, da daje uvek neki svoj maksimum i da opet, ako to ne bude dovoljno, može sebi da kaže – dao sam najviše što mogu. Ritam utakmica je takav i dobra je stvar što novi zadatak ne dozvoljava da se razmišlja depresivno ili da se prave neke velike analize u tom smislu. Jednostavno novi dan je svanuo, sunce izašlo, autobusi i tramvaji idu, sledi nova utakmica. Kad izgubiš obično razmišljaš da li da se umiješ ili da se ubiješ. Umiješ se i već je pažnja na sadašnjosti.

**U sportu se uspeh meri rezultatom i trofejima. U slučaju Partizana uspeh je zbir pobeđa, pehara, talenata koji su postali asovi. Hit ste u Evropi, čak vam za razliku od nekih prethodnih godina ni rivali ne umanjuju uspehe.**

– Čovek ne može više da odgovara ni za sebe, kamoli za druge. Kako će neko nešto da primi i tumači to je stvar tog čoveka. Mislim da smo posvećenošću, radom i dozom hrabrosti zaslužili sreću, prosto smo svesni da smo zaslužili to što nam se dešava.

**Kakva je to skauting mreža kad dolaze stranci koji ne odskaču od tima, već se iskazuju kroz njega?**

– Imam slabu kulturu poznavanja američke košarke. Međutim, imam prijatelja italijanskog menadžera, Sicilijanca Rikarda Zbecija. On je stvarno prijatelj i ne pokušava da zaradi, već da napravi ono što Italijani zovu „Bela figura”. Bogat je čovek koji pri tome nije izgubio dušu. Želi da napravi utisak, pomogne Saši i meni. Sa druge strane stranci koji dolaze u Evropu, znaju da Partizan igra Evroligu, na jedan dobar način, znaju da i ako dođu za manje novca da im je to prilika da naprave veliki ugovor. Imaju na umu da ovde stranci nisu oni koji imaju odgovornost, već da su deo tima i imaju obaveze kao ostali. Takođe, znaju i da kad ne ide dobro nisu oni ti koji se kidaju, već da imaju stabilnu situaciju – da dobro treniraju, napreduju i igraju kvalitetne mečeve, kao i domaćim igračima pruža im se prilika da boravak u Partizanu bude dobar početak evropske karijere – zaključio je Vujošević.

**Predrag Sarić**

Mladi u punom pogonu

# Ivković: Stvaranje asova važnije od rezultata

**S**rbiji predstoji izuzetno sadržajno reprezentativno leto. Osim Evropskog prvenstva seniora u Poljskoj i takmičenja mlađih kategorija koje tradicionalno organizuje FIBA Evropa, „orlove” očekuju iskušenja na Univerzijadi u Beogradu i Mediteranskim igrama u Italiji.

O programima rada reprezentativnih selekcija diskutovalo se na poslednjoj sednici Izvršnog odbora Stručnog saveta KSS. Selektor Srbije Dušan Ivković govorio je o zaključcima tokom završnog turnira Kupa Radoja Koraća u Nišu.

– Do sada smo odradili veliki deo posla u vezi sa planiranjem i formiranjem programa rada, priprema za takmičenja svih muških reprezentativnih selekcija. Početkom maja objavićemo šire spiskove. Ne želimo da napravimo grešku u mlađim selekcijama i obratimo pažnju samo na rezultat, već osnovni cilj bi trebalo da nam bude stvaranje vrhunskih košarkaša. Moramo da pratimo sve igrače, bez obzira na to da li su u zemlji, Evropi, ili se školuju u SAD. Trenutno nemamo seriju vrhunskih igrača, kao što smo nekada imali, već samo pojedine igrače. U ovom trenutku verovatno jedino Igor Rakočević ima ključnu ulogu u evropskom klubu – rekao je Ivković.

Srbija je leto 2007. obeležila neverovatnom žetvom medalja u mlađim reprezentativnim kategorijama, kako muškim tako i ženskim. Prošle godine evropskim zlatom obradovali su nas samo mladi pod vođstvom Slobodana Klipa, dok je Jovica Antić predvodio žensku selekciju do bronze na Evropskom prvenstvu igračica do 20 godina.



Stručni savet KSS uskoro će doneti nova kadrovska rešenja za mesta selektora mlađih i juniora. Najmlađi reprezentativci Srbije već rade punom parom.

– Što se tiče kadeta, sa kojima radi Nenad Trunić, tokom novembra smo imali četiri kontrolna treninga za igrače rođene 1993. i 1994. godine. Posle toga, za vreme zimskog raspusta, odrađene su pripreme u Bečeju. Na osnovu svih ovih akcija možemo da kažemo da se radi o veoma talentovanoj generaciji igrača – ocenio je Dušan Ivković.

Isusni stručnjak objasnio je i kako će se selektirati ekipe za Univerzijadu u Beogradu (od 1. do 12. jula) i Mediteranske igre u Italiji (od 26. juna do 4. jula).

– Postojala je nedoumica da li za ovu godinu možemo da napravimo tri različite selekcije za Mediteranske igre, Univerzijadu i Evropski šampionat u Poljskoj, naročito zbog činjenice da se termini Mediteranskih igara i Univerzijade poklapaju. Posle temeljne analize, odlučili smo da pored Evropskog prvenstva za seniore, što

je naravno najvažnije takmičenje uz Univerzijadu čiji smo domaćini, imamo selekciju i na Mediteranskim igrama u Italiji. Nju će činiti selekcija igrača do 20 godina pojačana momcima koji su rođeni 1990. Kao organizatori Univerzijade za to takmičenje moramo da imamo dobar sastav, sposoban da osvoji medalju. To će biti tim sastavljen od košarkaša rođenih od 1985. do 1991. koji će proći obiman program priprema. Vrlo je verovatno da će u toj selekciji biti i seniora koje sa pažnjom pratimo i za potrebe seniorskog tima. Tu svakako neće biti igrača koji su najviše opterećeni u svojim klubovima, ali biće to prilika i za igrače iz klubova Jadranske i domaće Svislajon lige.

Program priprema seniora je već definisan i to od prvog dana okupljanja, do puta u Varšavu na takmičenje koje počinje 5. septembra. Jedina nepoznanica u ovom trenutku tiče se eventualnog učešća na FIBA Kuppu Borislava Stankovića koji bi trebalo da se igra u Kini prvog vikenda u avgustu.

– Akcenat rada kada je u pitanju seniorski tim, ali i sve mlađe selekcije, mora da bude na tome da moramo da pokrijemo sve igrače koji su interesantni, bez obzira na to da li nastupaju u našim klubovima, Evropi ili u SAD. Ne sme da nam se dogodi da propustimo nijednog igrača. To je ono na čemu se insistira – zaključio je Dušan Ivković.

D. Latković

## Leto 2009

### MLADI (do 20 godina)

Takmičenje: Evropsko prvenstvo na Rodosu (Grčka) od 16. do 26. jula

Rivali u grupi: Hrvatska, Ukrajina i Nemačka (D grupa)

Prošlogodišnji plasman: 1. mesto

Selektor: biće određen

### JUNIORI (do 18 godina)

Takmičenje: Evropsko prvenstvo u Mecu (Francuska) od 23. jula do 2. avgusta

Rivali u grupi: Francuska, Češka i Slovenija (A grupa)

Prošlogodišnji plasman: 6. mesto

Selektor: biće određen

### KADETI (do 16 godina)

Takmičenja: Evropsko prvenstvo u Kaunasu (Litvanija) od 6. do 16. avgusta

Rivali u grupi: Letonija, Francuska i Ukrajina (D grupa)

Prošlogodišnji plasman: 5. mesto

Selektor: Nenad Trunić



Juniori KK FMP: Dobar primer rada sa mladima



Svetislav Pešić, KK Crvena zvezda

# Profil igrača

**Trogodišnji projekat: FIBA Europe Coaching Certificate (FECC) namenjen je najperspektivnijim trenerima svih evropskih zemalja. Prvi stručnjak – mentor ovog stručnog usavršavanja je Svetislav Pešić. Od ovog broja počinjemo sa objavljivanjem njegovih predavanja na FECC, kako bismo ih učinili dostupnim svim našim trenerima**

## I ULOGA TRENERA

U razvoju i formiranju mladih košarkaša i košarkašica kroz proces treniranja ključni faktor je trener.

Trener mora da:

- bude košarkaški obrazovan,
- bude dobar organizator, pre svega trenažnog procesa (sistematičnost, planiranje i programiranje),
- ima svoju košarkašku filozofiju i da predviđa u kojem će se pravcu razvijati košarkaška igra,
- da u svom radu koristi iskustva nauke (trening, fiziologija, psihologija i dr.) jer će na taj način praviti bolje procene, vršiti kontrolu i uticaj na razvoj sposobnosti mladih košarkaša,
- da se neprestano usavršava i obrazuje praćenjem literature, seminara i to ne samo iz košarke, već iz svih oblasti bitnih za košarku,
- da bude strpljiv jer je proces stvaranja košarkaša dugoročan i složen.

Trener je učitelj, psiholog i pedagog. On je sistematičan u radu i učestvuje i vrši selekciju, dijagnostiku, planira, programira, realizuje, vrši kontrolu i korekciju u svim fazama razvoja mladih košarkaša.

Trener uči i usavršava igrače i vrši izbor metodike rada za svakog igrača, za grupu igrača i za ekipu na planu tehničko-taktičke, kao i na planu kondicione pripreme, bazične i specifične kondicije **u odnosu na uzrast**. Trener je pravičan, razvija ljubav i entuzijazam i uči mlade košarkaše ne samo da igraju košarku i primenjuju naučeno kroz igru, **već ih i uči kako treba da treniraju** i razvija im radnu etiku i radne navike važne za proces treninga.

## II TRENING

Sa 12 godina treba početi sistematski košarkaški trening u okviru kojeg najvažnije mesto zauzima učenje tehnike. Uvek bi trebalo isticati značaj tehnike u

košarkaškoj igri, na tehnici se izgrađuju sve taktike. Tehnika je za čitavu karijeru, a taktika za jednu utakmicu.

**Kada se savlada tehnika, onda počinješ da je primenjuješ. To znači da imaš svoju taktiku i onda počinješ da postaješ igrač.** Treba razlikovati: učenje i obučavanje od usavršavanja.

## I Učenje i obučavanje

### Osnovni princip postupnost

- a) Objašnjenja – upoznavanje sa osnovama napada i odbrane,
- b) Demonstriranje elemenata,
- c) Posmatranje – vizuelno učenje,
- d) Izbor metoda rada – izbor vežbi za svakog igrača, tj. grupe igrača,
- e) Izbor odgovarajućih elemenata tehnike (šut, pas, dribling, košarkaški stav, tehnika odbrane),
- f) Praktični rad.

### Redosled obučavanja

1. Držanje, prijem, hvatanje i zaštita lopte,
2. Košarkaški stav,
3. Dodavanje lopte,
4. Vođenje lopte (u mestu, u kretanju, sa promenom pravca i brzine),
5. Pivoting sa loptom,
6. Košarkaški korak,
7. Šut i finta,
8. Kretanje bez lopte, otkrivanje, postavljanje i primenjenjem blokova.

### Obučavanje

1. Izbor metode i vežbi prema pojedincu,
2. Individualni rad,



3. Racionalnost pokreta,
4. Brzina, snaga, intenzitet u izvođenju elemenata,
5. Primenljivost elemenata – kroz vežbe 1/0, 2/0, 3/0 i 1/1, 2/2 i 3/3,
6. Treniranje u uslovima igre.

## II Usavršavanje

– Automatizovana osnovna tehnika je preduslov za usavršavanje tehnike, tj. izgradnju takmičarske tehnike.

– Rad na usavršavanju tehnike bez intenziteta neće dati rezultate.

– Kvantitet rada – Stalno vežbanje će sigurno dati dobre rezultate (Lari Bird: Svaki dan – ceo dan).

– Kvalitet rada – Veoma je važno šta se vežba i kako se vežba. Pravilno vežbanje dovodi do napretka. Greške treba uočiti i biti spreman za brze i efikasne korekcije.

Najčešći uzroci grešaka:

– pogrešna ili površna predstava o pokretu (mladi igrači su skloni da imitiraju svoje idole),

– ne treba učiti nove kretne aktivnosti ako prethodne nisu savladane,

– nedostatak fizičkih (baznih i motoričkih sposobnosti mladih igrača).

**Pravovremeno ispravljanje grešaka je nakon učenja i primenjivanja naučenog najvažniji zadatak, kako u procesu učenja, tako i u procesu usavršavanja.**

Greške je moguće ispraviti:

1. Upoređivanjem lošeg i dobrog izvođenja,
2. Olakšavanje uslova izvođenja pokreta (brzina i ravnoteža u izvođenju pokreta),
3. Otkrivanje uzroka (položaj tela, pojedinih delova tela, položaja lopte itd.).

## III ETAPE U RAZVOJU IGRAČA

Svaka etapa u radu sa mladima zahteva specifične sadržaje i načine organizacije i realizacije treninga.

**Prva etapa** – uzrast od 14 do 16 godina:

– dalje razvijanje motivacije na treninzima i utakmicama,

– nastaviti učenje i usavršavanje individualne tehnike i taktike na specifičnim pozicijama,

– učiti i usavršavati sve igrače da igraju sa loptom licem i leđima prema košu,

– odnos tehničke, taktičke i fizičke zastupljenosti u relativnoj srazmeri, **početi rad sa tegovima**,

– obim i intenzitet treninga se povećava – postavljaju se specijalni zadaci u tranziciji igre.

**Druga etapa** – uzrast od 16 do 18 godina:

– zadaci treniranja i takmičenja su jednaki kao u prethodnoj fazi, ali su zahtevi veći i složeniji,

– obim i intenzitet treninga se povećava i približava zahtevima za seniorsku ekipu,

– nastavlja se specijalizacija na pojedinim igračkim mestima,

– stimuliše se individualna kreativnost u okviru taktičkih zahteva,

– nastavlja se individualni rad pojedinačno, ali i u grupama,

– koristi se svaki timski trening za usavršavanje individualne tehnike i taktike,

– organizuje se veći broj utakmica nego u prethodnoj fazi,

– igračima se daju specijalni zadaci na utakmicama,

– povećava se obim rada na taktici igre,

– povećavaju se zahtevi u odbrambenim zadacima,

– razvija se pobjednički duh.

**Treća etapa** – uzrast 18 do 20 godina:

– zadaci treniranja i takmičenja su veći i složeniji (neki igrači igraju dve vrste takmičenja, sa „duplim” licencama),

– obim i intenzitet treninga kao za seniore (neki igrači su već u seniorskim timovima),

– povećavaju se zahtevi u timskoj taktici, ali se i dalje vrši specijalizacija na pozicijama u igri,

– stimuliše se individualna kreativnost, pogotovo za one igrače za koje se vidi da imaju budućnost u seniorskim programima,

– nastavlja se individualni rad pojedinačno, ali i u grupama. Posebno se povećava intenzitet u izvođenju svih vežbi,

– povećava se obim rada na odbrani,

– postavljaju se igračima specijalni zadaci na treninzima i utakmicama, posebno u odbrani,

– povećava se obim rada u fizičkoj pripremi igrača.

## IV POZICIJE U IGRI I ZADACI

Određivanje mesta i uloga igrača u ekipi omogućuje treneru da usmeri igrača prema onim zadacima koje igrač može uspešno obaviti. Taktički i tehnički zadaci se u modernoj košarci menjaju, pored brzine, agresivnosti i snaga postaju sve važniji, a odbrana i zahtevi sve veći. Tačno je da igrača treba specijalizovati za određeno „radno mesto”, ali sa aspekta obučenosti igrača u tehničko-taktičkom smislu traže se igrači koji mogu izvršiti više zadataka u igri i biti spremni da igraju na najmanje dve pozicije, **kako u napadu, tako i u odbrani**.

Razlika između visokih i niskih igrača (centara i spoljnih) smanjuje se sa aspekta individualne tehnike, pa samim tim i sa aspekta taktike, posebno u fazi tranzicije napada i odbrane. **Sada i u budućnosti nije uvek najvažnije na kojoj poziciji jedan igrač igra, već koliko zadataka taj igrač može realizovati (obaviti) u toku igre.**

## Opis pozicija i zadaci u igri

### 1. Point guard – plejmejker

To su igrači koji moraju biti „treneri” na terenu – produžena ruka trenera, vođa ekipe. On mora biti emocionalno stabilan i mentalno čvrst.

Najvažniji zadaci u napadu i odbrani:

#### a) NAPAD

- otvaranje za prijem prvog pasa za kontranapad,
- brzo prenošenje lopte (pasom ili driblingom) u fazi kontranapada,
- brzo i sigurno prenošenje lopte protiv svih vrsta agresivne odbrane i stvaranje brojčane prednosti,
- ako nije izvršena realizacija u kontranapadu, biti spreman za povratni pas,
- daje signal igračima za nastavak igre u pozicionom napadu,
- kontroliše loptu do otvorenog šuta,
- razigrava ekipu asistencijama,
- vrši izbor dodavanja najbolje postavljenom igraču,
- kontroliše ritam i menja ritam igre,
- preuzima odgovornost šutom u poslednjim sekundama napada ili zadnjim minutima utakmice.

#### b) ODBRANA

- prvi uspostavlja ravnotežu u tranziciji odbrane,
- postavlja se i određuje intenzitet pritiska na loptu,
- daje signal saigračima šta se igra u odbrani,
- određuje trenutak menjanja agresivnosti u odbrani,
- sprečava dubinski dribling u sredinu i u reket,
- posle pasa drugom napadaču sprečava povratni pas svom direktnom protivniku,
- vrši sve vrste pomoći,
- postavlja se za faul u napadu.

### 2. Shooting guard – second guard

Za razliku od point-guarda koji je prvenstveno odgovoran za organizaciju igre u svim fazama, shooting guard je zadužen za najteže poslove u odbrani (kontrolise najboljeg šutera protivničke ekipe) i u napadu za realizaciju sa spoljnih pozicija u tranziciji napada i u pozicionom napadu.

#### a) NAPAD

- otvara se za prijem prvog ili drugog dodavanja u kontranapadu,
- prijem drugog dodavanja u kretanju,
- završava kontranapad šutom, spreman za dodavanje sa jače na slabiju stranu i I ili II traileru,
- probija prednju liniju odbrane driblingom,
- analizira protivničku igru u odbrani i koristi njene slabosti, posebno kada je u posedu lopte,
- strpljiv je i čeka na svoju seriju šuteva za poentiranje,
- kreće se bez lopte prema planu i koristi postavljene blokove,

- spreman da poentira u trenucima odluke,
- zadržava kontrolu efikasnosti u trenucima umora i neregularnih fizičkih kontakata u igri,
- pomaže point-guardu u organizaciji igre u tranziciji i pozicionom napadu.

#### b) ODBRANA

- uspostavlja ravnotežu u tranziciji odbrane,
- zatvara sve pasove (prve i druge) u fazi kontranapada,
- vrši pritisak na igrača sa loptom,
- „razbija” blokove i ostale kretnje napadača,
- „Deny” odbranom onemogućava ulaz u postavljene napad,
- vrši kontinuirani pritisak na loptu bez ispadanja iz odbrambene pozicije,
- sprečava dubinski dribling,
- koncentrisan da zaustavi seriju spoljnih šuteva direktnog protivnika.

### 3. Small-forward

Igrač koji igra na ovoj poziciji je veza između spoljnih i unutarnjih igrača. Mora biti svestran – raznovrstan „oll roaund”, on je šuter, ali i spreman da poentira na donjem postu, koristeći prednosti miss-mach up pozicije.

Mora predstavljati stalnu opasnost za protivnika i u tranziciji i u postavljenom napadu, i biti spreman za saradnju sa visokim igračima. U odbrani tranzicije biti spreman da zatvori sve vrste aktivnih pasova, a u postavljenoj odbrani uvek u poziciji „Deny” odbrane.

#### a) NAPAD

- trči u „leđa protivnika”,
- spreman za otvoreni šut u kontranapadu,
- spreman za ofanzivni skok u tranziciji napada,
- spreman za poentiranje sa spoljnih i unutarnjih pozicija,
- spreman da iskoristi sve vrste blokova, ali da ih i sam postavlja,
- saraduje sa centrima,
- penetriranjem probija prednju liniju odbrane,
- spreman da poentira u trenucima odluke,
- zadržava kontrolu efikasnosti u trenucima umora i neregularne odbrane,
- strpljiv i čeka na svoju seriju šuteva za poentiranje,
- spreman za ofanzivni skok.

#### b) ODBRANA

- učestvuje u organizaciji skoka u napadu,
- sprečava dodavanje u tranziciji prema bočnim krilnim pozicijama,
- zatvara prilaze košu,
- „Deny” odbranom sprečava ulaz u napad preko krilnih pozicija,
- „razbija” linije pravljenja blokova postavljanjem na pravac protivničkog kretanja,

- sprečava utrčavanja sa slabe strane i linije dodavanja,
- spreman da u „front” ili „Deny” poziciji zaustavi napad na donjem postu,
- spreman da kontroliše prostor u reketu i da učestvuje u zatvaranju koša i defanzivnom skoku.

#### 4. Power-forward – forwardcenter

Profili igrača na ovim pozicijama postaju sve značajniji i od njihovog ukupnog doprinosa sve češće zavise sportski rezultati ekipe. To su igrači koji su prvi ili drugi skakači u odbrani i napadu, spremni za igru 1:1 licem i leđima prema košu. Spremni da pretrče odbranu u tranziciji kao I traileri, da prihvate svako dodavanje ako je odbrana agresivna na spoljne igrače i da „back-door” pasovima i unutarnjim direktnim pasovima, ili pasovima od pod asistiraju suigračima. Zato se i kaže ponekada da su oni „drugi play-makeri” u timu. Po visini oni bi trebalo da budu posle centara najviši igrači i po mogućnosti da imaju najveći raspon ruku. Spremni da u odbrani kontrolišu tri pozicije i za sve vrste preuzimanja.

##### a) NAPAD

- prvo dodavanje prema #1 ili #2 (posle skoka u odbrani, posle postignutog koša, i posle slobodnog bacanja),
- pomaže u prenošenju lopte protiv presing odbrana,
- trči kao I ili II trailer i popunjava linije u tranziciji napada,
- postavlja se u reketu ili spolja za prijem lopte pre nego što se odbrana formira,
- spreman kao „safety” igrač da prebaci loptu sa jake na slabu stranu,
- spreman da postavi ili primi blok u tranziciji napada,
- skok u napadu u tranziciji napada,
- spreman za igru 1:1 licem prema košu prodorom ili šutom,
- bori se za poziciju prijema lopte ispod koševa i spreman za sve vrste „back-door” pasova i pasova od pod,
- spreman za sve vrste igre 2:2.

##### b) ODBRANA

- spreman za ravnotežu u tranziciji odbrane,
- „zatvara leđa” prednjoj liniji odbrane sprintom ispod nivoa lopte,
- pomaže u reketu, zatvara sredinu, kretanjem nogu prebacuje se sa jake na slabu stranu odbrane, i obrnuto,
- spreman na „Deny” odbranu na niskom i visokom postu,
- spreman u poziciji front odbrane na donjem postu,
- spreman da uvek predviđa akciju spoljnih igrača i da izvrši „ranu pomoć”,
- telom sprečava kretanje centara da zauzme poziciju na donjem postu,

- postavlja se za poziciju zatvaranja koša pre defanzivnog skoka,
- „razbija” linije blokova i kretanje spoljnih igrača,
- pomaže u svim odbrambenim vrstama pick and roll igre.

#### 5. Center – low post

To su najviši i najsnažniji igrači. Oni obavljaju najteže poslove. Oni moraju da dominiraju snagom, agresivnošću, da imaju sposobnost uzastopnih skokova i da budu pripremljeni na kontakt igru. U fazi postavljenog napada najvažniji za postavljanje blokova, za unutarnju igru i za skok u napadu. U odbrani treba da budu spremni za kontrolu reketa, za blokiranje šuta, za skok u odbrani i za prvi pas. Već sada, ali i ubuduće, oni treba da budu pokretljiviji i spremni da igraju na dve pozicije. Da u igri 1:1 koriste igru licem prema košu (prodor i šut sa bliskih, ali i sa srednjih pozicija) i naravno, leđima koristeći različite pokrete i šuteve (horog šuteve i zakucavanja). Treneri moraju da pokažu najveći stepen strpljenja, entuzijazma i neposrednog kontakta u komunikaciji sa igračima na ovoj poziciji.

##### b) NAPAD

- prvo dodavanje,
- trči kao I ili II trailer,
- postavlja se u reketu na donjoj post poziciji, spreman za postavljanje bloka ili high-low pass,
- spreman da u tranziciji napada postavi i primi blok,
- skok u napadu u tranziciji napada,
- bori se za poziciju prijema lopte bliže košu i koristi sve vrste šuteva i zakucavanja,
- spreman za sve vrste igre 2:2, 3:3 (two game, tree game i pick and roll igre),
- spreman za postavljanje svih vrsta blokova spoljnim igračima, a zatim otvaranje za prijem lopte,
- spreman za ofanzivni skok i da u kontinuitetu napravi nekoliko uzastopnih skokova.

##### b) ODBRANA

- spreman za ravnotežu u tranziciji odbrane,
- „zatvara leđa” prednjoj liniji odbrane sprintom ispod nivoa lopte,
- pomaže u reketu, zatvara sredinu, kretanjem nogu prebacuje se sa jake na slabu stranu odbrane i obrnuto,
- „Deny” odbrana na donjem i visokom postu, i front odbrana na donjem postu,
- uvek spreman da predvidi akciju spoljnih igrača i da izvrši „ranu” pomoć,
- telom sprečava kretanje centara da zauzmu poziciju na donjem postu,
- postavlja se za poziciju zatvaranja koša pre defanzivnog skoka,
- „razbija” linije blokova i kretanje spoljnih igrača,
- pomaže u svim vrstama pick and roll igre.

**Nastavak u sledećem broju**

Jovica Antičić, selektor ženske reprezentacije

# Naporno takmičarsko leto

**S**elektor ženske reprezentacije Jovica Antičić našao se na mukama. Seniorsko Evropsko prvenstvo održaće se od 7. do 20. juna u Litvaniji, Univerzijada u Beogradu je od 2. do 12 jula, a istog tog meseca od 9. do 20. u Poljskoj treba da se održi Evropsko prvenstvo košarkašica do 20 godina.

– Najvažnije su nam seniorke. Igramo u veoma jakoj grupi, jer Litvanke su već nekoliko godina među osam najboljih na Starom kontinentu, Ruskinje su prvakinje Evrope, a Turkinje su bez poraza prošle u svojoj kvalifikacionoj grupi. Tri prvoplasirane ekipe idu u drugi krug. Ni tu nismo imali sreće, jer i ako prođemo u taj krug ukrštamo sa grupom Belorusija, Francuska, Italija, Izreal...

**Ima li tu uopšte neke nade da se posle tri odigrane utakmice ne vratite u Srbiju?**

– Naš uspeh zavisiće, pre svega, od nas samih. Zavisi ko će se sve odazvati pozivu, ko će biti zdrav... Recimo, Sonja Petrović i Jelena Milovanović iako su mlađe igratičice predviđene su za seniorsku reprezentaciju. Ali, Sonja Petrović ne igra već osam meseci zbog povrede ukrštenih ligamenata. Tek će sad da se priključi treninzima ekipe Spartaka iz Moskve i ako to bude sve kako treba verujem da će se odazvati i pozivu za reprezentaciju. Ovakve proble-



## Grupe za seniorsko EP:

Grupa A: Ukrajina, Češka, Španija, Slovačka;  
 Grupa B: Grčka, Latvija, Poljska, Mađarska;  
 Grupa C: Litvanija, Rusija, Turska, Srbija;  
 Grupa D: Belorusija, Francuska, Italija, Izreal.

Grupa za košarkašice do 20 godina:

Grupa A: Turska, Ukrajina, Španija, Nemačka;  
 Grupa B: Bugarska, Italija, Crna Gora, Srbija;  
 Grupa C: Litvanija, Latvija, Češka, Poljska;  
 Grupa D: Švedska, Rusija, Belorusija, Francuska

me imaće i naši protivnici, ništa tu nije rešeno. Nikad se ne predajemo unapred.

**Da li ste već napravili plan priprema?**

– Plan nije definitivn, ali je u globalu napravljen. Okupićemo se početkom maja. Veliki broj reprezentativki će doći umorne, jer će im se tek završiti prvenstva, pa ćemo prvih desetak dana raditi na upoznavanju, osvežavanju, regeneraciji... Onda sledi uigrava-

nje, pa utakmice. Planiramo sedam do 10 prijateljskih mečeva. Od ekonomske situacije će zavisiti da li ćemo ići po turnirima ili će nam biti jeftinije da mi u gostimo neke ekipe. Važno je da poziva za turnire ima.

**Za razliku od seniorske selekcije reprezentacija sa igračicama do 20 godina je imala sreće u žrebu?**

– U grupi smo sa Bugarskom, Italijom i Crnom Gorom. Posle toga ukrštamo sa Turskom, Ukrajinom, Španijom i Nemačkom te verujem da ćemo proći u dalji krug takmičenja. Opet, i tu zavisi ko će biti u toj reprezentaciji što će zavisiti od seniorske ekipe, odazivu, povredama, bolesti... Ključ je zdravlje. Ako svi budemo zdravi imamo šanse na oba takmičenja za dobar rezultat.

**Na sve ovo mora se napraviti reprezentacija i za Univerzijadu?**

– Odlučili smo da Univerzijadu u Beogradu igraju košarkašice rođene 1985. godine i mlađe, u reprezentaciji do 20 godina igraće one košarkašice koje su rođene 1989. i mlađe. Tu nam je problem što nam je gro igračica za seniorsku reprezentaciju iz ovog poslednjeg godišta. Seniorke imaju prednost, ali verujem da ćemo i ove druge dve reprezentacije napraviti kvalitetnim i prikazati dobru košarku.



**Ovo će znači biti godina kad će mlade košarkašice dobiti svoju šansu u starijim reprezentativnim selekcijama?**

– Upravo tako. One najtalentovanije će biti priključene starijim grupama, stićaće iskustvo, brže će sazreti... U svakom slučaju, ovo će biti naporno leto. Problem je što klubovi iz inostranstva moraju da puste naše igračice da igraju samo jedno prvenstvo, a ne za nekoliko takmičenja. Te košarkašice zarađuju novac u tim klubovima, te tim klubovima iz inostranstva nije u interesu da ih kroz reprezentativna takmičenja mi preporimo.

G. Čanović

## Zoran Kovačić: Problem prijemni ispiti

Juniorska reprezentacija Srbije nastupaće na Evropskom prvenstvu koje se održava u Švedskoj od 2. do 12. jula ove godine. Selektora košarkašica Zorana Kovačića Čiviju brine termin održavanja prvenstva, jer u isto vreme neke naše košarkašice treba da polažu maturu i prijemne ispite za fakultet.

– Imamo odličnu juniorsku selekciju, ako budemo kompletni borićemo se za medalje, ali kako da budemo kompletni kad Tina Jovanović iz Loznice i Aleksandra Dobranić iz Novog Sada završavaju četvrte razrede srednjih škola i polažu mature i prijemne ispite za fakultete baš u periodu održavanja EP? Za sve ostale košarkašice poslao sam molbe u klubove da zamole profesore u njihovim školama da im sedam dana ranije zaključe ocene kako bi mogle doći na pri-



preme koje počinju 1. juna. Ipak, nada postoji, jer se priča da će se, zbog Univerzijade, školska godina završiti sedam dana ranije, pa će valjda i mature i prijemni ispiti biti ranije, pa će onda Tina i Aleksandra, doduše bez priprema, ići na Evropsko prvenstvo.

Ni kadetkinje nisu pošteđene prijemnih ispita.

– Nekoliko njih upisuju srednje škole. Ipak, tu je bolja situacija, jer je Evropsko prvenstvo od 30. jula do 10. avgusta, u Italiji. Ima više vremena za pripreme, pa će se one priključiti ekipi posle polaganja. Ne znam kakve su ostale ekipe, ali želja nam je da budemo među pet najboljih ekipa

Starog kontinenta i plasiramo se na prvo Svetsko kadetsko prvenstvo koje će se održati naredne godine.

Permanentno usavršavanje 2009.

# Znanje za sve

**P**reuzimanjem funkcije selektora i povratkom u Srbiju Dušan Ivković sa mnogo aspekata unapredio je srpsku košarku, a poseban doprinos dao je radu Udruženja košarkaških trenera Srbije. U prilog tome svedoči i činjenica da je upravo selektor Ivković pokrenuo seriju predavanja sa ciljem usavršavanja trenera mlađih kategorija pod nazivom Permanentno usavršavanje 2009.

O ozbiljnosti celokupnog projekta govori i podatak da je najpre urađena detaljna analiza, i to još prošle godine po završetku svih finalnih turnira mlađih kategorija. Utvrđene su slabosti, propusti u radu i manjkavosti kod igrača i krenulo se u rešavanje problema.

Prva mera bila je izmena pravila u kategorijama pionira i mlađih pionira (što smo objavili u prošlom broju ovog časopisa) koja bi na duže staze trebalo da pruži velike rezultate, a shodno izmenama koje su izvršene (zabrane igranja pik-en-rola i zonske odbrane) održana je serija predavanja koja su izazvala veliku pažnju. Kao nadgradnja svega toga usledilo je Permanentno usavršavanje 2009. koje će se odvijati u nekoliko faza i uključiti najznačajnije košarkaške centre u Srbiji, kako inovacije i nova saznanja bila dostupna najvećem broju naših trenera.

Prvi krug, sa kojim se krenulo 26. januara, obuhvatao je Beograd, Novi Sad, Kragujevac i Niš. Krenulo se sa teorijskim predavanjima, a predavači su pažljivo birani. O planiranju i programiranju rada u mlađim kategorijama govorio je profesor dr Nenad Trunić, dok je dr Marko Stojanović obradio temu „Opterećenje i oporavak košarkaša različitih uzrasta mlađih kategorija”. Dr Nenad Trunić, koji je nedavno imenovan i za trenera kadetske selekcije Srbije, održao je i predavanje sa temom „Fizička priprema košarkaša različitih uzrasta mlađih kategorija”. Treba istaći da su ova predavanja u četiri pomenu-

ta grada okupila više od 300 trenera mlađih kategorija što je svakako podatak koji ohrabruje.

U drugom krugu Permanentnog usavršavanja 2009, koji se održavao tokom februara, predavači su bili Rade Georgijevski i Dragan Dragosavac. Tribine su održane u Beogradu, Novom Sadu, Kruševcu i Leskovcu. Rade Georgijevski održao je predavanje na temu „Osnove rada u minibasketu”, dok je Dragan Dragosavac pojasnio



*Dragan Dragosavac na predavanju u Beogradu*

problematiku „Osnove rada na individualnoj tehnici i taktici različitih uzrasta mlađih kategorija”.

Permanentno usavršavanje nastaviće se i tokom marta i to u Beogradu, Novom Sadu, Nišu i Čačku. Predavači će biti Gordan Todorović i Milan Josić, a u trećem krugu osim teorijskih predavanja biće i praktične primene.

Prema informacijama iz kancelarije Udruženja košarkaških trenera Srbije nastaviće se sa aktivnom edukacijom trenera mlađih kategorija. Želja je da se ovakvi i slični seminari održavaju bar jednom mesečno, da se uspostavi kontinuitet što bi nesumnjivo trebalo da unapredi rad sa najmlađim košarkašima. Ulaganje u bazu i u mlade svakako je najsigurnije ulaganje za budućnost i vrhunske rezultate za godine koje dolaze.

**J. Karanović**

Udruženje trenera nastavilo sa omasovljenjem članstva

# Bela licenca – uslov članstvo u UKTS

**P**reko devedeset trenera, koji su dobili Sertifikat „Mini-basket seminara 2009“, organizovanog za vreme sada već tradicionalnog Mini-basket festivala „Rajko Žižić“, imaju pravo na posedovanje bele licence, što znači da mogu voditi samo mini-basket timove. Uz to trener mora ispuniti sledeće uslove: da je član UKTS (3.000 dinara godišnja članarina), da ima minimum srednju stručnu spremu i dve godine igračkog staža. Ova vrsta licence izdaje se na period od tri godine u kojem trener mora da stekne određeno zvanje.

– Pošto se radi o trenerima početnicima, odlučili smo da im na ovaj način pružimo priliku da se organizovano i konstantno usavršavaju – kaže generalni sekretar Udruženja srpskih košarkaških trenera Mirko Ocoljić i dodaje: – Vlasnici „Sertifikata“ sa njim mogu da vode samo mini-basket ekipe. Da bi zakoračili na viši stepenik, neophodno je da završe kurs i postanu takozvani operativni treneri, što bi značilo da imaju pravo na rad sa ekipama u mlađim kategorijama i Letnjoj ligi KSS-a, tačnije – plavu licencu.

Glavni operativac Mini-basket takmičenja u Srbiji Rade Georgievski o saradnji sa UKTS kaže:

– Sve ovo je u saradnji sa Udruženjem košarkaških trenera Srbije urađeno, jer se ljudi koji se bave mini-basketom do sada nigde nisu evidentirali – kaže Rade Georgievski – U svim delovima naše zemlje ima preko dve stotine ljudi koji se košarkom bave na jedan drugi način, a koji do sada nisu imali načina da se evidentiraju i i zvanično postanu treneri. To naravno ne znači da se oni neće dalje usavršavati, ali će svakako omogućiti da taj proces teče lakše.

Polaznici četvorodnevog seminara su uz predavanja Vojislava Vezovića, Radeta Georgievskog i Milosava Reljina, imali prilike da debatovanjem na „okruglom stolu“ usaglase strategiju daljeg razvoja ove igre:

– Mini-basket ima jedinstven cilj da svi koji ga igraju zavole košarku. Zato ćemo u narednom periodu nastaviti sa omasovljenjem novog načina prezentacije košarke najmađim polaznicima, uzrasta od tri do deset godina. Smatramo da je nova igra „Košarkica“ sa koševima bez table i pravilima prilagođenim najmađima, pravi put ka tome – kaže Georgievski.

Treneri su imali priliku da razmene mišljenja i o treningu:

– Razdvojili smo uzrast na onaj do osam godina i od osam do deset godina života. Nije nam cilj da u pred-

školskim ustanovama, koje nam se sve više otvaraju, vršimo selekciju budućih košarkaša, jer je to nemoguće. Cilj nam je da svi oni probaju i zavole mini-basket, a da im posredovao „bele“ trenerske licence, kroz usavrša-



*Mirko Ocoljić, sekretar: Dobrodošli u članstvo UKTS*

vanje koje im nudi Udruženje čiji su članovi, na najbolji način prenesu sve što nauče.

Starosna granica se briše?

– Treneri koji su dobili Sertifikat, mogu da rade sa decom od tri do deset godina, pošto ona iznad deset godina života već imaju organizovanu aktivnost. I to je jedan od razloga zašto je saradnja sa Udruženjem značajna. Rad sa decom je lep, ali zahteva veliko znanje, koje se sada permanentno može sticati – zaključio je Rade Georgievski. Da bi se omogućilo uvođenje reda u radu sa najmađima i podigao ugled onih koji sa njima rade, bilo je neophodno i izmeniti normativna akta, odnosno Pravilnik o licenciranju UKTS.

Prof. Miljanić Mihailo, viši košarkaški trener

# Trener lider

**d**anas je teško zamisliti uspeh u sportu bez kvalitetnog lidera. Kultura modernog sporta obeležena je pobedom po svaku cenu. Razlozi zbog kojih trener lider privlači veliku i značajnu pažnju jeste sigurnost u trijumf. Umnogome sve napreduje i propada u zavisnosti od vođstva. Važno je znati uticati na ljude. Kad god radimo sa nekom grupom ljudi, moramo imati sposobnosti da ljude uspešno predvodimo.

Prikažaćemo koje karakteristike i sposobnosti bi trener lider trebalo da poseduje da bi funkcionisao u praksi. Koje su osobine i kvalitete koje trener lider mora da ima da bi bio uspešan?

Da bi trener imao uspeha mora imati sposobnost da bude vođa – lider. Vođenje je uticaj kojim se osigurava da ciljevi koji su zacrtani budu ostvareni. Vođenje u sebi mora nositi viziju koja motivise ljude da daju svoj maksimum, a to kako će raditi često je refleksija onoga za koga rade.

Činjenica je da svaka osoba pa tako i trener ima svoj lični stav prema životu, svoju „životnu filozofiju“. Životna filozofija u biti predstavlja način kako vidimo događaje i ciljeve u našem životu, način kako gledamo na ljude i na naš odnos sa njima. Trener lider u svom poslu i svojoj trenerskoj filozofiji mora postaviti ispred sebe više temeljnih ciljeva.

1. Trenirati sportistu da bi se razvijao do granica njegovih prirodnih potencijala. Najvažniji zadatak trenera je da u potpunosti izgradi sportisti identitet.

2. Pobeđivanje – cilj takmičenja je naravno pobeda, stoga glavni zadatak trenera je da brine o pobjedi. Pobeda u današnjem svetu sporta visoke tehnologije više nije moguća bez planiranja odnosno strategije. Biti i opstati kao pobednik pitanje je planiranja. Pobeda se gradi definisanjem dugoročnih, srednjoročnih, kratkoročnih – aktuelnih ciljeva i međukoraka u njihovom postizanju. Drugim rečima da bismo bili uspešni u svom radu potrebno je znati kuda smo se zaputili, a plan treninga i takmičenja nam služi kao karta putovanja u današnjem, sutrašnjem i danu nakon sutrašnjeg. Ne shvatiti da samo tako možemo ostvarivati pobjede bilo bi poput namernog bacanja strateške mape kada ulazimo na novi i složen teren budućih takmičenja.

3. Trener lider razvija i neguje ljubav kod sportista prema sportu kojim se bave, uči ih da poštuju kolektiv-klub u kome žive i rade, poštuju i neguju tradiciju i da čuvaju identitet kluba.

4. Trenerov temeljni zadatak je selekcija. Kako je selekcija fundamentalan faktor ulaganja u sport, ona se mora uraditi na najstručniji način pomoću kvalitetnih programa testiranja i kontrole rezultata. Na taj način se mogu ostvariti koncepcije koje opravdavaju materijalna finansiranja i druga ulaganja u sport.

5. Trenerov zadatak je i motivacija. Svaki igrač želi da bude uspešan a put do uspeha je dug i težak. Trener će motivacijom pripremiti igrača da se bori sa teškoćama kako bi došao do uspeha.

6. Zadatak trenera lidera bez koga nema uspeha je stvaranje dobre atmosfere za život i rad tima. Kad god se radi sa timom ljudi moraju se uspostaviti kvalitetni odnosi između članova tima. Trener uvek ukazuje na značaj timskog rada, pomaganje i saradnju unutar tima, dobar moral, hrabrost grupe, verovanje u zajedničke ideje, izgradnju bliskosti, povezanost... i da nema ostvarivanja ličnih i zajedničkih ciljeva ako ne živimo i radimo u takvom ambijentu. Trener radi to stvaranjem uslova za ličnu dobrobit svakog člana grupe stavljajući ga na svoje mesto, određujući mu ulogu.

Najvažniji princip trenerove filozofije bi bila dobra i pravilna komunikacija i saradnja ne samo sa svojim sportistima, već i sa drugim sportistima, ne samo sa svojim neposrednim saradnicima, već i sa drugim trenerima, klupskim funkcionerima, sudijama, novinarima, publikom i drugim osobama koje imaju veze sa sportom. Kroz svoju filozofiju daje svojim igračima, klubu, navijačima, viziju budućnosti, kako je ostvariti, dajući svoj pečat i vidljivi potpis.

Vođstvo nije nešto što se samo po sebi događa. Treniranje je rad sa ljudima, ono proizilazi iz trenerove pripreme, vođenja i napornog rada. Profesionalnom treneru kada uđe u klub data je mogućnost da ostvari svoju viziju i upravlja drugima, ali sama ta činjenica ne čini ga vođom. Trener će postati lider onoga trenutka kada ga igrači i kolektiv prihvate kao AUTORITET. Temeljni autoritet uspešnog lidera naslanja se na njegove kvalitete: inteligentan, odlučan, samouveren, samopouzdan, uverljiv, fleksibilan, sa jakom unutrašnjom motivacijom za postizanje uspeha, poseduje unutrašnju kontrolu, izrazito samosvestan, optimističan, sposoban za razumevanje i toleranciju prema stavovima drugih ljudi, sposoban da se uživljava u osećanja drugih, da ima smisao za humor, da je obrazovan (niko ne bi želeo leteti avionom sa pilotom koji je samo pročitao priručnik o letenju)... i iznad





*Duško Vujošević, KK Partizan*

svoga talentovan za svoj posao. Kaže se za talenat uspešnog igrača da liči na uspešnog strelca koji pogađa cilj, koji ostali ne mogu da pogode, a za talentovanog trenera da liči na onog strelca koji pogađa cilj, koji ostali ne mogu da vide. Talentovani trener ne sme da robuje talentima. On je talenat i on je tu da pomogne talentu da uradi više nego što on može da uradi sam.

Centralnu ličnost kluba sportisti nalaze u svom treneru. Da bi u svom praktičnom radu trener-lider uspešno vodio sportiste, pravio od njih tim i rezultat, neophodno je da poznaje mnoge psihološke aspekte svoje uloge, da ima saznanja o svojstvima i osobinama ličnosti svojih igrača kao što su: jedinstvo, doslednost, svest o sebi, identitet, zrelost ličnosti...

OSOBNOST ili JEDINSTVENOST LIČNOSTI podrazumeva da je svaki čovek ličnost za sebe, neponovljiva struktura (sklop osobina). U skladu sa tim svaki sportista ima svoj specifičan stil u ponašanju, kretanju, akciji, događaju, doživljaju... Ali pojedinci se ne razlikuju međusobno toliko da se ne bi mogli upoređivati, ali u okviru toga svaki sportista je osobena ličnost. Ta osobenost je slikovito istaknuta kroz opis ličnosti poznatog psihologa G. Olporta, a dopunjena poznatim našim sociologom D. Kokovićem, a ona se sastoji u tome da je čovek u biološkom smislu kao svi drugi ljudi, u sociološkom kao neki drugi ljudi i u psihološkom kao nijedan drugi čovek.

JEDINSTVO ili INTEGRITET LIČNOSTI po kojoj ne možemo i ne smemo ličnost posmatrati kroz prizmu po-

jedinačnih psihičkih procesa, već kroz organizaciju osobina u čijoj strukturi postoji dinamička povezanost.

DOSLEDNOST u ponašanju se manifestuje tako da se u različitim situacijama ličnost slično identično ponaša, reaguje. Svakako i doslednost je relativna, jer pojedinac ne ispoljava sve dosledne osobine u svakoj situaciji, budući da i ponašanje zavisi od same situacije. Doslednost nam omogućava da predvidimo ponašanje našeg sportiste u sličnim situacijama.

IDENTITET je odgovor na pitanje: ko sam ja. Prvo svojstvo našeg identiteta – ime, prezime, poreklo, zanimanje... U osnovi identiteta ugrađene su dve psihološke potrebe: potreba za sigurnošću (socijalna, materijalna) i potreba za perspektivom, izvesnošću. Često sportisti traže deo identiteta u sportu.

### SVEST O SEBI (ili self-koncept)

Samosvest je opažanje, osećanje i misao o vlastitoj ličnosti. Svaki čovek bi trebalo da ima predstavu o sebi, svojoj ličnosti: koliko je vredna, samostalna, prihvaćena od drugih, inteligentna, pametna, lepa... Kod zrele ličnosti slika o sebi je dosta realna i u odnosu na sagledavanje sebe, bira profesiju, prijatelje, bračnog druga... Treba znati da je za period adolescencije vrlo važno da mladi ljudi imaju ispravan stav o svom telesnom i intelektualnom kvalitetu kako bi u daljem razvoju mogli da se upoređuju sa drugima i imaju adekvatnu procenu sa kim bi mogli da se indentifikuju (postavljaju realan cilj koji mogu dostići). Kada je u pitanju slika o sebi jako je važno šta drugi misle o nama tako da ukoliko je pozitivno mišljenje drugih, veća je sigurnost kod nas i veće je samopoštovanje i samopouzdanje.

Poznavanje ovih psiholoških karakteristika ima odlučujući značaj za trenera u vođenju sportista, stvaranju dobre atmosfere za relaciju sa sportistima. Treneri često više osećaju nego što poznaju osobine ličnosti svojih sportista, zbog toga greše u odnosu sa igračima koje nedovoljno poznaju, a samim tim otežano ih motivišu, pa se često javljaju problemi.

Trener kao lider u svom poslu je usmeren na širenje ličnog uticaja, davanje pozitivnih primera, ulivanje snage i uverenja članovima tima da jedino zajedno mogu do cilja. Pobjeda prevazilazi moć jednog pojedinca pa je ona moguća samo onda kada je kao silu u sebi nosi svaki pojedinac nošen ravnotežom i snagom čitavog tima. Trener je taj koji motiviše stvaranje dobre socijalne klime unutar sportske grupe: postižući to kroz kvalitetan trenazni proces, zahtevajući od svakog pojedinca kvalitetno i maksimalno zalaganje na treninzima i takmičenju, maksimalnu saradnju i pomaganje između članova tima, timsku igru. Trener i igrači moraju biti ponosni na svoj tim ako je ekipa dobro igrala bez obzira na konačan ishod utakmice, odnosno biti razočarani ako članovi tima nisu dali svoj maksimum čak i kad je ishod utakmice pobjeda.

Trener-lider mora da poseduje osobine koje želi da i njegovi igrači poseduju, npr: ako želimo da nam igrač bude siguran u sebe, da poseduje disciplinu, toleranciju,

samokontrolu... onda i trener mora da poseduje te kvalitete. Jedan od najboljih i najuticajnijih načina liderstva je davanje primera kako treba. Tada se nudi uzor za identifikaciju i sve što uradi trener biće pažljivo ispraćeno.

Trener bi trebalo dobro da upozna sve vrednosti i mane svojih igrača i njihove specifičnosti, da koliko je to moguće poveže njihove osobine i specifičnosti u jednu celinu, da sa igračima lako uspostavlja komunikaciju, daje im podršku i dobija nazad od njih. Ima veliko znanje (expert) spreman uvek da ga prenese, otklanja greške ako se pojave... Trener u radu sa mladima mora biti emocionalno topla osoba da bi lakše podupirao učenje i njihov razvoj, slušao njihove želje, potrebe, probleme, razumeo neverbalne i emocionalne poruke i na osnovu toga donosio odluke i pravilno reagovao na njih i pokazivao svoje emocije.

Trener-lider jasno izgrađuje svest o ličnim mogućnostima svakog igrača i predočava mu šta očekuje od njega. Na takmičenjima trener pomaže svojim igračima kad god je pritisak oko ishoda meča veoma izražen, na taj način što preuzima rizik i odgovornost od igrača, da im omogući opuštenije nadigravanje i tako inspiriše ekipu. Trener takođe mora naučiti igrače da nose odgovornost kada je najteže, kada se odlučuje za pobjedu, kada treba uzeti loptu, staviti je na srce i pobediti. Uči ih da to može samo srce šampiona, da je veličina da se bude najbolji kada je najteže, kada je stres i pritisak gotovo neizdrživ.

Jedan od najvažnijih kvaliteta trenera-lidera je autoritet. Autoritet predstavlja sve osobine trenerove ličnosti i njegov karakterističan način ponašanja, a tu spada pored ostalog: njegova stručnost u najširem smislu reči, pedagoška kultura, etički kvaliteti, kreativnost, originalnost, idejnost, stil, šarm... Autoritet koji prihvate sportisti, kolege, uprava, sudije, novinari sa odgovarajućim poštovanjem osnovni je preduslov za uspešno vođenje tima. Najbolji indikator trenerovog autoriteta su sportisti jer oni vide, osećaju kako i koliko se trener ozbiljno priprema za trening, sa kakvim ciljem, metodama, sredstvima i opterećenjem pristupa radu i kako i kakvu atmosferu stvara za rad. Trener sa autoritetom formira sveukupnu klimu u svom timu – klubu od koga zavisi u većoj meri uspeh ili neuspeh. (Ne mogu da se svi uspesi-neuspesi podvedu pod autoritet trenera. Uspeh zavisi od mnogo faktora: kvaliteta sportiste, od kvaliteta saradnika, uslova za rad, organizacije, materijalnih uslova kluba, politike kluba...)

Danas u sportskoj literaturi i praksi postoji saglasnost o dve vrste autoriteta:

1. PRAVI AUTORITET
2. LAŽNI AUTORITET

Da bi se došlo do obeležja pravog autoriteta trenera u sportu, bilo bi dobro sagledati različite tipove lažnog autoriteta i njihove karakteristike.

## Vrste lažnih autoriteta

**AUTORITET PROŠLOSTI:** trener se oslanja na uspehe u prošlosti i ističe sebe kao centralnu ličnost. Koliko

god da imponuju podvezi prošlosti zbog sadašnjeg lošeg odnosa, gube snagu.

**AUTORITET VESELOSTI:** (šarm i caka) ovaj autoritet naglašava svoju ulogu duhovitog šarmera. Teško je uvek biti duhovit, jer teba proceniti i poznavati ličnost svojih sportista i ostalih članova i kada i gde postoji potreba za duhovitošću.

**AUTORITET GAFOVA I BLEFIRANJA:** ovaj autoritet se zasniva na raznim stvarnim ili lažnim konstrukcijama koji privlače pažnju jer se temelje na motivaciji reklamnog tipa koji daju trenutni rezlutat, čestom upotrebom dezorganizuju tim vodeći ga u padove i neuspeh.

**AUTORITET Odstojanja:** autoritet koji živi u svom svetu odvojen od svih, po pravilu veoma sujetan, uvredljiv, težak za saradnju.

**AUTORITET NADUTOSTI:** autoritet koji se prema drugima odnosi sa podcenjivanjem; vrlo egocentričan, sebičan, uobražen. Smatra da je najvažniji, najzaslužniji, najbolji, najvredniji. Igrači se brzo adaptiraju na ovakav autoritet, pa se i oni tako ponašaju i tu se gubi saradnja.

**AUTORITET Podmićivanja:** Najnemoralniji i najljigaviji oblik autoriteta, jer se odnos sa igračima kupuje: podmićivanjem, obećanjima, darovima.

**AUTORITET Drugarstva:** Trener i igrač su u ravnopravnom odnosu, samo jedan korak je igraču potreban da pređe preko te granice i da sruši autoritet treneru, igrač preuzima inicijativu stavljajući sebe u situaciju da on upravlja trenerom, drži treneru lekcije i tu je kraj.

**AUTORITET Mudrovanja:** Sa raznim analizama, opservacijama, projekcijama, filozofijama, moralisanjem, nemaju nikakvog uticaja na igrača ako ih te teme ne interesuju.

**AUTORITET SILE:** To je najgora vrsta autoriteta, autoritet koji postiže sve putem sile, kažnjavanja, grubošću, strahom; i kod igrača i kod saradnika izaziva strah, kuka-vičluk, laž, frustrira sve oko sebe. Igrači u takvim okolnostima često se služe odbrambenim mehanizmima (agresijom, potiskivanjem, regresijom, kompenzacijom, racionalizacijom...) pa i često igraju ispod svojih mogućnosti, zbog toga igrači takav autoritet ignorišu i ne poštuju.

Svi pomenuti lažni autoriteti se međusobno prepliću, ali jedan oblik ponašanja dominira. Svi navedeni autoriteti predstavljaju kompenzaciju zbog nedostataka crta ličnosti pravog autoriteta i zbog nedovoljnog stručnog obrazovanja (nepoznavanja principa i zakonitosti trenajnog procesa...) Ovakvi treneri uvek zabrinjavaju i javlja se pitanje može li zaista mlade ljude trenirati svako?

## Karakteristike pravog autorteta

Autoritet se mora širiti kao plamen, tamo gde se trenerski rukopis prepoznaje ima prosperiteta. On se postiže studioznim, permanentnim učenjem, usavršavanjem, sistematskim radom, korektnom saradnjom sa igračima i saradnicima, poštovanjem svih članova kluba, stvaranjem rezultata. Pravi autoritet trenera u sebi nosi elemente strogosti (ne sile), ozbiljnosti, dobrote, prijateljstva, humanosti... Jedna od najvažnijih činjenica kada je u pitanju autoritet trenera je da trener mora biti primer ono-



Svetislav Pešić, KK Crvena zvezda

me što zahteva od drugih, baš onako kako je savetovao mudri filozof Aristotel, „ponašajte se prema ljudima onako kako biste želeli da se oni ponašaju prema vama”.

Kako postupa pravi trener sa autoritetom:

- pravi trener je zrela i kulturna ličnost; traži dobre strane u ljudima,
  - mnogo radi, uči, retko se žali na teškoće,
  - pokazuje i neguje pravi asketizam u svom poslu,
  - u prvi plan stavlja interese kluba, igrača, pa tek onda svoje,
  - poštuje svoje saradnike, uvažava ih i maksimalno saraduje,
  - samokritičan, stalno traži proveru svojih postupaka,
  - malo govori o svojoj prošlosti i svojim zaslugama,
  - poštuje i uvažava svaku ličnost,
  - postavlja sebi i igračima disciplinu kao rezultat sveukupnog organizovanog procesa rada i života u klubu,
  - odgovoran za organizovan i sistematičan proces učenja mladih sportista i njihov pravilan razvoj ličnosti,
  - pazi da ne povredi ličnost igrača, da ne ugrozi njegov integritet i prosperitet,
  - vodi računa o svim problemima igrača,
  - podstiče, hrabri, bodri, raduje se,
  - brine da svaki pojedinac ima svoje mesto i položaj u grupi i da bude prihvaćen od drugih i da on prihvata druge,
  - uvek odgovara na nova pitanja i daje nove odgovore na stara pitanja,
  - donosi pobede,
  - postaje istinski lider svojim pozitivnim autoritetom.
- Uloga trenera lidera u selekciji igrača

Savremena košarka po prirodi svojih zahteva čini prostor vrhunskog sporta u kojoj je „rezervisano” mesto samo za najtalentovanije sportiste, u selekciji opstaju samo

oni koji proizvode najbolji rezultat. Trener lider je pedagog, stručnjak koji zna način uspešne selekcije talenata i njemu je u zadatku i nadležnosti da vrši selekciju jer je sportsko odabiranje vezano za zakonitosti formiranja sportskog majstorstva, a to je najstručnije pitanje i trener je taj koji radi sa sportistom, on zna kakve se promene dešavaju pod uticajem sistematskog treninga, koje se osobine razvija u kom periodu od početnika do vrhunskog košarkaša. Svojim stavom prema mladom čoveku trener utiče na njegovo biološko, socijalno, psihološko sazrevanje u najkritičnijem i najosetljivijem životnom dobu kada se rešava odnos prema autoritetu, grupi, profesiji...

Pre svega trener kroz selekciju mora upoznati i voditi računa o sklonostima, interesovanjima, motivima, potrebama, željama, mogućnošću brzog učenja, napredovanja, usavršavanja... mladih, da im pruži da sutra u vrhunskoj igri nađu prostora za radost, ljubav, oduševljenje, razvoj složenih emocija kroz rezultat, takmičenje.

Trener kroz trenažni proces uvek objektivno posmatra, stalno meri napredovanje sportiste i njegovo prilagođavanje na trenažne napore i život u sportskoj sredini, podstiče, neguje, hrabri, podržava obrasce ponašanja, stavove i osobine ličnosti potrebne za pravilan razvoj i vrhunske domete.

### Značaj trenera lidera u motivaciji igrača

Motivacija obuhvata široki krug faktora koji stimulišu čoveka na aktivnost i upravljaju njegovim ponašanjem. Sport predstavlja prostor u kome čovek zadovoljava mnoge svoje potrebe, želje, motive, kako kaže čuveni psiholog Abraham Maslov: „Svi ljudi osećaju potrebu za stalnim, stalno utemeljenim i obično visokim ocenjivanjem samih sebe, za samouvažavanjem i poštovanjem sebe i poštovanjem iskazanim od drugih ljudi.” Iz ovoga proizilazi ključ za motivaciju. Mladi u sportu vide prostor u kome će njihove sposobnosti doći do izražaja kroz takmičenje. Ne smemo zaboraviti da takmičenje u sebi nosi dve situacije: situaciju pobede i situaciju poraza. U vrhunskom sportu u kome je takmičenje upoređivanje, težnja za pobedom je visoko ocenjena kao uspeh, a poraz je neuspeh, pa čak i krah ponekad. Vrhunski sport je za mladog sportistu veliki izazov, ali i opasnost, pošto se uspeh na takmičenju identifikuje sa osećanjem vlastite vrednosti, a neuspeh sa niskom ocenom vlastite vrednosti. U ovakvoj situaciji uloga trenera je ogrom-

na tako da u pristupu motivaciji svojih igrača mora znati da je način mišljenja „sportiste uspeha” sasvim drugačiji od mišljenja „sportiste gubitnika”. Pobjednik posmatra svoj uspeh kao posledicu sposobnosti, iskustva i on veruje u dalje pobjede i borbama pristupa sa velikom sigurnošću u sebe. Sportista „gubitnik” suprotno pun je sumnje, nespokojstva, poraz pripisuje nedostatku sposobnosti. Takvo razmišljanje ima vrlo negativan uticaj na sportistu, krivi sebe za neuspeh. Usled raznih poraza zaključuje da je bespomoćan, da će i bez obzira na napor doživeti neuspeh. Ne veruje u svoje sposobnosti i prestaje da vredno trenira ne verujući u uspeh. Uloga trenera u takvim situacijama je da uveri sportistu da je uspeh nešto što se mora zaslužiti i za to je potrebno iskreno i pravo angažovanje (sa malo zalaganja nema velikih rezultata).

Trener lider je svestan da je njegov odnos sa sportistima delikatan i zahtevan. Sportista tačno oseća i razume da li trener veruje u njega i u njegove mogućnosti (način na koji mu se obraća: davanjem pohvale, bodrenjem, ohrabivanjem, nagrađivanjem, ispravljanjem grešaka, kritičkim napomenama, kaznom, vređanjem, ignorisanjem...) stoga trener mora da im ukaže poverenje, uvažavanje, ulije samopoštovanje vlastitih vrednosti, dižući im moral. Nedostatkom vere trenera u mogućnosti sportiste (ako ih trener nije proverio na adekvatan način) izazvaće kod sportiste pesimizam, odsustvo entuzijazma prema treningu, gubitak ambicija, neverovanje u uspeh i javljaće se strah od poraza. Odavno je primećeno da važi poruka: toliko daleko će otići sportista – koliko daleko u njega veruje njegov trener.

Međutim, trener lider je svestan činjenice da je nemoguće obezbediti samo pobjede svojim sportistima. To bi bio potpuno nerealan cilj. Kada se desi poraz, trener menja način prikaza tog poraza koji sportista doživi na takmičenju, jer svaki poraz sužava osećanje vlastite vrednosti. Sportisti to osećanje može da se ublaži, izbegne, ako se uspehom u porazu smatralo to što je sportista dobro realizovao pojedine zadatke na takmičenju (fizičke, tehničke, taktičke, psihološke). Kroz prizmu dobro realizovanih individualnih zadataka smanjuje se osećaj poraza. Mnoga istraživanja pokazuju da određivanje individualnih ciljeva (zadataka) povećava motivaciju, odgovornost za njihovu realizaciju, a i mogućnost da sami ocenjuju svoje napredovanje.

Samo „jaka motivacija” i želja za pobedom nije dovoljna da bi se pobedilo. Sportisti mogu da imaju slabe rezultate i pored najbolje motivacije. Tada uzroke treba tražiti u nekvalitetnom, neadekvatnom trenažnom procesu, često se dešava da su sportisti na nedovoljnom nivou spremnosti, često da su pretrenirani ili trener ne zna da upravlja sportskom formom. Uzrok lošem rezultatu možemo tražiti i u nedostatku sposobnosti igrača (kvalitet igrača) ili nedovoljne logistike kluba. Tada i najveći voljni napor i vera u vlastite snage ne pomaže. Optimalni (najbolji) nivo motivacije u najvećoj meri zavisi od realno postavljenih ciljeva, stepena pripremljenosti, stepena vladanja navikama (tehnikom), verovanjem sportiste

u svoje mogućnosti, verovanjem u svoje saigrače, verovanjem u svog trenera i poštovanjem njegove strategije i taktike. Važno je napomenuti da trener lider u svom radu sa mladim igračima mora usmeriti motivaciju u pravcu izgradnje sportskog majstorstva.

## Uloga trenera u koheziji tima

Karakter grupnih ciljeva je veoma važan i potrebno je da svi članovi tima učestvuju u njegovom ostvarenju, pružajući maksimalnu saradnju između sebe. To nimalo nije lak zadatak za trenera, jer nisu svi članovi tima jednaki, istog znanja, iskustva, staža i nisu i ne mogu biti svi članovi podjednako zastupljeni u igri i rezultatu. Zbog ovoga se kod sportista javljaju takmičarski odnosi koji se najčešće razvijaju u rivalitet jer postoji potreba za dokazivanjem, prestižom. Tada trener mora ukazati na činjenicu koja u sebi nosi istinu: da bih ja dobro trenirao moram to omogućiti i svom saigraču da bismo bili tim, a to znači da svu energiju rivaliteta i želju za dokazivanjem moramo usmeriti u pozitivnom pravcu da bi u timu vladali prijateljski odnosi, saradnja...

Trener lider mora omogućiti svakom pojedincu da njegove individualne sposobnosti dođu do maksimalnog izraza. U trenerskoj filozofiji gde je interes za razvoj sportiste u prvom planu trener će sportisti pružiti priliku da igra onda kada oceni da je to u najboljem interesu sportiste gde takmičenje upravo služi njegovom razvoju (međutim ima takmičenja u kojima je cilj samo pobjeda, trener koji je usmeren na pobjedu baviće se razvojem sportiste samo ako to ne ugrožava pobjeđivanje). Individualni kvalitet može da se izgubi ako mu se dovoljno, potpuno, adekvatno ne pruži šansa i ako se dovoljno ne istrpi u greškama dok ne dođe do kvaliteta koji on nosi, a garantuje mu uspeh.

Ideal svakog trenera lidera je da vodi tim koji krasi pobjednički kvalitet i mentalitet. Postoji mišljenje da pobjednički mentalitet mogu da stvore, razvijaju i učvrste samo oni sportisti i ekipe koje raspolažu takmičarskim kvalitetom, tako da trener lider traži, selektuje takve igrače koji imaju takmičarskog, leaderskog kvaliteta i duha.

Trener zna da, da bi došao do visokih rezultata, mora sebi i timu postavljati visoke zahteve i ciljeve. Samo visoki ciljevi nose u sebi mogućnost stvaranja asova, a zna se da postoji istina u sintagmi da igrača asa pravi i usavršava trener as.

Našu košarku su vodili i vode vizionari, lucidno tragaajući za novim saznanjima, metodama, inovacijama, originalnim rešenjima, prihvatajući tuđa iskustva, samo da bi postali i ostali pravi treneri lideri.

Sve što je ovde rečeno je putokaz na sopstvenom putu koji moramo proći, jer bi u protivnom sve izgledalo kao trag nekog pešaka u pesku: vidimo put kojim je krenuo, ali da bismo znali šta je na tom putu video moramo upotrebiti sopstvene oči.

Ovoj temi bi uvek trebalo davati novu priliku jer proces učenja je poduhvat koji još dugo neće biti dovršen, a moramo još mnogo naučiti!

Mihailo Miki Pavićević

# Testament košarkaškoj mladosti

**p**očetkom godine srpska sportska javnost, pre svega košarkaška, ostala je siromašnija za čoveka neiscrpane energije i dečačkog duha, Mihaila Mikija Pavićevića, koji je svoje znanje o jednom od naših najtrofejnijih i najpopularnijih sportova „utkao“ u generacije mališana – polaznika čuvenog kampa igre „pod obručima“ u jedinstvenom ambijentu Zlatibora.

Ime kampa „Aleksandar Nikolić“ dovoljno govori o stepenu ozbiljnosti i odgovornosti za rad sa hiljadama dece koja su stasavala kao igrači i ljudi uz dirigentsku palicu vrhunskih trenera čiju je selekciju vršio Pavićević.

Od osnivanja kampa 1976. godine Pavićević je i u najtežim okolnostima i iskušenjima kroz koja su prolazile naše zemlje i sport u celini ostajao dosledan principima na kojima počiva razvoj košarke i moralnim i profesionalnim načelima čuvenog „Profe“ koji je skromno tvrdio da bi kamp „mogao da nosi i Mikijevo ime“.

Ako je suditi po mestu i načinu na koji su svoje prve sportske korake načinili, Pavićević se može nazvati i „sportskim ocem“, a kamp „kućom“ sada već košarkaških legendi Aleksandra Đorđevića, Predraga Danilovića...i drugih.

Svakog leta na Zlatiboru je dočekivao i ispraćao trenere svetskog kalibra poput Božidara Maljkovića, Željka Obradovića, Svetislava Pešića, Radomira Antića, Ratka Joksića, Željka Lukajića, teško ih je nabrojati sve, i kroz nepovijljiva druženja uspevao da ih relaksira od napora tokom sezona u najjačim evropskim klubovima.

Ključ dobre organizacije i uspeha i u godinama kada je širom Srbije „niklo“ mnogo ustanova sličnog profila, mo-

žda najbolje odslikavaju reči koje je svojevremeno izrekao Nikolić: „Na ovom kampu sve funkcioniše odlično. Moram da istaknem, u najvećoj meri zahvaljujući Mikiju, jer je celog sebe posvetio ovoj deci“.

Po okončanju igračke karijere Pavićević je 33 godine, uprkos bolesnom srcu, uz pomoć državnih institucija, ali i sportskih i ličnih prijatelja – Bratislava Đorđevića, Željka Kuzmanovića, Dimčeta Kofileskog ... za sportsku scenu osposobio više od 30.000 dečaka i devojčica od kojih su mnogi kasnije nosili dres reprezentacije.

Oproštaju od Mikija, 5. januara na Novom groblju u Užicu, prisustvovali su oni koji su ga voleli i divili se njegovoj energiji i umeću da je prenese mladima, svesni da je njegova najznačajnija ostavština – Zlatiborski kamp, zalag za budućnost srpskog sporta.

Mikijevo ime i život koji mu je posvetio, kao i ime čoveka po kojem je nazvan, obavezuju naredne generacije da očuvaju i nadgrade blistavu tradiciju najstarijeg kampa na ovim prostorima.

TET



## Sećanje prijatelja

Davne 1972. godine bio sam sa košarkašima Crvene zvezde na Zlatiboru, pripremajući se za narednu sezonu. Tada sam bio opčinjen uslovima te naše vazdušne banje i tada se i rodila ideja o idealnom mestu za okupljanje mladih, koju sam podelio sa Mikijem, koji ju je prihvatio, da bismo je 1976. godine i ostvarili.

U istoriji kampova u Jugoslaviji najznačajnije ime zauzima Mihailo Miki Pavićević, jer je 33 godine živeo za to Zlatiborsko druženje i zajedničko življenje, za kamperški pokret.

Godine 1973. u Kalni postao je trener da bi okupljajući „Zlatiborske mudrace“ shvatio da je stručni rad drugi faktor u stvaranju sportskih rezultata. Na Zlatibor su dolazili najbolji koje je naša košarka imala ne libeći se rada sa početnicima.

Sa saradnicima je stvoren najkvalitetniji program ko ga se držao do zadnjeg kampa.

Bio je graditelj. Ostala mu je želja da se na Zlatiboru izgradi olimpijsko sportsko selo, što je ostavio u amanet da se u narednom periodu, uključujući sve sportske i društvene faktore i ostvari.

Obaveza svih nas, bivših i sadašnjih kampera, jeste da nastavimo, da se ovo kultno mesto naše košarke održi, i da njegovu energiju usmerimo kao novi motiv da razvoj, školovanje, usavršavanje dobiju kroz novi model i novi kvalitet.

Njegov osmeh, duhovitost, entuzijazam i ljubav, koje je svih ovih godina darivao svima nama nećemo nikada zaboraviti.

Bata Đorđević

Medicina u službi sporta

# Kombinovana primena hiperbarične oksigenacije i fizikalne terapije u lečenju sportske povrede



Prim. dr Miodrag  
Zdravković



Branko Vorkapić, terapeut  
fizikalne medicine

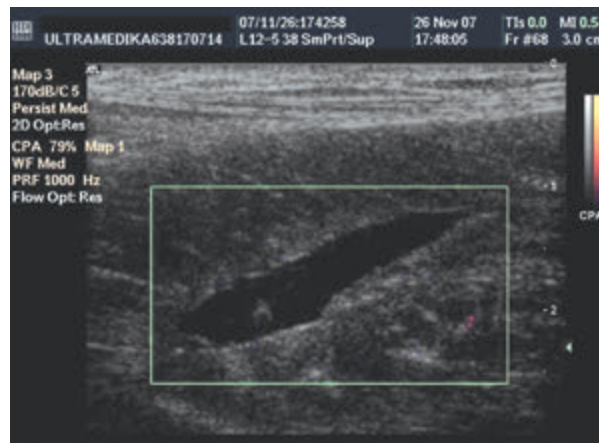
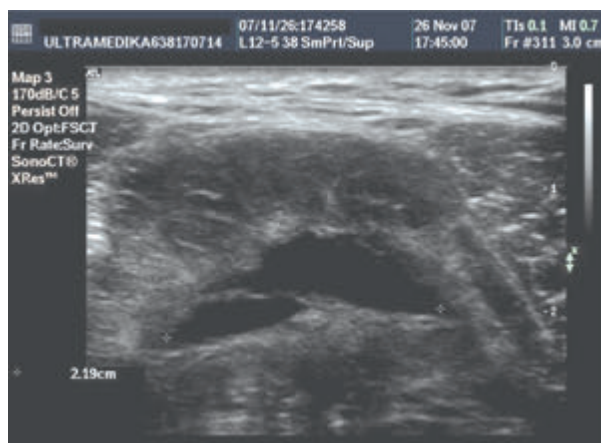
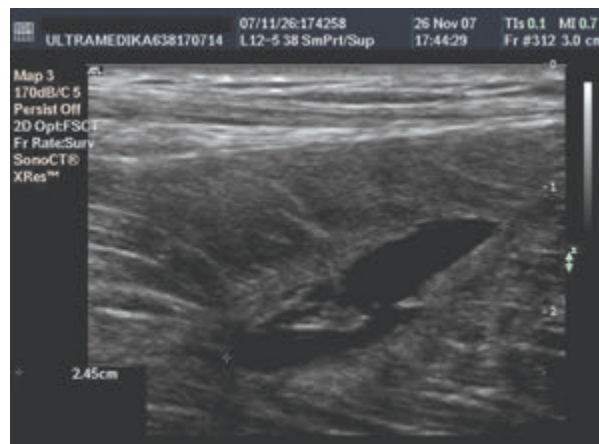
stavlja pred povređeni segment, eventualna motorička ograničenja koja mogu biti izazvana povredom i predviđenu brzinu oporavka.

Primena hiperbarične oksigenacije (HBO) kod traumatskih oštećenja mekih tkiva je prihvaćena metoda lečenja zasnovana na regenerativnim fiziološkim mehanizmima koji su stimulisani povećanim dotokom kiseonika u oštećenu regiju ali i na ceo organizam. HBO ispoljava svoje pozitivne efekte u svim fazama evolucije mehaničkog oštećenja mekog tkiva, u ovom slučaju mišića. U akutnoj fazi HBO je usmeren ka smanjenju otoka i intramuskularnog krvarenja i sužavanja zone nepo-



ehaničke povrede mekih tkiva nisu ni malo retke u sportu, gde se lokomotorni sistem sportiste često susreće sa velikim intenzitetima kinetičke energije. U zavisnosti od tehnike izvođenja određenih kretnji njihove brzine i potencijalne energije tela, rezultujući momenti sile mogu višestruko premašiti sile elastičnosti mekih tkiva koje čuvaju mišiće, kosti i zglobove od povreda.

Težina nastale povrede kod sportiste, pored uobičajenih medicinskih parametara koji se odnose na vrstu tkiva, obim oštećenja i lokalizaciju, određuje se i u odnosu na specifične biomehaničke zahteve koje određeni sport



Ultrazvučni snimci mišića posle povrede

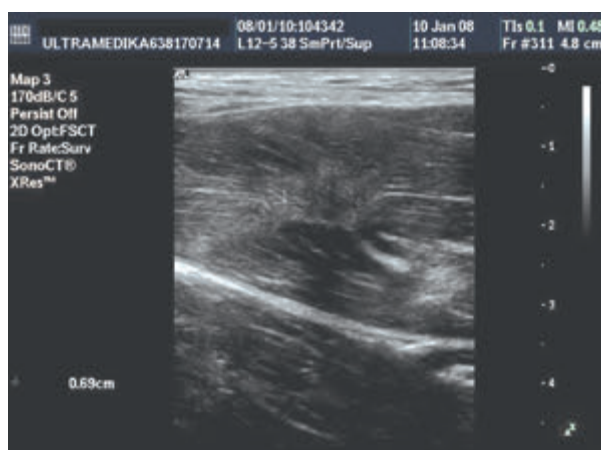
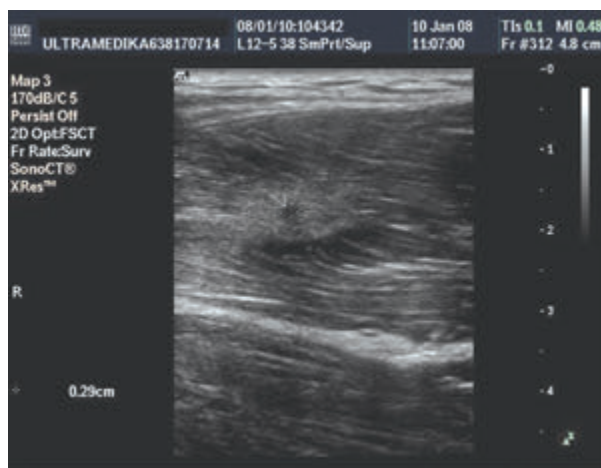
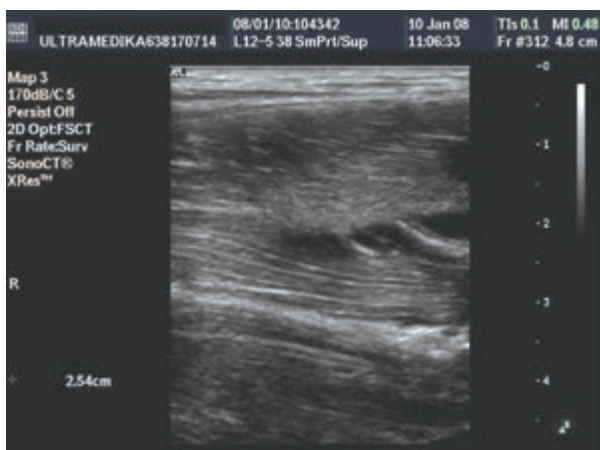


vratno izgubljenog tkiva. U subakutnoj i hroničnoj fazi HBO se primenjuje sa ciljem ubrzanja resorpcije intramuskularnog hematoma i formiranja što kvalitetnijeg tkivnog ožiljka.

Pacijent o kome se govori je košarkaš prvoligaške ekipe i igrač juniorske košarkaške reprezentacije Srbije, star 16 godina.

Povredu je zadobio tokom utakmice prilikom visokog skoka.

Primarna povreda nastala je 20 dana pre nego što se pacijent javio u našu ordinaciju. Ova povreda je tretirana



Ultrazvučni snimci mišića posle terapije

metodama fizikalne terapije u drugoj ustanovi, recidiv povrede javio se na prvom treningu po osposobljavanju igrača, posle čega se stručni štab njegovog kluba obratio za pomoć našoj ordinaciji.

Ultrazvučni nalaz na početku lečenja pokazao je rupturu na gornjoj trećini m. rectus femoris veličine 2,45 cm po dužini i 2,19 cm po širini.

Pacijent je podvrgnut terapiji koja se sastojala od 10 terapija hiperbaričnom oksigenacijom, neposredno posle koje je primenjivana fizikalna terapija. Sa fizikalnom terapijom je nastavljeno u narednih mesec dana dok su fiziološki efekti HBO terapije još uvek prisutni. Terapija je korigovana na dnevnom nivou u odnosu na stanje pacijenta. Sa prilagođenim treningom započeto je posle dvadesete terapije i naredne dve nedelje trenažni proces se nastavio pod nadzorom našeg medicinskog tima. Po završetku 30. seanse fizikalne terapije urađen je kontrolni ultrazvučni pregled koji je pokazao gotovo potpuno povlačenje hematoma i formiranje kvalitetnog tkivnog ožiljka.

Posle ovakvog nalaza, igrač je uslovno osposobljen za trening i upućen na tretman kod klupskog fizioterapeuta.

Dvadeset dana nakon toga odigrao je prvu utakmicu.

Kombinovanom primenom HBO i fizikalne terapije, u roku od dva meseca sanirana je povreda mišića i igrač vrećen „na teren” bez ograničenja sposobnosti.

Trenerska vrteška

# Ko menja – najčešće gubi

**t**renerski posao je jedan od najneizvesnijih koje čovek može da obavlja. Tu nema zagarantovanog radnog staža, ne važe uobičajene procedure oko otkaza, socijalni momenat ne postoji. Gledaju se samo surove statistike, rezultati i kvalitet. U mnogome sami treneri su toga svesni i ponekad sami rade u korist svoje štete. Direktori, predsednici i uprave su bezbedni, takoreći neprikosnoveni u svojoj bezgrešnosti. Preko noći neki upravni odbor ili vlasnik kluba može da odluči da mu „stari“ trener ne valja i da angažuje nekoga novog, koji će, po njihovom mišljenju, to bolje i uspešnije raditi. I to znaju svi oni koji se bave trenerskim poslom. I pomirili su se sa tim. Često se kaže da je rezultat jedino merilo rada trenera. Da li je baš uvek tako? Gde je tu mukotrpano i, po pravilu, sporo selektiranje tima, pravljenje odgovarajuće atmosfere u klubu, rad sa mladima. O onim otkazima uslovljenim suprotstavljanju mešanju u rad trenera od strane članova uprava ili hirovima bogatih vlasnika, da i ne govorimo. Da li svaka promena trenera ima i pozitivan uticaj na tim i rezultate? Rekli bismo – nema pravila. Ako objektivno slabijeg trenera zameni neko poznato i dokazano trenersko ime, onda je to poboljšanje očekivano. Ali ako se u nedostatku vizije razvoja kluba, treneri menjaju kao na vrtešci, ne bi li se rukovodstva „oprala“ pred navijačima zbog slabih rezultata, onda promene neće doneti ništa dobro.

Ovaj mali teorijski osvrt, naravno, važi i za sve naše košarkaške klubove, kako u NBL, tako i u našoj domaćoj ligi. Zanimljivo je videti ko je i koliko puta menjao trenere od početka ovogodišnjeg šampionata:

Partizan – trener Vujošević, od početka lige.

Crvena zvezda – trener Pešić od početka ovogodišnje lige.

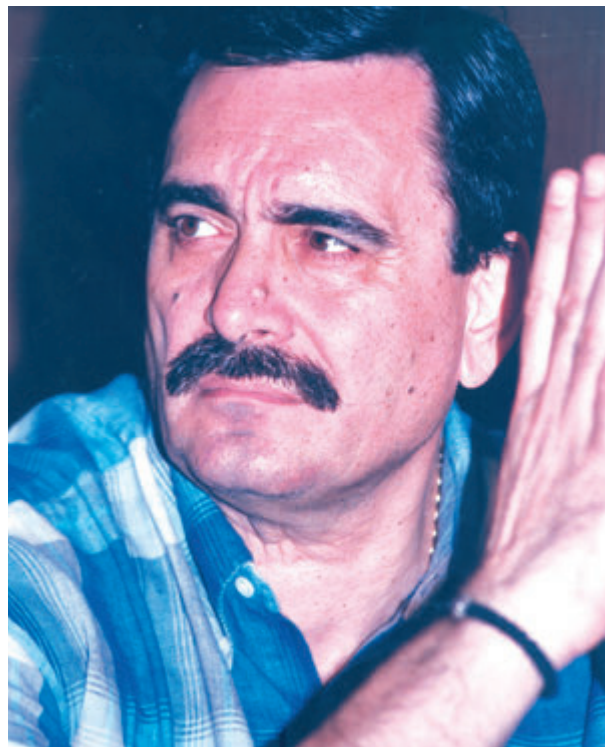
FMP – menjao trenera: umesto Klipse došao je Stepandić.

Hemofarm – trener Karadžić, od početka lige.

Vojvodina – menjala čak tri trenera: Sretenovića je zamenio Minić a njega Đurović.

U našoj ligi, kod Lionsa – trener je Mijatović.

Metalac – menjao trenera, umesto Đurovića došao je Ilić.



Vlado Đurović

Tamiš – nije menjao trenera Nikolića.

Sloga Kraljevo – nije menjala trenera Kostića.

Radnički Kragujevac – menjao trenera, umesto Cvetkovića došao je Pešić.

Radnički Investinženjering – umesto Veskovića došao je Vojnović.

Novi Sad – menjao je trenera, umesto Kisića došao je Danilović.

Napredak Kruševac nije menjao trenera Varagića.

Mega – nije menjala trenera Uvalina.

Zdravlje – nije menjalo trenera Jovića.

Ergonom je promenio čak tri trenera: Ančića je zamenio Tomić a njega Vesković.

Borac je menjao trenera – Stepandića je zamenio Bojić.





Milan Minić

Vizura je menjala trenera – umesto Popovića došao je Mavrenski.

Dakle, kao što se iz ovog pregleda vidi, većina naših klubova se odlučila na promenu trenera. Da li im je ona i donele očekivani napredak i bolje rezultate, najbolje neka ocene njihove pristalice i ljubitelji kluba. Ono što mi možemo dati u prilog ovoj dilemi – novi trener da ili ne, jesu viđenja onih koji o tim promenama i odlučuju, čelnici klubova. Za „Trener“ govore predstavnici klubova koji su najviše promenili trenera u ovoj sezoni, a to su Vojvodina Naftagas i niski Ergonom, kao i predstavnik kluba koji je rekorder po nemenjanju trenera na ovim prostorima, beogradski Partizan:

Igor Kovačević, sportski direktor Vojvodine Naftagas:

„Mi smo, nažalost, bili u situaciji da promenimo tri trenera ali je to zaista bio sticaj okolnosti. Preuzeli smo klub u veoma teškoj situaciji i doveli Sretenovića, veliko košarkaško ime. Sreta je odlično radio, igrači su ga prihvatili, čak je i počelo sa dobrim rezultatima ali je onda usledila serija poraza, mnogi čak sa poenom razlike i Sreta je sam otišao. Dovedi smo Minića, čoveka sa velikim iskustvom, i on je sjajno radio ali nastale su konceptijske razlike između njega i rukovodstva kluba oko budućeg razvoja. Sada je tu Đurović i biće do kraja sezone, a posle videćemo, sve zavisi u kojoj ćemo ligi igrati, od planova kluba itd. Važno je istaći da smo se sa svim našim trenerima rastali prijateljski i bez ikakvih spornih momenata”.

Dragan Ćirić, sportski direktor Ergonoma:

„Promenili smo tri trenera do sada ali je to posledica više sile. Nama to inače nije bio običaj. Nekoliko ranijih sezona imali smo jednog istog trenera i uvek smo, ako je to moguće, za tu koncepciju. Ove sezone, na-

žalost, bilo je drugačije, ali ponavljam, sve je bilo iznuđeno”.

Dragan Todorčić, sportski direktor Partizana:

„Imati godinama jednog istog pa još vrhunskog trenera u klubu znači, pre svega, jednu stabilnost, sigurnost i kontinuitet u radu. Znam da smo jedinstveni po tome na ovim prostorima ali rezultati u protekloj deceniji nam daju za pravo. U stvari, koliko znam, jedini klubovi u Evropi koji imaju istog trenera toliko godina su Panatinaikos i Partizan. Ako pogledate šta su ova dva kluba uradila za sve to vreme, jasno će vam biti zašto jedan trener treba da radi na duže staze. Taj kontinuitet u Partizanu je postojao i pre Duleta Vujoševića. Retko smo menjali trenere u toku sezone, otkada sam ja u klubu, a to je dugo, to nam se desilo jednom ili dva puta. Sve te promene su često želja rukovodstava za nekim uspehom „preko noći”, a „preko noći”

ništa nije moguće. Nedavno sam pročitao podatak da je Ser Aleks Ferguson 21 godinu na čelu Mančester Junajteda. Svi dobro znamo kakav je klub Mančester. Dakle, samo uporan, studiozan i kontinuiran rad može dovesti do pravih rezultata”.

Ko ovo može u praksi da sprovede, ima znanja, okolnosti ali i sreće da nađe pravog trenara, svaka mu čast. Ostali, neka se zamisle. Da li je trener uvek glavni krivac?

**B. Manojlović**



Statistika

# Brojke u službi skautinga

**P**оследnjih godina povećao se interes za prikupljanje statističkih podataka i proučavanje košarkaške statistike. Već dugi niz godina treneri ove podatke koriste kao korisno „oruđe“ u analiziranju individualnih i timskih dostignuća. Danas, korišćenjem računara, moguće je lakše prikupiti informacije i podneti izveštaje sa terena, skoro simultano sa samim tokom utakmice. Takođe, statistika ima i primenu u novinarstvu, gde se koriste ovakvi izveštaji na televiziji, internetu i na samom terenu. Analiziranje statistike je i donelo zadovoljstvo kod navijača, jer mogu mnogo detaljnije da „prouče“ igru svog igrača i svog omiljenog tima. Zbog trenera, igrača, novinara, korisnika interneta i navijača, statistika je dobila široku primenu i postoji očigledna potreba da se definišu metodi korišćenja i unosa podataka širom sveta.

Postoje raznorazni načini za prikupljanje informacija sa terena. Takođe postoje i raznorazni programi za vođenje statistike u čitavom svetu. Međutim, bilo da se radi o našoj Ligi, Evroligi, NBA-u ili nekom FIBA takmičenju, postoje stvari koje svi statističari moraju da znaju, a to se pre svega odnosi na pravila košarkaške igre.

U ekipnim sportovima postoji veliki broj metoda i načina priprema sportista za takmičenje. Postoje fizička, tehnička, taktička, psihološka i integralna vrsta pripreme. Svaka od njih nosi fundamentalnu važnost u samom formiranju sportiste i ekipe i dovodi do uspešnog izvođenja na takmičenju i rezultata.

Pod biomehaničkim karakteristikama podrazumeva se stepen usvojenosti tehnike i taktike. Sportska taktika se definiše kao smišljen, racionalan i ekonomičan način vođenja sportske borbe. Prilikom usavršavanja i primenjivanja sportske taktike neophodno je upoznati se sa osnovnim pojmovima u toj oblasti, a to su:

- Taktička sredstva
- Taktički metod
- Taktička forma i
- Pomoćne taktičke forme: izviđanje, rekognosiranje, manevar i maskiranje i sve se primenjuje i u odbrani i u napadu.

Izviđanje i rekognosiranje je ispitivanje snaga protivnika (dešifrovanje njegovog plana i odbrane). Mnogi treneri su se složili da je izviđanje u današnjoj košarci

esencijalno za pripremu ekipe. Samo izviđanje i znanje o protivničkoj ekipi utiče na psihološku pripremu igrača. Znanja o protivniku ekipu čine sigurnijom, igrači se osećaju bolje jer znaju više o svom protivniku i osećaju se bolje pripremljenim za utakmicu.

Skauting, takođe, utiče i na plan i program treninga. Znanja o protivniku uslovljavaju korišćenje adekvatnih vrsta vežbi kako bi sprečili protivničke akcije ili uvežbavanje napada protiv njihove odbrane. Pojedini treneri ne rade skauting na osnovu protivničke ekipe, već skauting baziraju isključivo na svojoj ekipi. Drugi, pak, analiziraju protivnika na osnovu poslednjih nekoliko utakmica (tri ili četiri) i na osnovu toga prave taktiku.

Kako da analiziramo protivnika ako nemamo ili ne možemo da dođemo do video zapisa utakmice? Jedino što nam ostaje jeste da iz košarkaške statistike analiziramo šta se može analizirati. Statistika može puno da pomogne pre utakmice, na samoj utakmici kao i na krajevima pojedinih perioda (naročito između drugog i trećeg). Košarkaška statistika pre svega daje prikaz o glavnim karakteristikama protivnika. Gde ona može još da se koristi? Koristi se i za smanjivanje opasnosti od nepredvidivih akcija protivnika. Igrači ne smeju da budu iznenađeni bilo kojom akcijom koju je protivnička ekipa koristila u prethodnim utakmicama. Trener i njegovi igrači moraju biti upoznati i sa posebnim individualnim karakteristikama igrača. Košarkaška statistika je malo više orijentisana na fazu napada nego na fazu odbrane (prate se više parametri napada nego odbrane). U statistici postoje merljivi i nemerljivi deo. Nigde u statistici se ne piše poslednja dobra odbrana, odličan faul gde smo na primer prekinuli kontru protivnika.

Statistika pokazuje individualni i timski učinak na utakmici. Tu treba voditi računa o opštoj karakteristikama ekipe i o opštoj karakteristikama igrača. Iz statistike trener može da dobije informaciju kako i na koji način igra jedna ekipa. Gde je težište igre u napadu, koji igrači imaju najviše izgubljenih lopti, ko je glavni strelac, ko ima najviše asistencija, ko je glavni skakač u ekipi, koliko ekipa prosečno daje poena, koje su dobre i loše strane, bilo napada bilo odbrane. Odbrana se analizira jedino preko skokova i to defanzivnih, osvojenih lopti i ličnih grešaka. Ako ekipa koju analiziramo pravi veliki broj faulova može



se zaključiti da ona igra agresivno, pa je onda neophodno pogledati još dva parametra i to broj osvojenih lopti i broj ličnih grešaka koji su napravljeni van bonusa. Posebno je potrebno istaći da se iz statistike koja se koristi u našoj ligi može dobiti statistički izveštaj kako ekipa igra pre bonusa i kako posle bonusa. To je posebno bitno, jer se može videti kako se ekipa ponaša u različitim situacijama pre i posle bonusa kao i kako izvodi slobodna bacanja. Ako ekipa ima puno faulova tada nam je prva pomisao da je agresivna u polju. Tada treba prvo analizirati lične greške bekova, pa zatim i lične greške visokih igrača. Sada se takođe može razviti i sledeća teorija, ako ekipa ima više ličnih grešaka koje prave centri može se zaključiti da ekipa igra uže u odbrani, a ako ima više ličnih grešaka u spoljnoj liniji, to znači da ekipa igra agresivno u polju i široko, bilo da igra zonu ili čoveka. Kako postoji mogućnost da kod posmatrane ekipe bekovi probijaju, a visoki igrači prave lične greške, tada postoji mogućnost da i posle raznih rotacija, mali igrači prave faulove na visokim igračima pa se to na neki način potire.

Dubljom analizom treba pogledati koliko je naša ekipa imala napada. Koliko poena se postiže iz šuta za dva ili tri poena, i kakva su im slobodna bacanja. Iz statistike se može videti koji igrač kako šutira slobodna bacanja i na kom igraču bi u penal završnici trebalo da se pravi lična greška. Ako ekipa ima veliki broj napada očigledno je da ekipa igra brzo i da ima puno šuteva iz kontre i polukontre. Otuda je poznat naziv „trči i pucaj” (run and gun). Ukoliko ekipa ima mali broj faulova znači da igra organizovano i sporo do isteka 24 sekunde. Ako ekipa ima puno faulova na bekovima, bekovi su prodorni i br-

zi, a ako ekipa ima puno faulova na krilnim igračima ekipa forsira igru na kontranapad i na kraju ako ekipa ima puno faulova na centrima, onda je jasno da se igra ekipe bazira na centrima i da se lopta „spušta” u reket. Takođe iz statistike se može videti i odnos igrača koji su počeli utakmicu (takozvani starteri) i igrača koji su ušli sa klupe. Taj podatak nam je jako bitan jer možemo pre svega videti sa koliko igrača igra jedna ekipa i kakav im je učinak. Još jedan podatak je jako bitan a to su asistencije. Iz tog parametra se može videti kakvi su im bekovi i kako se postavljaju u napadu. Posebno treba analizirati poslednju četvrtinu i broj ličnih grešaka. Ako je došlo do velikog broja ličnih grešaka u poslednjoj četvrtini onda to nije realna slika igre jedne ekipe u odbrani. Ako ekipa ima malo ličnih grešaka onda ekipa igra usko u odbrani ili čoveka ili zonu. Treba tada analizirati šut za tri poena. Treba analizirati minutažu pojedinih igrača i iz toga pogledati još jedan jako, jako bitan element a to je skok u napadu.

Naravno ima i slučajeva kada statistika ne pokazuje pravo stanje u ekipi. Drugim rečima da ima puno nelogičnosti. Na primer može se desiti da je ekipa sa lošijim procentom šuta pobedila. To je na primer moguće ako je ekipa imala mnogo više napada nego protivnik. Ima još mnogo primera oko nelogičnosti, ali to ćemo ostaviti za sledeći broj lista „Trener”.

Statistika ulazi u sastav skautinga jedne ekipe. Trenerima ona pokazuje jake i slabe strane ekipe i pojedinaca u njemu.

**B. Markoski i P. Nemeč**

Sarađivali: **B. Petrevski, B. Obradović**

ASSIST



Hoze Vinsente

# Vežbe nakon zagrevanja



Hoze Vinsente „Pepu” Hernandez je svoju trenersku karijeru započeo 1989. godine kao pomoćni trener Madridskog Estudiantesa. Godine 1994. postao je prvi trener i odveo tim do 8 polufinala play-offa, jednog finala prvenstva i osvajanja kupa Kralja (2000). Prvi trener španske reprezentacije postao je 2005., 2006. osvojio je zlatnu medalju na svetskom prvenstvu u Japanu, a 2007. osvojio je zlatnu medalju na EuroBaketu.

U drugom delu ovog članka nastaviću da govorim o mojoj trenerskoj „rutini”. Kroz svoje trenersko iskustvo sa Adeko Estudijantesom, koristio sam ovu seriju vežbi iz puno razloga i uvek je ostajala ista

## Vežba 1: suprotna strana

Vežba počinje sa tri, bolje 4 grupe po 3 igrača (dij 1.) Igrač 1 dodaje do igrača 2, igrač 2 do igrača 3. Nakon pasa 1 trči u sredinu terena, prima pas od 4 i ide ka košu.

Zatim, trči da primi pas od 4 i ide ka košu. Onda se igrači koji su dodali loptu pomeraju na različita mesta na drugoj strani terena, kao što je prikazano na dijagramu 2. Igrač 1 skače i radi isto krećući se ka drugom košu (dijagram 3). Ovo je vrlo naporna vežba.

## Vežba 2: reakcija i brzina

Uz pomoć kondicionog trenera, koristimo neke vežbe brzine i reakcije koristeći loptu i dodajući nadmetanje kao motivacione elemente. Prirodno, potrebno je da uradimo dobro zagrevanje, postepeno pojačavajući intenzitet.

Dva igrača, jedan u odbrani a jedan u napadu, nalaze se na liniji sredine terena. Igrač 1 dodaje do igrača 2 a igrač 2 pravi varku i ide ka košu i prodire ka jednom od dva koša. Igrač odbrane reaguje i trči u odbranu (dijagram 4).

Opcije:

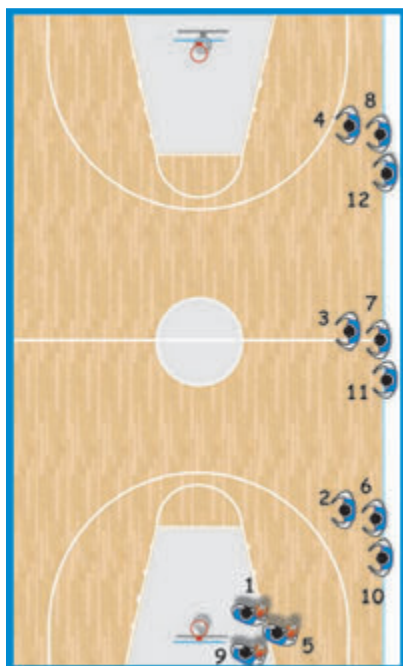
– Ista vežba sa pasovima napred i nazad između 2 igrača. Na zvižduk igrač sa loptom je u odbrani a drugi je napadač.

– Ista osnovna vežba, ali kreće sa čeonu linije (dijagram 5).

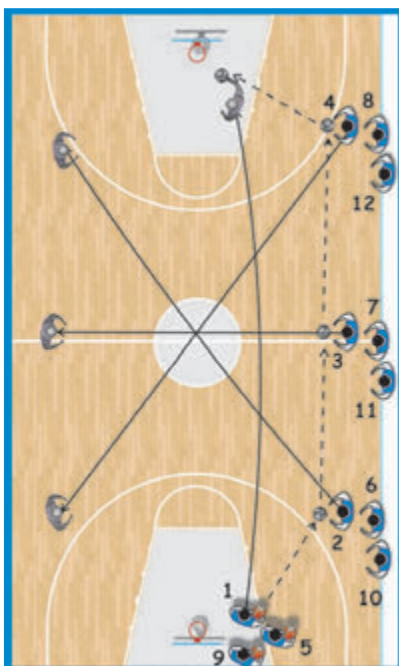
Još jedna vežba prikazana je na dijagramu 6 gde trener dodaje loptu jednom od dva napadača na osnovnoj liniji. Igrač odbrane na istoj strani pasa, dodiruje osnovnu liniju i vraća se u odbranu pomažući saigraču koji igra 2 na 1.

## Vežba 3: 5 na 5/6 na 6

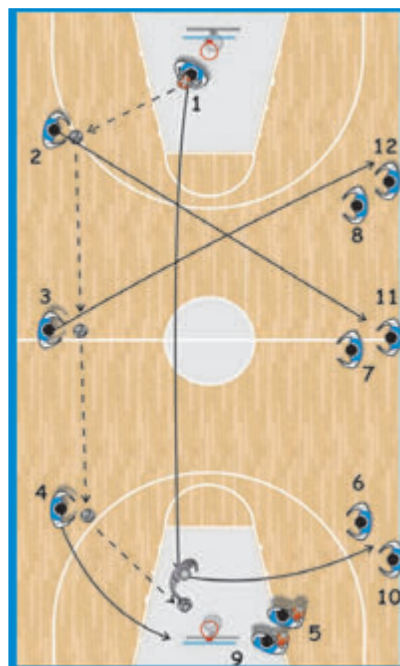
Mi igramo 5 na 5 ili 6 na 6 dok jedan tim ne ubaci određen broj koševa.



DIJAGRAM 1



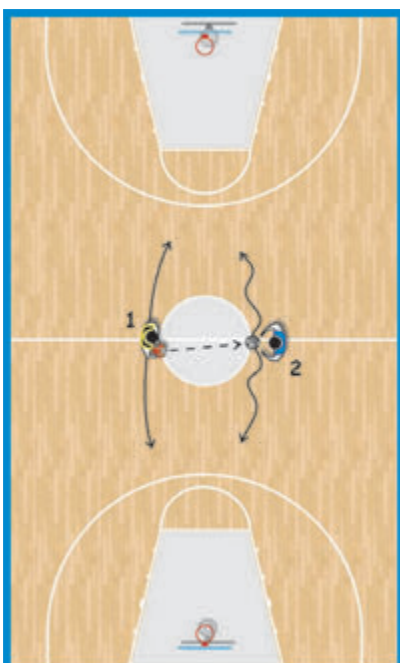
DIJAGRAM 2



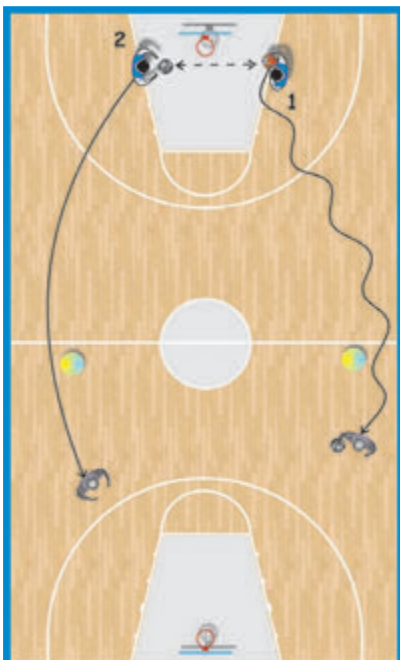
DIJAGRAM 3

Postavljamo sledeća pravila:

- Igrač ne može da vraća loptu istom igraču od koga ju je primio.
- Ne smeju da ostanu na istom mestu nakon pasa.
- Svi napadači moraju da ostanu na polovini terena na kojoj se organizuje napad u trenutku kada se izvodi šut a u suprotnom pogodak se ne priznaje.
- Što se tiče ličnih grešaka, izlaska van granica osnovne i čeoone linije, primenjujemo sva standardna pravila, 24 sekunde, kretanje itd...



DIJAGRAM 4



DIJAGRAM 5



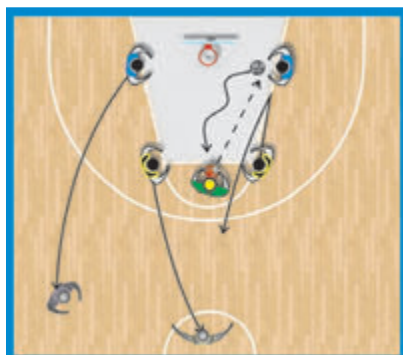


**Vežba 4: 5 na 0**

Igramo na polovini ili celom terenu radi ponavljanja ofanzivnih setova i tranzicije. Radimo ovu vežbu sa dva tima po pet igrača na obe polovine terena.

**Vežba 5: talas**

Četiri igrača su na terenu, kao što je prikazano na dijagramu 7. 1 dodaje do 3 koji je izašao na liniju tri poena. 1 zatim utrčava u reket, prima loptu od 3, gađa tablu, prihvata odbijenu loptu i dodaje nazad do 3 koji se premestio u ugao. U isto vreme 2 fintira na desno i ide na krilo, prima loptu od 3 i dodaje do 4 koji je izašao na liniju tri poena. Nakon pasa, 3 menja 2 na sredini terena (dijagram 8). Odmah nakon što je dodao do 4, 2 fintira na desno i utčava u reket, prima povratnu loptu od 4, odbija je od table, hvata odbijenu loptu i vraća pas do 4 koji se premestio u ugao (dijagram 9). 3 fintira utrčavanje u sredinu i izlazi van linije tri poena i prima pas od 4. U isto vreme 2 izlazi iz reketa ka uglu, dok 1 fintira ka unutra a onda ide ka krilu da primi loptu od 3 (dijagram 10). Sada 1 ima loptu na krilu i dve mogućnosti: može da doda do 4 koji koristi visok blok na 3 da izađe van linije tri poena ili da 3 koji nakon bloka utrčava ka košu. U prvom slučaju, nakon prijema lopte, 4 dodaje do 2 na krilo suprotno od strane lopte a u drugom slučaju, 1 nakon pasa ide ka uglu spreman da primi mogući pas od 3 (dijagram 11). Opcija za kontra-napad na celom terenu: 4 igrača na terenu.



DIJAGRAM 6



DIJAGRAM 7



DIJAGRAM 8



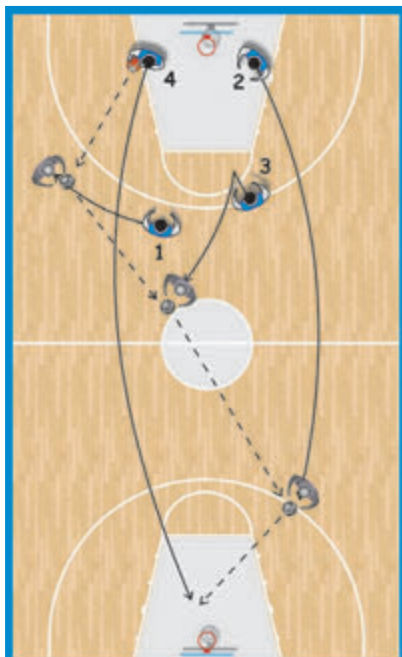
DIJAGRAM 9



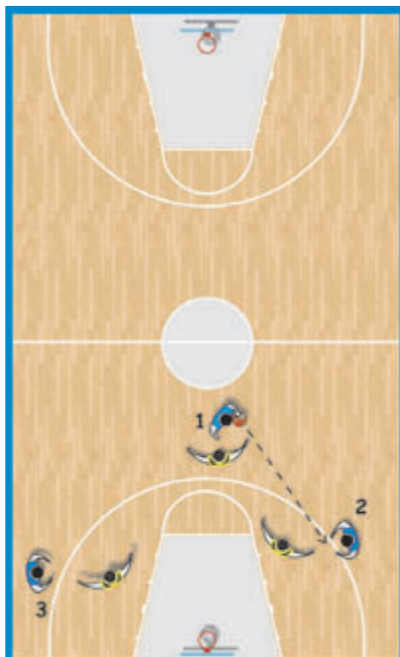
DIJAGRAM 10



DIJAGRAM 11



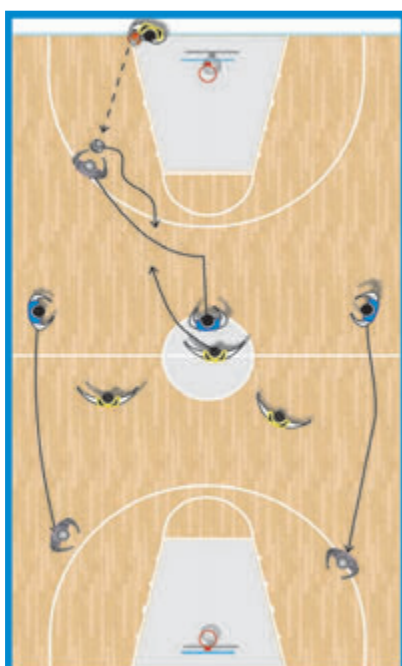
DIJAGRAM 3



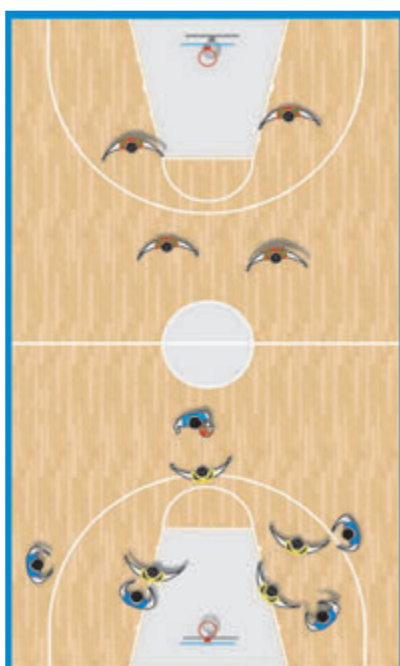
DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 3

Na znak trenera, 4 baca loptu o tablu, hvata odbijenu loptu i dodaje do 1 koji je blizu ugla. Nakon ovog pasa, 4 utrčava u sredinu reketa drugog koša. U isto vreme 3 fintira ka reketu i izlazi van linije tri poena dok 2 kreće duž čeonu linije ka drugom košu. 3 prima loptu od 1 i pravi dug pas do 2, koji je stigao do krila druge polovine terena. 2 prima i uz prodiranje dodaje do 4 koji je u reketu i koji šutira (dijagram 12).

### Vežba 6: 3 na 3

3 na 3 igramo na polovini terena. Ako odbrana uhvati odbijenu loptu ili je ukrade, mi radimo kontranapad. Ako napad postigne dva uzastopna koša, odbrana postaje napad i obrnuto (dijagram 13).

### Vežba 7: unutrašnja 2 na 2 i spoljašnja 3 na 3

Ka što se vidi na dijagramu 14, 2 na 2 igramo na polovini terena sa dva pomoćnika. Nakon koša, jedan od igrača odbrane hvata loptu i dodaje do najbližeg pomoćnika koji služi kao plejmejker za tri napadača spremnih na liniji sredine terena. Oni će igrati 3 na 3 do drugog koša ali s pravilima koja pomažu kontranapad: napadači na spoljnim pozicijama ne mogu da pređu polovinu dok plejmejker ne primi loptu; igrači odbrane mogu da intervenišu tek nakon što plejmejker primi loptu (dijagram 15).

### Vežba 8: 4 na 4 na 4

Igre 4 na 4 igramo u kontinuitetu. Tu su tri grupe od po 4 igrača koji 4 na 4 igraju u kontinuitetu (dijagram 16). Na ovaj način radimo na kontranapadu.

Igramo sledeće kombinacije:

- sa blokovima,
- bez blokova,
- sa direktnim blokom,
- sa indirektnim blokom,
- sa ili bez driblinga.

U vezi sa odbranom: različiti načini odbrane uz direktan blok, indirektni blok i blok iza leđa, odbrana igrača na unutrašnjim pozicijama na niskom postu.

Nadam se da će ovaj odabir vežbi pomoći u vašem treningu i poslužiti kao osnova za stvaranje drugih koje verovatno više odgovaraju vašim potrebama.

Prevela: **Nina Vidosavljević**

Bivša reprezentativka Danijela Ilić sela na trenersku klupu

# Ćutim i radim za dobrobit košarke

**d**anijela Ilić trener? Uvek je iz nemogućeg pravila moguće. Kad je odlučila da igra košarku sa svojih 162,5 cm mnogi su sumnjičavo vrteli glavom. Ipak, Danijela je bila među najboljim plej-mejkerima stare Jugoslavije. Počela je u Studentu iz Niša u kome je i završila karijeru. Igrala je i u Vojvodini, Elemesu iz Šibenika, Crvenoj zvezdi, Viner Broker, Hemofarm, Ježice, Luk Oil. Prvenstvo Jugoslavije osvajala je sa Elemesom, Zvezdom, a Kup sa Viner Brokerom. Sa ekipom iz



## Danijela Ilić

### Klubovi:

STUDENT – Niš

VOJVODINA – Novi Sad

ELEMES – Šibenik (Kup SFRJ)

CRVENA ZVEZDA – Beograd (Kup Jugoslavije i prvak Jugoslavije)

WINNER BROKER – Niš (Kup Jugoslavije i vicešampion Jugoslavije. Igrala jos jedno finale Kupa)

HEMOFARM – Vršac – (Kup Jugoslavije i dva puta vicešampion Jugoslavije)

JEŽICA – Ljubljana – (Kup i titula prvaka Slovenije)

STUDENT – Niš

LUKOIL – Burgas – (Kup Bugarske i vicešampion Bugarske)

Sa većinom klubova igrala Kup Lilijane Ronketi i ligu šampiona.

### Reprezentacija:

– Kadetsko evropsko prvenstvo – bronzana medalja

– Juniorsko svetsko prvenstvo – srebrna medalja

– Seniorsko evropsko prvenstvo ( Izrael ) – srebrna medalja

– Seniorsko svetsko prvenstvo ( Malezija ) – srebrna medalja

**Sportista godine** grada Niša – 1993. godine

Ljubljane je osvojila duplu krunu u Sloveniji, a sa Luk Oilom Kup Bugarske. Sa reprezentacijom je osvojila dve srebrne medalje i to na EP u Izraelu i SP u Maleziji. Bogatu igračku karijeru odlučila je da zameni trenerskom.

– Logično je bilo da pokušam da treniram devojčice iz mog Studenta. Okupila sam veteranke tog kluba, predložila im da zajedno odemo i upravi ponudimo ideju da mi radimo sa najmlađim košarkašicama. Nažalost, ljudi iz uprave su tu ideju odbili. Znamo da iza toga stoji jedan čovek čije ime ne želim ni da pominjem, ali ta ideja je trebalo da ode u zaborav.

Možda bi tako i bilo da nije u pitanju Danijela Ilić, poznata po svojoj upornosti.

– Onda smo sele i lepo se dogovorile da napravimo svoj klub. Odabrale smo naziv Student 1957, jer je 1957. godine osnovana ženska ekipa Studenta. Pre dve i po godine smo napravile Skupštinu kluba, pozvale stare košarkašice i objasnile ideju. Došlo je njih oko 60. Tako je sve krenulo.

Na toj skupštini bio je prisutan i jedan muškarac.

– Bane Milačić je naš prvi trener, mnogo mu dugujemo. Uostalom, on je zato na toj skupštini i izabran za predsednika kluba. Jedini je muškarac kome su otvorena vrata i uvek je dobrodošao.

Čak su i sponzori kluba bile njihove drugarice osnivača novog kluba.

– Ove sezone nam je lakše, jer smo dobile i novac od grada Niša, odnosno, ušle smo na budžet. Prošle sezone su nam pomagale mnoge žene Niša i zato im svima mnogo hvala. Dokazale smo da zajedno možemo pobediti sve nedaće.

Student 1957 se već dve sezone takmiči u Srpskoj ligi, a Nela sedi na trenerskoj klupi.

– Tačno je da smo dve sezone u najnižem rangu takmičenja, ali svake napredujemo sve više i više. Prošle smo bile pete, ove smo druge i verujem da ćemo se izboriti za plasman u Prvu B ligu. Ne jurimo rezultat. On dolazi posle kvalitetnog rada. Naš najveći uspeh je što smo u te dve sezone napravili kadetsku i juniorsku reprezentativku Emiliju Stojanović, što u klubu trenutno trenira 75 devojčica... Emilija je prva reprezentativka





Niša posle mene, a od mog ulaska u reprezentaciju do sad su prošle 23 godine.

Pored Danijele u klubu kao treneri rade i Marija Stojilković, Tanja Milenković, Gordana Ilić (ona je i sekretarica kluba), Snežana Vjetrovaska, Marija Mrakić... Ipak, Danijela nije sasvim zadovoljna.

– Nisam totalno ispunjena. Sve ovo mora i može bolje. Iako svaki dan vidim napredak kod dece, to je daleko od mojih želja i od njihovih mogućnosti. Među najmlađima imam tri, četiri ekstra talenta, jedna je baš čudo... Imena im normalno neću pominjati.

Kao igrač je znala da ulazi u duele sa sudijama, sukuobljavala se i sa trenerima, članovima uprava...

– Nervozna sam na klupi, ali tehničku grešku nisam dobila. Čista sam kao suza. Sedim i trpim u sebi. Teško mi padaju porazi, teško mi pada kad znam da bih kao igrač to bolje odradila od sadašnjih mojih igračica, teško mi je kad me ne poslušaju i urade suprotno od onog što smo se dogovorile... Ipak, svesna sam da je za sve potrebno iskustvo, da će vremenom i one uvideti greške, da ćemo zajedno napredovati.

Sve je više ženskih trenera, pa je izgleda i mesto selektora seniorske reprezentacije „ugroženo”.

– Pa, on je ušao u ženski svet i treba da brine. Šalim se naravno. Mnogo ga cenim kao trenera i čoveka, a i mogu da mu pomognem, nekim savetom. Opet šala. Videć-

mo šta nosi budućnost. Ipak, prednost dajem ženama trenerima u Beogradu. Ja živim u Niši i van sam glavnih događaja.

Muški treneri su iznenađeni kad vide Nelu na klupi.

– Gledaju me s nevericom. Kao da se pitaju šta ću ja tu. Ipak, dovoljno je da vide jedan moj trening ili utakmicu i sve im je jasno.

Mnogi su zabrinuti za žensku košarku kod nas, jer sve manje devojčica uopšte želi da se bavi ovim sportom.

– Mora da se ide po školama, da se priča sa devojčicama i profesorima fizičkog vaspitanja. Srećom što me skoro svi profesori znaju i onda imam punu saradnju i podršku.

Treba stići na sve strane Niša, jer devojčice iz Studenta 1957 treniraju u pet osnovnih škola, a Danijela je i majka dva dečaka.

– Stižem zato što moj suprug Srđan čuva Luku (9) i Ivana (8), sluša sve moje priče, zna profil svake igračice koju treniram...

Bez obzira na sve ni Srđan nema mesta u klubu.

– Ne, mesta ima samo za bivše košarkašice i žene dobrog srca. Ako bi neki muškarac poželeo da nas sponzorise morale bismo dobro da razmislimo. Same sve ovo radimo, ide nam dobro, pa ne vidimo razlog da bilo šta promenimo – zaključuje novi košarkaški trener Danijela Ilić.

**G. Čanović**



Miodrag Marić, tim menadžer mlade reprezentacije Srbije

# Optimalni model organizacije kluba

**P**rojekat o organizaciji košarkaškog kluba u velikoj meri je univerzalan, ali istovremeno, u svakom pojedinačnom slučaju je specifičan i iziskuje neka, manje ili više originalna rešenja. Što je niži nivo takmičenja to je više zastupljen amaterizam u radu, oslanjanje na volonterstvo i entuzijazam. Veliki klubovi, pak, moraju biti visoko profesionalno organizovani.

Sada ćemo predstaviti jedan model organizacije kluba koji može biti polazna osnova za bilo koji drugi, a opet, od nivoa takmičenja i, uslovno rečeno, veličine kluba i finansijskih sredstava možemo imati veću ili manju zastupljenost amaterizma ili profesionalizma. Manji klubovi, logično, imaju manje sredstava u budžetu i imaju manje profesionalno angažovanih ljudi, a to i određuje realne domete i ambicije.

Zajednički imenitelj za sve mogao bi se nazvati ambijentom u kome klub deluje ili nastaje. Stvoriti zdrav ambijent za rad je najvažniji uslov za uspešan razvoj kluba i ostvarenje zacrtanih ciljeva. To podrazumeva definisanje dve najbitnije stvari:

- 1) ljudske resurse,
- 2) materijalne resurse (visina sredstava u budžetu)

## Stručni štab kluba

Kada je reč o stručnom delu vođenja kluba, možemo govoriti o većem stepenu univerzalnosti za sve sredine jer sport podleže mnogim prirodnim zakonitostima koje se moraju poštovati. Zato ćemo se nadalje u ovom radu fokusirati na stručni deo organizacije kluba.

## Sportski direktor kluba

Poći ćemo od logičnog reda rešavanja kadrovskih pitanja vezanih za košarkašku struku (nije redak slučaj da UO najpre izabere prvog trenera, a potom imenuje sportskog direktora ili da već ima postojeću strukturu organizacije kluba koja bi se samo delimično menjala). Tako se kao prvi korak javlja pitanje SPORTSKOG DIREKTORA KLUBA. Njega imenuje upravni odbor kluba, a na osnovu priloženog plana i programa rada. Taj plan i program je, opet pripremljen na osnovu utrđenih ciljeva i dugoročne strategije razvoja koju je definisao upravni odbor. Od tog momenta sportski direktor je odgovoran za funkcionisa-

nje, organizaciju i razvoj kluba kad je u pitanju njegova osnovna delatnost tj. sport (košarka). On postaje mandatar koji bira tj. predlaže stručni štab, tim stručnjaka i pomoćnog osoblja koji je sposoban da ostvari zadate ciljeve. Prvi i najvažniji zadatak koji treba da reši je izbor prvog trenera. Trener prvog tima u neposrednom radu sa ekipom pravi rezultat iza koga stoje svi u klubu te je logično da je ovo ključno pitanje. Kada se njegov predlog usvoji i upravni odbor imenuje trenera prvog tima, sportski direktor se brine da mu obezbedi široka ovlašćenja i maksimalnu samostalnost u radu. Svaki eventualni pritisak, makar i dobronamerno uplitanje u trenerov posao on amortizuje i na taj način ukazuje mu maksimalno poverenje. Samo tako se može tražiti i odgovornost trenera za rezultate.

Sledeći korak je selekcija tima. Bilo da se radi o dopuni igračkog kadra ili o tzv. renoviranju tima presudnu ulogu za to ima trener prvog tima. On na osnovu svoje vizije igre i potreba u timu selektira igrače koji su mu potrebni. Tu mu u skautiranju pomažu i sportski direktor i pomoćni treneri i članovi stručnog saveta, ali konačan izbor je njegov. Zadatak sportskog direktora je da pregovara i tehnički sprovede dovođenje novih igrača na najracionalniji način. Tu imamo u vidu finansijske mogućnosti kluba tj. visinu budžeta koji je predviđen za pojačanja. Težnja je da se napravi najbolji odnos uloženi sredstava i dobijenog kvaliteta, a polazna osnova je postojeći igrački kadar. Kako su ugovori igrača postali najveća stavka u godišnjem budžetu kluba, razumljivo je da su ove odluke vrlo važne i povlače najveću odgovornost. U američkoj profesionalnoj ligi svake godine se bira (pored trenera godine, igrača godine) najbolji sportski menadžer godine, a kriterijum izbora je upravo sportski rezultat u kontekstu uloženi sredstava. Tako vidimo da najveći budžet ne znači automatski i najbolji rezultat. Na prvom mestu je znanje, odvažnost i dobra procena trenera, pre svega, i sportskog menadžmenta. Mislim da je neophodno i kod nas uvesti slične kriterijume ocene uspešnosti rada, pogotovo zato što je materijalna osnova najveći i još dugo će biti najveći problem sporta uopšte, pa i košarke. Lako je i samo letimičnim pogledom među našim klubovima naći pozitivne i negativne primere za to. Kada je reč o sastavu stručnog štaba prvog ti-

ma, trener je taj koji bira svoje saradnike i o tome će kasnije biti reči.

Svaki ozbiljan klub veliku pažnju posvećuje mlađim kategorijama. Pravilan izbor trenera svih mlađih kategorija, od pionira, kadeta do juniora veoma je važan i sportski direktor mora da poznaje specifičnosti rada sa mladima, metodiku obuke i način rada u zavisnosti od uzrasta. Tu se naročito pažljivo bira koordinator mlađih selekcija koji treba da bude već dokazan i sa iskustvom u radu sa mladima, a takođe i ostali treneri svih selekcija čiji broj zavisi od nivoa organizovanosti tj. brojnosti mlađih igrača.

U dogovoru sa trenerom, sportski direktor kluba predlaže i ostale članove tima koji su neophodni za njegovo funkcionisanje, a to su: tehnički sekretar (tehniko), sportski lekar (poželjno specijalista sportske medicine ili fizijski), fizioterapeut, ekonom itd. Neki od njih mogu biti stalno zaposleni u klubu, neki honorarno što zavisi od mogućnosti i potreba svakog pojedinačnog kluba.

U delokrug posla sportskog direktora spadaju i kontakti sa košarkaškim forumima, savezom, klubovima i ostalim sportskim organizacijama i zastupanje interesa kluba u njima. Zatim, komunikacija sa sportskim medijima, konferencije za novinare, organizacija bazičnih priprema, putovanja, zakazivanje i organizacija prijateljskih i zvaničnih utakmica, sportska oprema, marketinške aktivnosti u interesu kluba itd. Sve to, naravno, sportski direktor radi u saradnji sa trenerom i ostalim članovima angažovanim u klubu. O svom radu redovno podnosi izveštaj predsedniku i upravnom odboru kluba. On prezentuje i obrazlaže usaglašeni plan i ciljeve za dati period uz procenu neophodnog budžeta za njegovo ostvarenje. Po usvajanju takvog predloženog plana od strane predsednika i upravnog odbora, on brine o njegovoj realizaciji. Dakle, sve bitne odluke, pogotovo kad su vezane za materijalne izdatke, moraju biti obrazložene od strane sportskog direktora kluba i odobrene od strane upravnog odbora i predsednika kluba. Imajući to u vidu, nije potrebno naglašavati da je ključna stvar u svemu tome uzajamno poverenje. Određenu samostalnost sportski direktor mora imati kad je u pitanju tekuće funkcionisanje kluba uz, naravno, redovan finansijski izveštaj.

Kao rezime svega ovoga postavlja se pitanje:

Kakav treba da bude sportski direktor kluba ili sportski menadžer?

Smatramo da treba analizirati najbolje i težiti najvišim ciljevima, a LA Lakers kao klub to svakako jeste. Iako stvari nisu direktno uporedive, u glavi nam je Mič Kupčak, sportski menadžer LA Lakersa. On je samo deo štaba u kome su, pored ostalih i trojica članova kuće slavni. Dajemo u najkraćem nekoliko reči o njemu. Imao je solidnu igračku karijeru. Od 10 godina NBA staža četiri je proveo u LA Lakersima. Od 86. g. je u štabu tima, od 94. g. kao generalni menadžer. Njegove sposobnosti su najviše dolazile do izražaja prilikom odluka u selektiranju tima i uklapanja u salary cap. Najočigledniji primer rezultata njegove kombinatorike je dovođenje Kobi Brajanta već sa kolidža, potom, kroz višestruku razmenu (tom prilikom je razmenjen i Divac) i Šakil o Nila. U opisu posla pored ostalog

su i dnevni menadžment kluba, personalne odluke, pregovori oko ugovora, strategija vezana za salary cap, organizacija klupskih trening kampova i preciziranje kalendara aktivnosti u predsezoni, skautiranje koledž igrača. . . Takođe učestvuje u marketinškim i PR-aktivnostima. Već nekoliko godina je na vrhu najtraženijih generalnih menadžera NBA lige. Da se vratimo na odgovor na prethodno pitanje:

Sportski direktor kluba trebalo bi da ima sledeće osobine:

- dugogodišnji staž u košarci, sa što boljom reputacijom koju je stekao kao igrač, a potom i kao košarkaški radnik;
- poznavanje aktuelne situacije u košarci, posebno na tržištu igrača i trenera;
- poznavanje osnova trenaznog procesa uopšte, metodike rada sa mladim uzrastima, smisao za procenu mogućnosti igrača;
- organizacione i poslovne sposobnosti; smisao za planiranje;
- obrazovanje i elokvenciju; znanje engleskog jezika;
- ambicioznost i želju za usavršavanjem.

Ovakva ličnost će se po pravilu okružiti takođe kvalitetnim saradnicima i svi zajedno činiće odličan tim (štab) za ostvarenje zadatih ciljeva.

### Trener prvog tima

Već smo naglasili da je ovo najvažnije pitanje svakog košarkaškog kluba. Trener prvog tima neposredno i direktno u radu sa igračima ostvaruje rezultat koji je suština bavljenja i angažovanja svih u klubu. Uspeh na sportskom polju zatvara začarani krug koji počinje stvaranjem dobrih uslova za rad, pa postizanjem uspeha još povećava akcije kluba i olakšava stvaranje još boljeg ambijenta za napredak. Vrhunski rezultat (a to je za nekoga fajnal for, a za nekoga plasman u viši rang, npr) olakšava poslovnom menadžmentu da okupi veći broj zainteresovanih investitora da ulažu u klub. A on se ne postiže bez odgovarajućih uslova. Moramo početi od naše sredine i od naših uslova rada.

Postoji, rekli bismo, uvreženo mišljenje da je nemoguće istovremeno stvarati i afirmisati igrače i postizati rezultate. Sa tim bismo se samo delimično složili, tj. slažemo se da je to jako teško. Trener Partizana Dušan Vujošević jednom je rekao da „rad i rezultati rada u košarci se često vremenski ne poklapaju”.

On posebno ima razloga da to kaže, jer svojevremeno je forsirajući mlade Đorđevića i Danilovića na užtrb trenutnih rezultata, indirektno doprineo da Partizan zahvaljujući njima, sa drugim trenerom, osvoji titulu prvaka Evrope 1992. godine. Ipak se, dakle, rad kad-tad ispoljava kroz rezultate, ali je pored vere u to što se radi i poverenja potrebno nešto čega nažalost ima ponajmanje – strpljenje. Citiram reči pok. profesora Ace Nikolića koji je jednom prilikom govoreći o radu na formiranju tima pretežno od mlađih igrača rekao da „za godinu dana ne možeš videti nečiji rad, ali možeš nerad”.

Takođe, postoji stereotip podele trenera na one koji su „specijalizovani” za rad na stvaranju tima i na one koji

„prave rezultat“. Brojni primeri potvrđuju da je moguće pomiriti te dve stvari i tu se upravo radi o vrhunskim trenerima koji i na reprezentativnom planu doprinose afirmaciji naše košarke.

Sada o nečemu što nije najvažnije, ali je veoma bitno, u najmanju ruku veoma poželjno. Trener treba i da je ličnost, da ima držanje i stav. On je najekspoziranija osoba u klubu koja se najčešće susreće sa predstavnicima medija, dakle javna ličnost koja se poistovećuje sa samim klubom. Njegovi nastupi i izjave u medijima prate se sa posebnom pažnjom i stvaraju određenu sliku i o samom klubu. Pod ovim naravno podrazumevam klubove na višem nivou koji zaokupljaju veću pažnju javnosti, a što je ta pažnja javnosti izraženija, poželjno je i da trener više radi na svom imidžu. Tamo gde je košarka veliki biznis, u NBA, treneri imaju stiliste koji ih pripremaju za javne nastupe, ali kod nas, a i u Evropi, ta vrsta nadgradnje je individualna stvar.

Pitanje visine primanja trenera takođe treba posmatrati u kontekstu naših materijalnih uslova. Mišljenja smo da dobrog trenera treba adekvatno platiti i da ta stavka ne treba da bude prva na udaru prilikom nekog kresanja budžeta. I ne samo kad je u pitanju prvi trener – ulaganje u kvalitetan stručni štab na duge staze će se isplatiti. Naši vrhunski treneri imaju svoju visoku cenu u Evropi i praktično je nemoguće njih vratiti da rade za male pare.

Stoga se nameće potreba da se u klubovima „stvaraju“ treneri, da se u njih „ulaže za šta je takođe neophodno vreme i strpljenje. Važno je dobro proceniti i prepoznati dobar „materijal“ i dati šansu nekom mladom treneru da jednom postane veliki i priznati stručnjak.

Uostalom, nijedan veliki trener to ne bi postao da na vreme nije dobio šansu da radi i iskaže se. Mi smo, dakle, prinuđeni da pored asova – igrača stvaramo asove – trenere jer je to reverzibilni proces – veliki treneri prave velike igrače i obrnuto. Neki prirodan put za mladog trenera bio bi stažiranje i usavršavanje kao pomoćni trener kod iskusnog stručnjaka, mada postoje primeri preuzimanja prvog tima „iz patika“. Ako je Saša Đorđević nedavno izjavio da „ako bi se bavio trenerskim pozivom najpre bi počeo kao pomoćni trener“, bolji primer ne bi trebalo tražiti. Zato je prilikom preuzimanja Armani Milano uzeo za savetnika iskusnog i stručnog saradnika Milana Minića da mu pomaže na početku karijere. Atipičan primer je Željko Obradović, koji je odmah po završetku karijere preuzeo Partizan, takođe je za savetnika imao prof. Acu Nikolića. Ako neko nema tu priliku da bude pomoćnik tako velikom treneru, dobro je da krene sa radom u manjoj sredini, jer se i tu može prepoznati rukopis kvalitetnog rada. Posle svega navedenog, poći ćemo od idealnog modela trenera. Njegove osobine bile bi sledeće:

- Da je ambiciozan, stručan, dovoljno iskusen, posvećen košarci, vredan,
- Da je obrazovan, pored vođenja tima da puno radi na usavršavanju i podizanju nivoa kvaliteta igrača, hrabar, kreativan, spreman da rizikuje sa mlađim snagama i to izbalansira u funkciji rezultata, elokventan, autoritet gradi stručnošću i znanjem, ima stav-harizmu pobjednika, manir džentlmena...

Savršenstvo ne postoji, pa ni savršen trener, ali dobar trener mora imati što veći broj dobrih osobina. Uostalom, u izboru često odlučuju lični afiniteti, a kad smo već kod toga, svedoci smo da o tom najvažnijem pitanju, nažalost, često odlučuju rođačko – kumovske veze tj. nalog od strane finansijskog ili, još gore, političkog autoriteta. Često izbor trenera nameću menadžeri, kada lako dolazi do sukoba interesa. Podsećamo da trener može postati trener „preko veze“, ali da preko veze nikako ne može postati dobar trener. Promašaj u tom slučaju skupo košta, a vreme koje se pri tom izgubi je nenadoknadivo.

Naša preporuka onima koji o tome odlučuju (vlasnicima, finansijerima ili sportskim direktorima) jeste da više cene trenera sa dostojanstvom i integritetom u odnosu na poslušnost i neprincipijelnost; da više cene rad i znanje u odnosu na olako obećanu brzinu.

### Pomoćnici prvog trenera (asistenti)

Trener prvog tima, najlogičnije, bira svoje najbliže saradnike. Izbor treba prepustiti njemu jer je on odgovoran za rad prvog tima i sprovodi svoj koncept uz pomoć asistenata koji se uklapaju u to. Moguće su sugestije i predlozi od strane sportskog direktora ili nekog drugog člana kluba, ali nikako ne treba nametati rešenje bez saglasnosti prvog trenera.

Neophodnost angažovanja pomoćnog trenera javlja se još u najmlađem uzrastu, u školi košarke. Svaki trening većim delom se sprovodi u radu po grupama i jedan trener teško uspeva da kvalitetno obavi posao. Grupe se prave po uzrastu, kvalitetu, stepenu obučeniosti ili se jednostavno grupe formiraju zbog većeg efekta rada. Pošto su neophodne česte korekcije i poklanjanje pažnje svakom pojedinačno, poželjno je više trenera i rad u manjim grupama, ali to zahteva i veće finansijske izdatke.

Kada je reč o seniorskoj ekipi, obim posla nalaže bar jednog asistenta, a veći klubovi ih imaju i više. Njihova zaduženja i način rada određuje prvi trener. Obično se pred svaki trening napravi dogovor o sprovođenju predviđenog plana treninga i podele zadaci. Jedan pomoćni trener recimo obraća pažnju na stranu pomoći u odbrani, drugi na otvaranje iz bloka na primer; ili prvi trener radi na jednom košu sa bekovima a pomoćni na drugom sa visokim igračima – sve prema prethodnom dogovoru sa prvim trenerom. Time je efekat rada na treningu mnogo veći.

Poseban značaj u savremenoj košarci ima skautiranje protivničke ekipe. Taj obiman posao takođe obavlja jedan od pomoćnika. On gleda snimke utakmica protivnika, raščlanjuje do detalja karakteristike njihove igre i u odbrani i u napadu. U sažetoj formi to zatim predaje prvom treneru i na osnovu toga ovaj može da pripremi taktiku i način igre koristeći evidentirane prednosti u odnosu na protivnika. Vrlo je važno da na sličan način razmišljaju oba trenera, tj. da pomoćni trener sledi način razmišljanja glavnog. Stoga nije čudno da mnogi ugledni treneri „vuku“ istog(e) pomoćnika(e) iz kluba u klub jer su usaglasili način rada.



Trener br.9

# Dobili smo svoju kuću



osle dvobroja (7-8), iz oktobra 1999. godine u januaru 2000. izašao je Trener br. 10. Period između bio je izuzetno bogat događanjima. Svakako, podatak za istoriju je činjenica da smo zvanično dobili

Kuću košarke. Pođimo sa prelistavanjem ovog broja redom. Zabeležili smo tri izbora: Blažo Stojanović je dobio još jedan mandat na čelu KSS, Željimir Cerović (Crna Gora) izabran je za predsednika KSJ, a Udruženje trenera je dobilo novog sekretara – Vladu Bošnjaka. Ovim izborima košarka je nastavila proverenim kadriranjem: košarka košarkašima (st. 7).

Kao što rekosmo, zabeležili



smo i podatak za istoriju (st.8). Naime, 19. novembra 1999. godine, legende naše košarke: Borisav Stanković i Nebojša Popović, svečano su otvorili velelepno zdanje – Kuću košarke. Svečanost je praćena s radošću i mnogo emocija. Dok je Nebojša Popović našu kuću nazvao Hramom, Borisav Stanković je, s dužnim poštovanjem, rekao i sledeće:

Sa velikom žalošću sećam se svih koji su radili sa nama – Raše, Mije, Sokola, mnogih znanih i neznanih koji su sebe ugradili u ovaj sport. Ova zgrada će biti uspomena na ljude koji su stvarali jugoslovensku košarku, drhtavim glasom rekao je Stanković.

O značaju ovog događaja, svoj način, mnogo je govorila jedna jedina rečenica iz svečane pozivnice za ovaj događaj: – Dodite, mi smo kod kuće. S toga smo tu stranu pozivnice iskoristili kao rešenje četvrte strane korica ovog i nekoliko narednih brojeva.

Kako se zavrtela naša rubrika „Trenerska vrteška“, nekad kao neminovnost, a češće sa negativnim posledica-

ma, napravili smo neuobičajen potez za sportsku štampu, ali logičan kada je Trener u pitanju i na 22. strani objavili smo razgovor sa mladim trenerom Jovicom Antićem, koji je startovao pobedom i posle godinu dana rada i još jedne pobede, dobio otkaz u Crvenoj zvezdi. Na istu trenersku klupu je došao Vladislav Lale Lučić. Kolega Mirko



Stojaković je zabeležio zanimljivo iskustvo.

Na njegovo pitanje: A kada bi vas Zvezda ponovo zvala? Antić je odgovorio rečenicom koju

smo izvukli u naslov ovog priloga – Zvezda se ne odbija. U nastavku odgovora na ovo pitanje dodao je – Evo Lale Lučić, moj veliki prijatelj, vratio se u Zvezdu

posle svega što su mu uradili. Antić je zaključio ovaj razgovor dodavši: – Ko uđe u ovaj posao sa emocijama – mrtav je.

Kako je Trener s pažnjom pratio košarkaška zbivanja širom naše zemlje, na strani 35. ovog broja, skenirali smo stanje u Šapcu, pod naslovom – Grad košarkaške mladosti. Podsetićemo samo na podnaslov ovog teksta: – Više od 1000 dečaka i devojčica u čak šest košarkaških klubova u gradu na Savi trči za narandžastom loptom, a čak 18 ekipa učestvovalo je u prvom krugu Prvenstva Srbije. Bila je to gotovo tipična priča za srpsku košarku, čiji je autor bio Milan Vuletić, naš kolega i košarkaški trener. O stanju sadašnjem govori i sledeći podatak. U pomenutom gradu na Savi rade dva kluba manje, nego pre devet godina i što je mnogo više za brigu, „za narandžastom loptom“ trči nekoliko stotina dečaka i devojčica manje.

M. Polovina

Radivoj Korać

# Legenda koja traje

**U** svetlu nedavno održanog Finala kupa Radivoja Koraća u Nišu i promocije knjige profesora Aleksandra Kerkovića „Pisma Radivoja Koraća” nastao je ovaj tekst, kao želja da se stariji ljubitelji košarke podsete na ovog velikana a mlađi da saznaju neke bitne stvari iz njegove sportske karijere i života. Koraćevi citati su preuzeti iz pomenute knjige a gotovo svi mogu poslužiti kao uzor mlađim košarkašima i danas.

Sa košarkaškom loptom Korać se prvi put sreo u Karlovcu, za vreme letnjeg raspusta kao dvanaestogodišnji dečak:

– Satima bih stajao i posmatrao igru između dva koša. Želeo sam da uđem u igru ali me niko nije zvao. Obruči su imali magičnu moć. Kad bih se vratio kući, razmišljao sam o lopti i obruču. Sećam se dobro tog dana. Ustao sam ranije nego obično i pojurio sa loptom prema igralištu. Nikoga nije bilo. Za trenutak posmatrao sam koš. Bacio sam prvu loptu. Nisam uspeo. Treći put – bilo je isto. Vratio sam se kući razočaran. Iduće jutro bilo je bolje. Svako jutro sam vežbao. A kad bi lopta prošla kroz obruč – obuzimalo me je neko čudno zadovoljstvo...

Svoju prvu utakmicu za beogradski BSK (OKK Beograd), odigrao je sa 16 godina. Utakmica se igrala u tada jedinoj sali u Beogradu u Sali DIF-a.

– Igralo se još dva minuta do kraja utakmice. Posle tajm outa, trener me je prvi put uveo u igru. Ne znam ni sam kako sam se našao ispod protivničkog koša. Postigao sam svoj prvi koš za matični klub. I nikad ga nisam zaboravio.

Govoreći o svom klubu OKK Beogradu kroz odigrane utakmice i postignute poene ističe nešto sasvim drugo:

– Iza svake utakmice – iza svakog koša – ostalo je nešto u meni. I to nije moglo da se zapiše. Košarka za mene nije broj postignutih koševa. To nije dnevnik o broju utakmica. To je deo mojih uspomena.

O reprezentaciji i odnosu prema njoj Korać je govorio:

– Igrati za državni tim – krajnji je domet jednog sportiste. Završiti sportsku karijeru i reći – zastupao sam boje svoje zemlje – najveće je priznanje koje se može odati jednom čoveku. Sto osamdeset utakmica za reprezentaciju i 180 puta odsvirana himna. Treba to doživeti. To se ne može brojkama izraziti. To je ushićenje. To je podstrek za još jedan napor – za odlučujući koš.



To je bezbroj prijatelja koje sam stekao širom sveta. Nikad ne bih toliko video da nije bilo reprezentacije. Samo u snu sam mogao o tome da maštam.

A kako je košarku igrao Korać?

– Nikada nisam u sebi nosio igrača po kome bih igrao košarku. Demonstrirao sam igru, onako kako je to meni odgovaralo. Koristio svoje specifične fizičke osobine. Pre svega – svoju levicu. Moja generacija unela je nešto novo u košarku. Nismo se mnogo obazirali na one ispred nas. Unosili smo u igru sami sebe. Jedno je ugledati se na druge. To možda ne znači ništa. Drugo je vežbati i stvarati svoj stil igre. To već može nešto da znači.

M. Tasić

# Kako trenirati i učiti stak napad

**Ovaj vid napada je ranije često korišćen, naročito u američkoj koledž košarci. Jedan od zagovornika ovog napada je bio i Bob Najt (Bob Knight), legendarni trener Indijana univerziteta, a pošto nostalgicara uvek ima prikazaćemo neke njegove opcije, pa će neko možda da ga uvrsti u svoju ofanzivnu taktiku. Tekst je preuzet sa sajta [www.guidetocoachingbasketball.com](http://www.guidetocoachingbasketball.com)**

**V** rlo često se govori o potrebi da se „kamufliira” napad jedne ekipe na polovini terena. Napad iz dvostrukog „staka” je dobar izbor za tu situaciju. Dozvoljava vam da odmah u uđete u vaš stvarni napad.

Ovaj vid napada je prilično star, ali se i dalje upotrebljava u ovoj eri „3 poena”. Ne zna se pouzdano ko ga je prvi upotrebio, ali ga je Bob Kuzi (Bob Cousy), legenda Boston Seltiksa obilato upotrebljavao dok je igrao na Boston Koledžu (Boston College).

Da biste mogli uspešno da koristite ovaj vid napada, morate imati dobrog plejmejкера. Bitno je da on dobro barata loptom, jer je lopta u ovim situacijama često u njegovim rukama.

Napad iz staka ima više prednosti. Jedna od najvećih je što su u ovom napadu greške smanjene na minimum, jer je vaš igrač koji najbolje barata loptom i najviše u dodiru sa njom. On prenosi loptu, a kada se napad postavi, jedini igrač koji ima potrebu za driblingom je takođe on. Od njegove procene zavisi koja opcija će se koristiti u datoj situaciji.

Protiv odbrane čovek na čoveka, posle jednog ili dva kratka dodavanja, često ćete doći u situaciju za dobar, otvoren šut na koš, bilo sa poludistance, bilo sa pozicija niskog posta.

Ostale prednosti napada iz staka su sledeće:

- Udvajanje najboljeg igrača (superstara) je otežano pošto se može doći u situaciju za lagan šut blizu koša
- Kao trener, možete lako da izazovete mismič (mismatch) situacije menjanjem početnih pozicija igrača, izuzimajući igrača na poziciji 1 (plejmejкера)
- Napad iz staka nije lako braniti. Napad se može otvoriti brzo i u levu i u desnu stranu
- Mnoge ekipe praktikuju odbrane protiv „normalnih” (uobičajenih) postavki napada
- Ovaj napad daje dobru mogućnost skoka u napadu. Kada se uputi šut na koš, svi visoki igrači kreću na

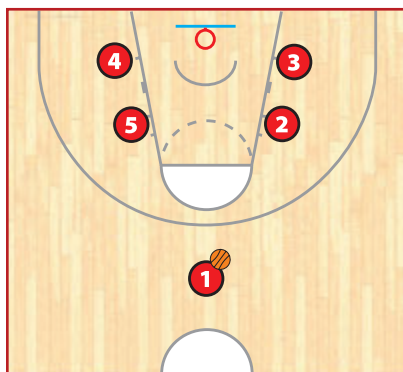
skok u napadu, da bi obezbedili eventualni drugi ili čak treći pokušaj za postizanje poena. Ukoliko imate dva visoka igrača, koji nisu prilagođeni spoljnim pozicijama, možete koristiti ovaj napad zadržavajući ih na njihovim najboljim skakačkim i šuterskim pozicijama, uz minimum kretanja

- Ovaj napad nije zamoran, zabavan je za igru i njegove jednostavne postavke su jednostavne za razumevanje
- Ukoliko se korektno izvršava, nemoguće je ne doći u povoljnu poziciju za šut

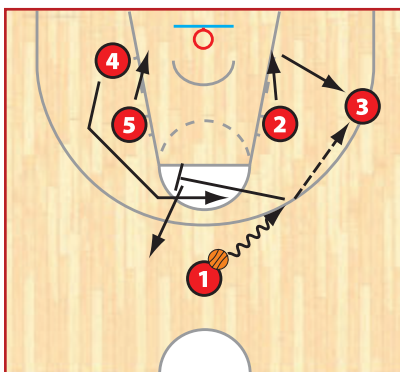
Naravno, ovaj vid napada ima i neke nedostatke, a to su:

- Osetljiv je na ekipe koje dobro igraju kontranapad ukoliko se lopta „ukrade” od spoljnog igrača
- Nije toliko efikasan ukoliko se koristi kao jedini napad u vašoj napadačkoj strategiji. Po momo mišljenju,

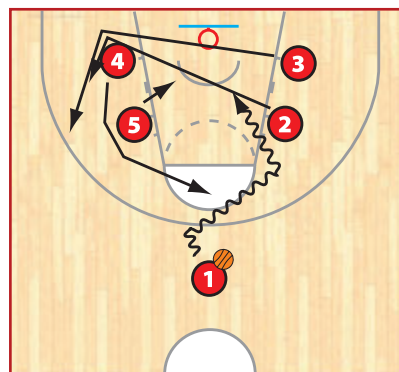




DIJAGRAM 1



DIJAGRAM 2



DIJAGRAM 3

svaka ekipa mora da ima po nekoliko vrsta napada u svom repertoaru.

### Karakteristike igrača

(Primetićete da igrači na dijagramima nisu obeleženi kao i obično, pa je igrač broj 2 visok, unutrašnji igrač, a igrač broj 4 je spoljni igrač, šuter).

Igrač broj 1 je najbolji dribler, najbolje barata loptom, plejmejker koji poseduje brzinu i koji može da zapreti šutom za tri poena. On mora biti sposoban da napravi jak odbrambeni pritisak i da se brzo vraća u odbranu.

Igrač broj 2 bi trebalo da bude visok, jak, čvrst ofanzivni igrač, možda i najbolji koš igrač među visokim igračima. Ovaj igrač bi trebalo da bude sposoban da odigra dobro i na poziciji niskog posta. Mora uvek da skače na loptu sa dve ruke i da doskače na zemlju sa dve noge, da bi mogao da bira kojom će nogom pivotirati u nastavku akcije. Mora da usavrši tehniku zakoraka ka košu (sa zaštitom lopte između nogu), horog šut (koji se danas vrlo retko koristi). Ukoliko je udvojen, ovaj igrač mora biti sposoban da doda loptu slobodnom igraču.

Igrač broj 3 je najbolji šuter koji igra licem ka košu. Mora biti odličan šuter sa male i poludistance, kao i dobar dodavač sa krilne pozicije ili iz ugla ka centru. Mora biti sposoban za igru 2 na 2 sa saigračem broj 2, kao i za igru 1 na 1 sa svoje pozicije na strani.

Igrač broj 4 je obično niži igrač od igrača broj 3. On mora imati dobar skok šut sa poludistance.

Igrač broj 5 je obično drugi najviši igrač i trebalo bi da bude snažan skakač koji može dobro da zagradi.

Ovaj igrač mora imati brze kretnje, jer će se, kada se nalaze na neopterećenoj strani, često dešavati situacije da budu slobodni kada njihov čuvar ode na udvajanje igrača s loptom.

Igrač broj 1 će uvek biti odbrambeni „osigurač“, osim u situacijama kada se kreće ka košu. U tim situacijama, igrači broj 3 i 4 bi trebalo da zauzmu njegovu poziciju. Igrači broj 2, 4 i 5, tri najbolja skakača, naravno su u trojglu i idu na sko kada je šut izveden.

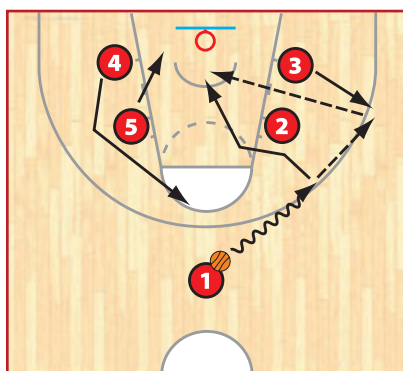
### Dijagram 1 – raspored igrača

Igrač broj 1 se nalazi na spoljnoj poziciji sa loptom. Igrači broj 2 i 3 su na desnoj ivici reketa jedan pored drugog, a igrači broj 4 i 5 su na suprotnoj strani reketa, takođe jedan do drugog. Te pozicije se mogu korigovati, tj. pomerati ka liniji slobodnih bacanja ili ka košu, a sve u zavisnosti od defanzivnog rasporeda protivnika. Pozicija igrača broj 2 određuje udaljenost od osnovne linije. Igrač broj 2 pivotira suprotno od smera kretanja kazaljke na satu, oko svoje desne noge posle početne kretnje na njegovu stranu, a sa ciljem da zauzme povoljnu poziciju leđima ka košu.

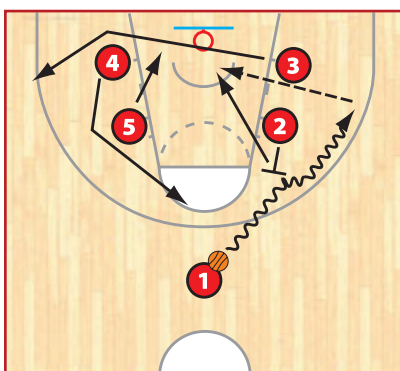
Kada igrača broj 2 zauzme poziciju niskog posta koja mu odgovara, postavlja se uvek tako da može da napravi pivot na toj poziciji. Ostali igrači se prilagođavaju.

### Dijagram 2 – osnovne kretnje

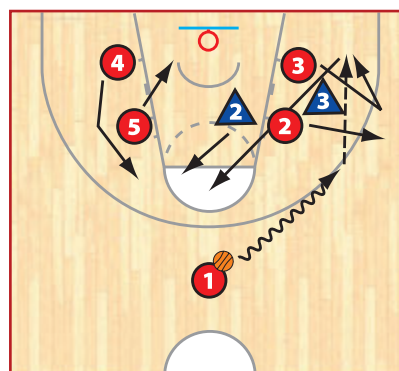
Igrač broj 1 pokreće napad driblingom u desnu stranu. Igrač broj 3 se izvlači na poziciju od 45° da bi primio



DIJAGRAM 4



DIJAGRAM 5



DIJAGRAM 6



loptu od igrača 1. Posle dodavanja, igrač broj 1 postavlja blokadu za igrača broj 4 koji dolazi oko igrača broj 5 i koristeći blokadu utrčava sa ciljem da primi loptu od igrača broj 3. Posle iskorišćene blokade, igrač broj 1 se vraća na svoju početnu poziciju.

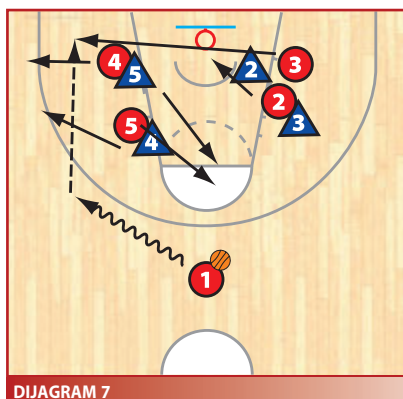
Igrač broj 3 po prijemu lopte ima više mogućnosti: da šutne na koš, ukoliko je slobodan, da doda loptu igraču broj 2 na niskom postu, da doda igraču broj 4 koji utrčava koristeći blokadu, ili da vrati loptu igraču broj 1.

### Dijagram 3 – oslobađanje strane za igrača broj 1

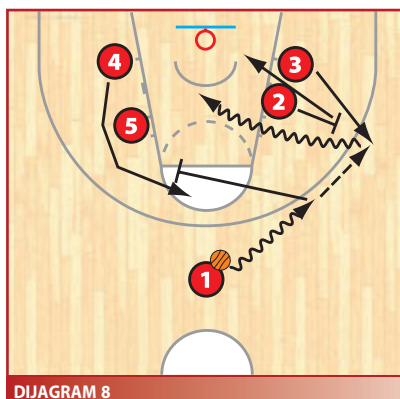
Kada igrač broj 1 prozove npr. akciju „jedan” kreće driblingom u levu stranu, a zatim pravi brzu promenu na drugu stranu u trenutku kada njegovi saigrači 2 i 3 čiste desnu stranu oslobađajući mu je za prodor.

Igrač broj 4 pravi svoju „normalnu” kretnju na poziciju visokog posta, a igrač broj 5 podešava svoju poziciju ka košu, dok se igrač broj 3 izvlači spolja.

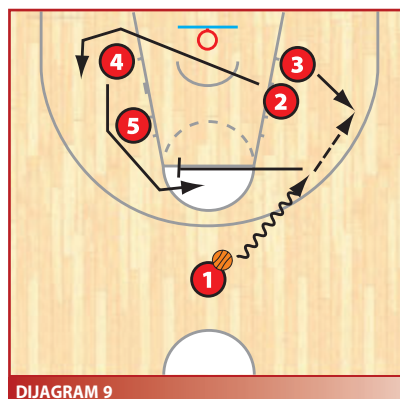
Igrač broj 1 ima opciju za prodor i polaganje, otvoren šut ili dodavanje igračima 2, 3, 4 ili 5 u zavisnosti od situacije.



DIJAGRAM 7



DIJAGRAM 8



DIJAGRAM 9

### Dijagram 4 – dodaj i idi, utrčavanje igrača broj 1

Igrač broj 1 kreće driblingom u desnu stranu. Igrač broj 3 izlazi na spoljnu poziciju, ali nešto dalje nego obično. Igrač broj 2 postavlja blokadu na vrhu reketa. Igrač broj 1 fintira utrčavanje na spoljnu stranu, a zatim koristeći blokadu utrčava, očekivajući povratni pas od igrača broj 3. Igrači broj 4 i 5 prave svoje normalne kretnje.

### Dijagram 5 – pick' n roll

Kada igrač broj 1 prozove npr. akciju „tri” i kada krene u dribling, igrač broj 2 postavlja blokadu u leđa čuvaru igrača broj 1 na vrhu reketa. Istovremeno, igrač broj 3 odlazi na drugu stranu i oslobađa prostor za igru 2 na 2.

Igrač broj 1 koristi blokadu igrača broj 2, a igrač 2 se zatim otvara ka košu sa ciljem da primi eventualni pas od igrača broj 1.

Igrač broj 4 pravi svoju „redovnu” kretnju u ovoj situaciji, odlazi ka vrhu reketa i tako postaje odbrambeni „osigurač”. Igrač broj 5 podešava svoju poziciju duž leve ivice reketa.

### Dijagram 6 – utrčavanje iza leđa

Timovi u odbrani često igraju agresivno na igrača broj 3 koji izlazi na spoljnu poziciju (kao u situacijama na ovim dijagramima) i sprečavaju ga da primi loptu. Sad sa ćemo videti kako možemo odgovoriti na taj pritisak.

Igrač broj 1 signalizira ovu opciju tako što fintira dodavanje igraču broj 3 na krilnu poziciju. Njegova finta je istovremeno signal igraču broj 3 da napravi utrčavanje iza leđa (backdoor cut). Ukoliko je utrčavanje uspešno, tj. ako igrač broj 3 ostane slobodan, igrač broj 1 mu dodaje lopte od zemlje za šut sa male distance. Igrači broj 4 i 5 prave svoje redovne kretnje u ovoj situaciji.

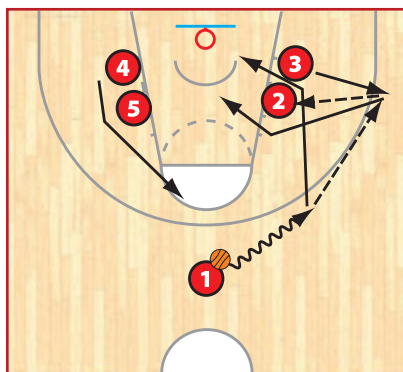
Ukoliko to nije moguće, igrač broj 1 može dodati loptu igraču broj 2 koji se izvukao na vrh reketa, a on dalje može dodati loptu igraču broj 3 koji posle neuspešnog utrčavanja ka košu nastavlja kretnju na suprotnu stranu i koristi duplu blokadu koju mu postavljaju igrači broj 4 i 5.

### Dijagram 7 – ukrštanje

Neki timovi pokušavaju da ovakve napade brane tako što igrača koji čuva napadača broj 3 postave ispred napadača broj 2, a igrača koji čuva napadača broj 4 ispred napadača broj 5. U ovakvoj situaciji, napad započinje tako što kad igrač broj 1 prepozna ovu situaciju prozove „ukrštanje”, a zatim driblingom odlazi na levu stranu, suprotno od svog saigrača broj 3, kome ima nameru da doda loptu.

U situaciji kao na dijagramu 7 igrač odbrane X3 čuva napadača broj 3, a igrač odbrane X4 čuva napadača broj 4. Napadač broj 5 izlazi na poziciju visokog posta, izvlačeći tako igrača X5 sa sobom. Napadač broj 4 se otvara široko u stranu i tako izvlači igrača X4 sa sobom.

Na ove kretnje napadač broj 3 fintira izlazak na desnu stranu, pa utrčava na suprotnu stranu. Igrač napadača broj 1 dribla u levu stranu i dodaje loptu igraču broj 3. U ovoj situaciji igrač X3 ne može da čuva svog igrača broj 3. Igrač odbrane X2 bi trebalo sa uzme igrača broj 3 koji protrčava, a u tom trenutku igrač broj 1 bi trebalo



DIJAGRAM 10

da izvede brz lob pas ka saigraču broj 2, kome je odbrambeni igrač X3 u ovoj situaciji ostao iza leđa.

### Dijagram 8 – opcija za igrača broj 3 na krilnoj poziciji

Pick'n roll može biti prozvan od bilo kog igrača sa loptom. U situaciji kao na dijagramu 8, igrač broj 1 kreće driblingom u desnu stranu i dodaje loptu igraču broj 3. Igrač broj 3 prati igrača broj 2 i proziva „tri” (npr.), stavljajući tako do znanja da želi „slepu” blokadu od igrača broj 2.

Igrač broj 3 koristi blokadu, a igrač broj 2 se otvara ka košu. Igrač broj 3 može da ide do kraja, da šutne na koš ili dodaje loptu od zemlje saigraču broj 2 koji se otvorio iz blokade, ili može da dodaje loptu igraču broj 4 koji koristi blokadu na vrhu reketa od strane igrača broj 1.

### Dijagram 9 – oslobađanje strane za igrača broj 3

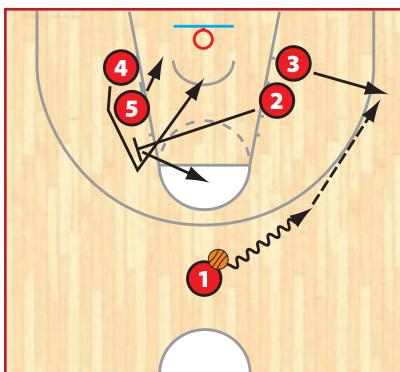
Igrač broj 1 dribla u desnu stranu, a igrač broj 3 izlazi na poziciju 45° da bi primio loptu. Igrač broj 2 odlazi na suprotnu stranu, oslobađajući saigraču broj 3 stranu za igru 1 na 1. Igrači broj 4 i 5 prave svoje redovne kretnje u ovom napadu. Igrač broj 4 koristi najpre blokadu od igrača broj 5, a zatim prednost pravi i koristeći blokadu od strane igrača broj 1 na vrhu reketa.

Ova opcija može da se upotrebi i tako što igrač broj 2 izađe da primi loptu na spoljnoj poziciji, a igrač broj 3 oslobađa stranu.

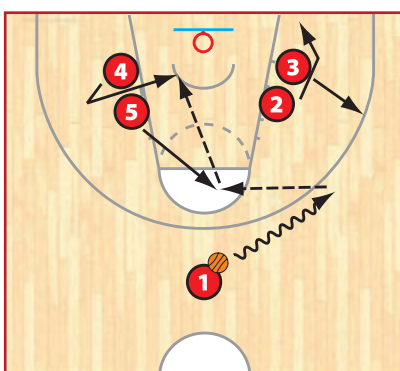
### Dijagram 10 – ukrštanje oko igrača

Igrač broj 1 dribla u desnu stranu i dodaje loptu igraču broj 3. Igrač broj 2 zauzima najbolju poziciju da bi primio loptu od igrača broj 3. Posle dodavanja, igrači broj 1 i 3 utrčavaju ka košu ukrštajući se oko igrača broj 2, a igrač broj 4 pravi svoju redovnu kretnju u ovom napadu.

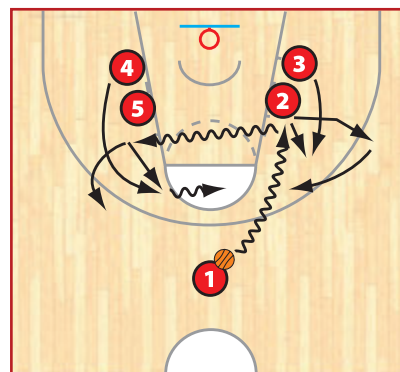
Igrač broj 2 ima mogućnost da uruči loptu bilo kom igraču (1 ili 2) prilikom njihovog ukrštanja, da napravi pivot ka košu i uputi put, da dodaje loptu nekom od saigrača (1 ili



DIJAGRAM 11



DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 12

2) kada se oni nađu ispod koša, ili da dodaje loptu igraču broj 4 na vrh reketa.

### Dijagram 11 – blokada na neopterećenoj strani

Igrač broj 1 dribla u desnu stranu i dodaje loptu igraču broj 3. Igrač broj 2 protrčava dijagonalno kroz reket od igrača broj 5. Igrač broj 4 koristi ovu duplu blokadu od strane saigrača broj 2 i 5 i utrčava ka košu sa ciljem da primi loptu od igrača broj 3 za lagan poen.

Igrač broj 2 se posle blokade otvara na liniju slobodnog bacanja da bi primio loptu ukoliko ona nije dodata igraču broj 4 koji je utrčao, a u toj situaciji vrlo često može doći i do mismecha (mismatch).

### Dijagram 12 – stari napad iz staka Indiana univerziteta

Igrač broj 1 pravi prodor. Igrač broj 3 dolazi oko igrača broj 2 i iza igrača broj 1 koji mu uručuje loptu, a zatim dribla duž linije slobodnih bacanja. Igrač broj 4 prati te kretnje, a zatim dolazi oko igrača broj 5 i iza igrača broj 3 koji mu uručuje loptu.

Oba igrača (1 i 3) se vraćaju nazad da bi nastavili napad dok se ne ukaže povoljna prilika za realizaciju. Igrači broj 2 i 5 se naravno kreću ka košu da bi zauzeli dobre pozicije za skok u napadu.

### Dijagram 13 – sprečavanje odbrane sa strane pomoći

Ponekad, odbrambeni igrači X4 i X5 mogu da ispadnu iz odbrane prilikom pomaganja saigračima na strani lopte. Ova opcija onemogućava ta pomaganja u odbrani. Kada igrač broj 3 izađe na poziciju 45°, igrač broj 4 pravi svoju kretnju koristeći blokadu koju mu postavlja igrač broj 5. Istovremeno, igrač broj 5 naglo izlazi na liniju slobodnog bacanja gde prima loptu od igrača broj 1. Igrač broj 4 menja pravac i utrčava ka košu očekujući pas od igrača broj 5.

Priredio: Čedomir Maričić  
viši košarkaški trener

# MEĐUNARODNI MINI BASKET FESTIVAL RAJKO ŽIŽIĆ



