

TRENER



časopis udruženja košarkaških trenera



OKTOBAR 2013, GODINA XVII CENA 150 RSD 2 EUR 3,5 KM 100 DEN 25 KUNA

IDEMO NA SP U ŠPANIJU



OKTOBAR 2013, GODINA XVII BR. 76 CENA 150 DIN 2 EUR 3,5 KM 100 DEN 25 KUNA



OPET USPEŠNA





Naš komentar

Piše: Boško ĐOKIĆ

Zablude i realnost

pred početak sezone, posebno Košarkaške lige Srbije i Jedinstvene juniorske lige (dva najvažnija segmenta domaćeg basketbola), a pre nego što obratim pažnju na niz „zabluda“ koje nas kočice u košarkaškom progresu, samo jedna digresija:

KLS liga imala je na nedavnom sajmu evropske košarke u Sloveniji tri predstavnika. Naime, Dušan Ivković uvrstio je u sastav Kalinića, Micića i mlađeg Krstića (prva dvojica sa veoma zapaženom minutažom), koji su ponikli na domaćim parketima, van regionalnog takmičenja. Treba se priseliti da su kvalitetom, a bez stranih igrača, Mega Vizura i Vojvodina igrale polufinale Superlige, pa da svakom sa prosečnim koeficijentom inteligencije bude jasno – kojim pravcem treba srpski basket da ide. Ali...

Imam ideju da u sledeće dve kolumne notiram neke od „zabluda“ srpske košarke (većina je izdirigovana, nametnuta iz raznih centara moći), sa kojima nema napretka, već samo propadanja u živo blato.

Prva zabluda svakako je da je Srbija košarkaška velesila. Ona to nikada nije ni bila, a sada je posebno daleko od tih atributa, jer je Srbija bila samo važan šraf basket-giganta koji se zvao Jugoslavija. Elem, zar to svakome nije pojašnjeno u Sloveniji?

Druga zabluda je da je jugoslovenski basket počivao na ligi od 12 klubova, što tek nije tačno. Istina je da je tada bilo jakih – 40 klubova (a ne timova). Naime, pored prve sa 12, postojale su i dve grupe Prve B lige sa po 14 klubova, čiji je kvalitet bio zavidan, iznad nivoa današnjih srpskih superligaša... Ko nije shvatio, hoću da kažem da pod hitno treba napraviti domaću ligu sa većim brojem učesnika (recimo 18), koja bi dala između 40 i 60 utakmica godišnje za mlade igrače...

S tim u vezi je i zabluda da su u domaćoj ligi potrebni stranci, posebno u broju većem od dva, a skandalozan je predlog da strani dečki mogu da igraju u juniorskim sastavima. To što ih pojedini zabludeli menadžeri i gazde klubova već drže i treniraju u „podrumu“, to je stvar ličnog profita i klupske koristi, nikako napretka srpskog basketbola...

U nastavku glasnog razmišljanja dolazim do zabluda koja je i proizvela čitav galimatijas – da je nevažan trener, da sve to treba da obave menadžeri, članovi uprave koji se nisu naigrali basketbola ispred zgrade, jer je bilo boljih od njih, kao i sponzori raznih fela. Krucijalna zabluda: srpske igrače stvarali su treneri (najmanje u Beogradu) koji su prilježnim, svakodnevnim radom brusili talente, kojih i danas ima dovoljno... Sad je institucija tre-

nera bačena u zapušteni poljski WC, pa se smenjuju i po trojica za sezonu u „ozbiljnim“ timovima, pa razni likovi ulaze u svlačionice u daju savete na poluvremenu, telefonom diktiraju izmene, biraju talente, kupuju i prodaju kao povrće na pijaci, mešetare u svojoj sujeti i neznanju. To je otišlo toliko daleko da se po medijima poništavaju selektori Francuske i Litvanije, recimo, bez obzira što su njihove selekcije zauzele prva dva mesta u Evropi...

Jedna od zabluda sa težim posledicama je – da se košarka igra na centre, „na leđa“, što bi neki treneri rekli. Pogrešno: basket je oduvek (dakle, od 1891. godine) počivao na mislećim bekovima, koji su bili motor i pokretač, tako da je iz njihove brzine i ideje išao kontranapad, razigravanje svih ostalih igrača, naravno i centara. Danas imamo situaciju da se igra sa dva-tri „sidraša“, da bekovi služe da prenesu loptu u napad i spuste je centrima („kelneri“). Ta igra ne razvija mlade, sporija je, bez kreacije, pretvara se u dozvoljeno „rvanje“ koje publika neće da gleda... Što je najgore, tu filozofiju prihvatili su i juniorski kouči, tako da u seniore dolaze polufabrikati bez mozga, što košarka ne trpi... Odnosno, pogledajte „model igre“ Francuske, Litvanije, Španije, pa i Slovenije i nekih drugih selekcija: dominacija bekova (barem dvojica u isto vreme na parketu), neviđeno brza igra uz dosta šuteva spolja, mobilni centri koji pokrivaju pozicije i 4 i 5, mogu da preuzimaju, šutnu sa distance, asistiraju...

Jedna od, uglavnom „menadžerskih“ zabluda je i – da ne treba igrati odbranu, da se igrači prodaju napadom, poenima, statistikom... Dolazimo u situaciju (opet se najbolje videlo na terenima u Sloveniji) da „lako primamo, a teško dajemo“ koševke, jer je nekim ljudima teško objasniti da „odbrana kreira napad“, da oba segmenta moraju biti savršena, inače oblikujemo invalid-igrače... Ili, hoće li neko da kaže da tim Francuske (samim tim i Parker, Batur, Dijao...) ne igra najbolju defanzivu u Evropi?

Na kraju, nemoj neko da pomisli da nisam dotakao trenersku struku u ovom tekstu – ja sam jedino o tome i pisao. A o nekim drugim domaćim basket-zabludama (da ne treba trenirati „toliko“, da nemamo dobre trenere nego da i njih treba uvoziti, da je stručni savet prevaziđen, da „veliki“ treneri (ne) ostavljaju naslednike; kako razigrati domaćeg pleja kad u najboljim našim timovima na tim pozicijama igraju sami stranci, kako afirmisati kouče van Beograda – („debeogradizacija“) sledećom prigrodom... Dobro zdravlje i srećnu sezonu svim akterima.



Basketball Clinic Belgrade 2013

Uspeh traje dvanaest godina

dvanaesti internacionalni trenerski seminar pod nazivom „Basketball Clinic Belgrade 2013” održan je, po tradiciji, 29. i 30. juna u Sportskom centru „Šumice” u Beogradu. Seminaru, kao jednom od dva brenda našeg udruženja, prisustvovalo je oko 800 domaćih i 27 stranih trenera, a predavanja su održali: Terry Porter, Andrea Trinkieri, Aleksandar Trifunović, Saša Nikitović, Mihajlo Miljanić, dr Ana Vesković i Branko Vorkapić. To je, već godinama, usvojena dobitna kombinacija: Predavač iz NBA, Evrope i Srbije, uz niz predavača koji su istaknuti stručnjaci u oblastima vrlo značajnim za kompletiranje stručnog usavršavanja trenera.

Deset dana pred početak seminara najavljeni dolazak otkazao je Džordž Karl, što je zaista presedan u istoriji BCB. Međutim, brzom reakcijom Upravnog odbora UKTS, pre svih Dušana Ivkovića i direktora BCB Ivana Jeremića, nađena je zaista adekvatna zamena. Teri Porter je svojim predavanjem u SC Šumice, opravdao visok renome koji ga je preporučio organizatoru BCB.

Seminar je ove godine otvorio direktor BCB 2013 Ivan Jeremić. U samoj organizaciji seminara, pored Udruženja trenera veliku pomoć pružio je KSS kao i hotel Zira. Kompletan program seminara održan je u sportskom centru „Šumice”.

Akreditacija i prijavljivanje obavljani su, vrlo efikasno u velikom hodu SC Šumice. Svim trenerima koji su ispunili uslove za overu licence, na licu mesta uzeta je licenca UKTS i overiče se za predstojeću sezonu 2013/2014. Seminar je bio obavezan za sve trenere seniorskih ekipa. Seminar je bio besplatan za sve trenere mladih kategorija koji su ispunili uslove za overu licence za predstojeću sezonu. Na seminaru je učestvovalo 27 trenera iz Rusije, Litvanije, Ukrajine, Slovenije, Turske, BiH, Poljske, Hrvatske, Makedonije, Francuske, Republike Srpske i Mađarske. Sva predavanja simultano su prevedena na engleski jezik.

Kao medijske partnere ovogodišnjeg seminara „BC 2013” ističemo dnevne novine „Sportski žurnal”, sportsku televiziju „SOS kanal” i internet portale MVP i Košarka 24.





Kao i svake godine seminar je snimao i ozvučavao Miško Stanković sa svojim saradnicima, koga zaista treba istaći. Sva predavanja su snimljena s jednom kamerom. Takođe, snimljene su i ozvučene dodele priznanja koja se obavljala pred početak svakog predavanja. Za ovu priliku angažovana je grupa redara koja je obavila posao na očekivanom nivou i kontrolisala ulaz na seminar.

Svi treneri, učesnici seminara, dobili su pakete koji su sadržali u kesi majicu, časopis „Trener“, program seminara, trenerski blok i olovku, holder za akreditaciju i DVD (Aco Petrović i Tim Floyd). Paketi su bili pravljene za trenere, goste i novinare.

Veliki posao u medijskoj promociji seminara odradila je PR seminarca Jelena Jovanović, a kao potvrda tome ide i činjenica da su novine svakodnevno pisale, pravile najave i izveštaje sa samog seminara „Basketball Clinic 2013“.

Kao i prethodnih godina, agencija Beobasket je sponzorirala seminar i njihov logo je bio na svim majicama koje su deljene trenerima u paketu. KSS je obezbedio opremu za demonstratore i predavače. Sponzorima je omogućena prezentacija tokom seminara, deljenje propagandnog materijala kao i postavljanje reklamnih štandova u velikom holu.

Kao i svake godine organizovana je prodaja stručne literature. Međutim, pored velike ponude, posebno uređenog štanda i veoma pristupačnih cena, nije postignuta očekivana zarada.



Trinkieri

U dvanaest godina dugoj tradiciji ovog seminara, svaka godina je imala i neki svoj kuriozitet. Na BCB 2013, specifičnost je pripala italijanskom stručnjaku i selektoru Grčke reprezentacije Andrei Trinkieriu. On je prvi trener iz Evrope koji je svoja predavanja održao na srpskom jeziku. Naime njegova majka je rođena u Puli, gde je Andrea provodio letnje raspuste. Mada se, pre početka prvog predavanja, unapred izvinio za eventualne jezičke propuste, oba predavanja bila su bez greške. Ako se tome doda da su i teme bile zanimljive i značajki interpretirane, onda se može s pravom tvrditi da je njegovo učešće na BCB 2013. bio pun pogodak organizatora.

Svim predavačima na seminaru uručene su prigodne BCB 2013 plakete.

Sve vreme seminara na parketu demonstraciju su vršili mladi košarkaši iz Beograda (selekcija iz I Srpske lige i mladi igrači koji nisu bili na spisku selektora mlađih kategorija reprezentacije Srbije) koje je selektirao trener Predrag Stojančev. Opremu za demonstratore obezbedio je KSS.

Pre početka svakog predavanja organizovana je dodela nagrada našim najuspešnijim članovima za sezonu 2012/2013. Predavači su uručivali pehare, plakete i poklone uspešnim trenerima.

Utisak je da je seminar uspešno organizovan i medijski pokriven i da je nastavljen niz kvalitetnih predavača i predavanja.

Sve nam to daje za pravo da verujemo da će „Basketball clinic“ trajati. Međutim, pokazalo se (naročito na primeru Džordž Karl) da svaki novi uspeh zahteva „dizanje lestvice“ na viši nivo. Odnosno, mnogo više posla i odgovornosti za sve koji učestvuju u organizaciji ovog događaja.

Svojevrsna je obaveza i pred onima kojima je seminar namenjen, a reč je o svim košarkaškim trenerima Srbije i to u najbukvalnijem smislu.



Osvrt na EP 2013

Mnogo talenata – malo asova



najbolja – Francuska, najveće razočaranje – Rusija, najprijetnije iznenađenje – Ukrajina, najperspektivnija – Srbija. To je kratko rezime predugog Evropskog prvenstva, koje za tri nedelje trajanja nije ukupno uspeo da privuče publike koliko samo jedno kolo Evrolige.

Format takmičenja sa 24 reprezentacije, koji je patentirala FIBA Evropa, unapred je obećavao mnogo nepotrebnih i nezanimljivih utakmica, što je u startu odbilo brojne zvezde da zaigraju na ovom šampionatu. Dug je taj spisak, neko je izračunao da je čak 70 velikih imena basketbola izostalo sa kontinentalnog prvenstva, među njima i naši asovi poput Teodosića, Veličkovića, Savanovića, Lučića, Ercega i Mačvana. Možda bi sa njima u timu Srbija lakše izvadila vizu za Svetsko prvenstvo u Španiji dogodne, ali sigurno ne bi mnogo promenila sliku o košarci koja se poslednjih godina igra kod nas. A slika o njoj može stati u samo jednu rečenicu: Mnogo talenata, a malo asova. Takvi su nam timovi, takva je i reprezentacija.

Ako ima istine u tvrdnji da smo kao Jugoslavija sve medalje na velikim takmičenjima osvojili zahvaljujući šutu, a nema razloga da sumnjamo u nju, onda je jasno zašto ih više ne osvajamo. Srbija nema šutera kalibra Saše Đorđevića, koji može rešiti važnu utakmicu, nema realizatora kakav je bio Predrag Danilović, pred kojim je nemoćna protivnička odbrana. U nedostatku takvih igrača, logično je što se selektor Dušan Ivković opredelio za unutrašnju igru u kojoj se od Nenada Krstića očekuje da bude glavni realizator. On je to i bio, sa 15,4 poena u proseku je 14. strelac Eurobasketa. Podrazumeva se da je bio najbolji strelac naše reprezentacije. Premalo – u poređenju sa vremenima Kićanovića, Bodiroge ili Divca, odlično – ako se uporedi sa učinkom naše reprezentacije u prošlogodišnjim kvalifikacijama za ovo Evropsko prvenstvo. A tu smo se baš namučili i u Sloveniju stigli kao 24. reprezentacija.

Slabost u šutu našeg tima najbolje se ogleda kad su trojkaši u pitanju. Najprecizniji srpski igrač bio je Bogdan Bogdanović – sa 41,9 odsto ubačenih trojki on je tek na 27. mestu po uspešnosti na Prvenstvu Evrope. Najbolji posle njega je Stefan Marković – na 56. mestu sa 33,3 odsto, ostale ne vredi ni pominjati, jer ih i statistika teško beleži.

Tek nešto bolje stojimo kad je procenat ubačenih dvojki u pitanju. Među prvih 50 igrača dva su iz Srbije: Krstić na 10. i Raško Katić na 15. mestu.

Zanimljivo je da se šutem van linije 6,75 ne mogu podičiti ni košarkaši iz ostalih država nastalih od bivše Jugoslavije. Mnogi su se i za vreme ovog šampionata bavili nagađanjima šta bi uradila Jugoslavija da je nastavila da postoji, i kako bi ta reprezentacija sada izgledala. Sudeći po učinku šutera – ne bi to bila ni senka nekadašnje Jugoslavije. Među deset najpreciznijih trojkaša u Sloveniji samo su trojica iz ex-yu država: Domen Lorbek iz Slovenije (6. mesto), Damjan Rudež iz Hrvatske (7. mesto) i Sead Šehović iz Crne Gore (9. mesto). Verovatno da ovih imena nema ni u jednoj kombinaciji kada se sastavljao taj „idealni jugoslovenski tim 2013” pa je jasno da problem preciznih snajperista nije samo srpski, nego i širi, nazovimo ga uslovno „jadranskim” – po ligi u kojoj učestvuju timovi iz bivših jugoslovenskih država.

Ali – i to je poseban kuriozitet Eurobasketa 2013 – šutera sa distance nije imala u svom sastavu ni Litvanija. Prvi put posle ko zna koliko godina ova reprezentacija nije svoju igru zasnivala na šutu spolja, nego na snažnim (i brojnim) centrima. Trener Kazlauskas je imao samo jednog beka na koga je mogao da se osloni – Kalnietisa, a višak centara je diktirao da Litvanija uglavnom u odbrani igra zonu. Takvom igrom dogurali su do finala, ali su u poslednjoj utakmici bili kažnjeni dalekometnim šutevima Francuza, koji su po ko zna koji put dokazali da se zlatne medalje osvajaju – preciznim šutem.

Zvuči skoro neverovatan podatak da je najprecizniji litvanski trojkaš tek na 39. mestu ukupne statistike! To je Linas Kleiza – krilni centar. Bekova nigde nema. A kad već pominjemo i finalnu utakmicu, treba reći da je Francuska samo u njoj imala zavidan procenat šuta spolja. Sve pre toga bilo je blisko katastrofi, pa je logično da je najbolji trojkaš novog evropskog šampiona Mikael Želabal – na 45. mestu sa 35,7 odsto ubačaja.

Kao što je Litvanija imala višak centara a manjak bekova, tako je bilo i kod Španaca, samo obrnuto. Njihov selektor Orenga imao je u sastavu samo jednog pravog i kvalitetnog centra – Marka Gasola, i plejadu sjajnih bekova koji su delili minutažu: Riki Rubio, Serhio Rodriguez, Rudi Fernandez, Hose Calderon i Serhio Ljulj.

Manjak centara u španskoj reprezentaciji tumači se na dva načina: prvo – nedostajao je Pau Gasol, a drugo – osim braće Gasol u toj zemlji već godinama nije se pojavio nijedan drugi dominantan centar. To je rezultat košarkaške filozofije koju su Španci prekopirali od Amerikanaca: da bi se neko bavio košarkom, ne mora biti ekstremno visok. Treneri u najmlađim kategorijama rade sa dečacima koji pre svega znaju da barataju loptom i da šutiraju, bez obzira koliko su visoki. Rezultat je da Španci poslednju deceniju liferuju sjajne bekove kao sa pokretne trake, osvajaju medalje i igraju najlepšu košarku van Amerike.

Špansku slabost na centrima i litvansku na bekovskim pozicijama sjajno su iskoristili Francuzi, i iz drugog plana iskočili na vrh. A negde na sredini šampionata mnogi su već bili otpisali ovu ekipu u kojoj se Toni Parker više zabavljao nego što je igrao onako kako zna, a Boris Dijao, Želabal i Nikolas Batum nisu mogli da pogode ni iz daljine, ali često ni iz „zicera“. Probudili su se u polufinalu, protiv Španije, i to je zapravo bila najbolja utakmica šampionata. U stvari, probudio se Parker, a kad on igra najbolje što zna, nema odbrane koja ga može zaustaviti. Nije to uspela ni španska odbrana, koja je prethodno totalno paralisala srpsku reprezentaciju, nateravši Ivkovićeve momke da prave greške u serijama, ili u poslednjim sekundama napada nerezonski šutiraju.

I pored svih komplimenata za špansku defanzivnu igru, posle Prvenstva Evrope mnogi treneri su pominjali slovenačku odbranu. I to u najnegativnijem smislu. Domaćini su igrali toliko prljavo, sa tako mnogo malih ali i onih „pravih“ faulova, da je to iritiralo mnoge. Iz takve odbrambene filozofije treba izostaviti braću Dragić, koji su plenili brzinom i majstorstvom, ali su kao takvi bili usamljeni u reprezentaciji Slovenije. Ostatak tima, u velikoj želji da kao domaćini postignu zapaženiji uspeh i eventualno osvoje medalju, tukli su pod svojim košem, često kao drvoseče. Ipak, ni to im nije bilo dovoljno da bi pobedili Francuze u četvrtfinalu.

Svi se slažu da je najsnažniju i najuigraniju odbranu igrala Ukrajina, najprijetnije iznenađenje prvenstva. Američki trener, čuveni Majk Fratelo, demonstrirao je kako se to u postojbini košarke igra čuveni „defense“, i na kraju bio najzaslužniji za senzacionalno 6. mesto. Ukrajina će dogodne igrati na Svetskom prvenstvu u Španiji, a u Sloveniji je uspeh postigla sa samo dva izuzetna igrača: Judžin Džeter i Sergej Gladir su bili snaga u napadu, dok je odbrana donosila prevagu.

I dok se Ukrajini može poželeti dobrodošlica u visoko košarkaško društvo, Hrvatskoj se može čestitati na povratku u elitu. Naši susedi su otišli u Sloveniju bez velikih ambicija, kako je šampionat odmicao, apetiti su im rasli, a kad



su im porasli do neba – Litvanci i Španci su ih surovo spustili na zemlju. Sve u svemu, Hrvatska je ostavila dobar utisak, prvi put posle mnogo godina. Ante Tomić i Bojan Bogdanović su sazreli i izrasli u istinske zvezde tima, dok je malo razočaranje učinak mladog Darija Šarića, po mnogima najtalentovanijeg igrača Evrope. On to u Sloveniji nije dokazao.

U prijatna iznenađenja svakako treba uvrstiti Finsku i Belgiju, koje su se na kraju plasirale na 9. i 10. mesto. Finska je šampionat završila sa čak pet pobeda – više nego Rusija, Crna Gora i Turska zajedno!

Učinak ove tri reprezentacije je katastrofalan, a kad je o Rusiji i Turskoj reč – sramotan. Jer to su zemlje koje u košarku ulažu ogromna sredstva, imaju fantastičnu infrastrukturu i

bazu veću nego iko drugi u Evropi. Turska je u svom sastavu imala tri NBA igrača (Turkoglu, Iljasova i Ašik), Rusija jednog (Šved), ali oni su bili dovoljni tek za po jednu pobedu u grupnoj fazi takmičenja.

Spisak gubitnika nikako ne završava Rusijom i Turskom. Tu su još Grčka, Nemačka i Crna Gora. Za sve tri reprezentacije karakteristično je da su igrale bez svojih prvih zvezda: Grcima je falio Dijamantidis, Nemcima Novicki, a Crnogorcima Nikola Peković.

Grčka je zakasnila sa smenom generacija, pa je u Sloveniji nastupila sa timom u kome osam igrača ima preko 28 godina. Višak godina i manjak ambicija kod njih je bio očigledan.

Nemačka nema za čim da žali, u njihovim timovima glavnu reč vode Amerikanci, pa zato u reprezentaciji igraju uglavnom rezervisti, koji se teško snalaze u glavnim ulogama.

Crna Gora sa Pekovićem i bez njega su dve potpuno različite reprezentacije. Što bi bio slučaj i sa svakim drugim nacionalnim timom kad je ovakav igrač u pitanju. Njegovo odsustvo nije mogao da nadoknadi Nikola Vučević, od koga se mnogo više očekivalo. Ako je pre šampionata plan Crne Gore bio da u grupi pobede Srbiju, i kvalifikuju se za Svetsko prvenstvo, onda se može konstatovati da su, što se Srbije tiče, pogodili. Sve ostalo su promašili.

Malo novih igrača se afirmisalo na šampionatu u Sloveniji. Od tinejdžera – baš nijedan. Od igrača koji su dosad bili relativno potcenjeni čini se da je najbolji utisak ostavio Italijan Luidi Datome.

Ako je neko sa 29 godina „nov“ na košarkaškom nebu, onda je to svakako Amerikanac Judžin Džeter, u dresu Ukrajine. Poslednju sezonu odigrao je u kineskom Šandongu, daleko od očiju košarkaške javnosti, ali je sjajni trener Majk Fratelo umeo da od njega napravi lidera tima koji je iznenadio sve.

Vladimir Sibinović, portparol reprezentacije Srbije

Zapažanja van terena



Završeno je Evropsko prvenstvo u Sloveniji. Srbija je ispunila cilj koji je postavljen pre Šampionata. Osvajanjem sedmog mesta od 24 selekcije, koliko je na Prvenstvu učestvovalo, obezbeđeno je učešće na Šampionatu sveta sledeće godine u Španiji, ali i na Evrobasketu 2015, čiji će domaćin biti Ukrajina. Ekipa koja je bila najmlađa od svih učesnika (starost igrača u proseku 24 godine, poređenja radi najstariji tim je imala Turska – 29 godina, a domaćin Slovenija 28,4), predvođena selektorom Ivkovićem, ostvarila je lep uspeh i „poštedela” Srbiju učešća u kvalifikacijama i putešestvija po košarkaški slabije razvijenim zemljama tokom sledećeg leta. Umesto frustrirajućeg iskustva, kroz koje smo uz puno muke prošli 2012, naš nacionalni tim će tokom sledeća dva leta učestvovati na Mundobasketu u Španiji i Evrobasketu u Ukrajini i pokušati da se domogne Olimpijskih igara u Riju 2016. godine. Ljudi iz trenerske struke sigurno će analizirati nedavno završeni Šampionat, kada je u pitanju igra, taktika, učinak igrača. Ovaj tekst predstavlja osvrt na Sloveniju 2013 iz jednog drugog ugla, viđenje ovog značajnog Prvenstva sa naglaskom na organizaciono-tehničke uslove koje je naša reprezentacija imala i koji su generalno bili obezbeđeni za učesni-

ke, sistem takmičenja, kao i aktivnosti u smislu promocije takmičenja i odziva publike.

Ambijent i dvorane

Slovinci su još tokom priprema za organizaciju Evrobasketa, morali da reše problem dvorana, s obzirom na to da nisu imali dovoljno sala koje zadovoljavaju standarde ovako velikog takmičenja. Zbog toga je i sistem lociranja utakmica po fazama izmenjen u odnosu na ranija prvenstva. Samo prva faza igrana je u četiri grada (uključujući i Ljubljano), dok je preostali deo Šampionata (utakmice po grupama u drugoj fazi, kao i mečevi četvrtfinala, polufinala, finala i utakmice za plasman), odigran u jednoj dvorani, ljubljanskim „Stožicama”. Na prethodnim šampionatima bilo je često i sedam gradova domaćina, a svaka reprezentacija igrala je tri faze u tri različita grada. Utisak je da ovo iznuđeno rešenje za Slovence kao organizatore nije bilo najsrećnije. Tako se dešavalo da su utakmice prve faze, u velikom broju slučajeva, igrane u mnogo „košarkaškim” ambijentima nego što je to bio slučaj sa mečevima u drugoj, pa i završnoj fazi turnira.

Razumljivo je da je poseta u Celju, gde je u prvoj fazi u grupi „C” igrala Slovenija, bila najbolja. Međutim i Jese-

nice su se, kada je poseta u pitanju, pokazale kao dobar izbor. „Podmežakla” arena, inače renovirana i nešto proširena dvorana koja je ljubiteljima sporta iz vremena stare Jugoslavije poznata kao dom hokejaša Jesenica, višestrukog državnog prvaka, nije velelepni sportski objekat. Uostalom, i same Jesenice su industrijski gradić sa manje od 20.000 stanovnika. Ipak, ova sala, kapaciteta 5.500 mesta, pružala je sve neophodne uslove za odigravanje utakmica, a pritom je iz dana u dan bila sve punija. Poneki tehnički nedostatak (vrata svlačionica su bukvalno ispod montažnih tribina, pa gledaoci bezmalo mogu da dodirnu igrače



Jesenice, sportska hala „Podmežakla”

na putu do svlačionice, skučen prostor za miks zonu i salu za konferencije za medije) lakše se prihvati i brzo zaboravi kada se mečevi igraju pred puno publike i u dobroj košarkaškoj atmosferi. Kada se još ima u vidu sjajna podrška koju je reprezentacija Srbije imala u Jesenicama, zahvaljujući našim ljudima koji žive i rade u Sloveniji i okolnim zemljama, ali i navijačima koji su dolazili iz Srbije, utisak o utakmicama u prvoj fazi je više nego povoljan.

Za razliku od Jesenica, atmosfera u drugoj fazi takmičenja bila je uglavnom „pozorišna“, izuzimajući utakmice domaćina i pojedine mečeve koje su igrane Srbija i Hrvatska.

Arena „Stožice“ je zaista prelepa dvorana. Spolja podseća na morsku školjku, iznutra je prostrana i funkcionalna. Sa prostranim hodnicima, komfornim svlačionicama, lepim tribinama, podzemnim prilazom za autobuse koji direktno dovoze ekipe praktično do svlačionica i terena, ova arena sigurno predstavlja jednu od najboljih i najsavremenijih dvorana u Evropi. Ipak, kada u sali kapaciteta 12.500 gledalaca utakmicu Evropskog prvenstva posmatra jedva 1.000 ljudi (a takvih mečeva je bilo podosta), utisak svakako ne može da bude dobar.

Jesenice i Kranjska gora

Srbija je utakmice prve faze takmičenja igrala u Jesenicama, a svih šest ekipa iz grupe „B“ bile su smeštene u Kranjskoj Gori, koja je od Jesenica udaljena dvadesetak kilometara. Jesenice, naime, nemaju dovoljno hotelskih kapaciteta, pa su reprezentacije boravile u poznatom skijaškom centru. Ono što je izazvalo dosta polemike među učesnicima, bila je odluka organizatora da svih šest ekipa boravi u jednom hotelu, iako Kranjska Gora ima bar četiri hotela iste ili slične kategorije. Nešto veća gužva u lobiju hotela „Kompas“, u koji su bez većih problema ulazili svi koji su želeli (novinari, pa čak i navijači), ipak nije pokvarila utisak o uslovima koje je reprezentacija Srbije imala. Osoblje hotela bilo je izuzetno ljubazno i predusretljivo. Lako i brzo smo dobijali sve što je bilo potrebno da tim funkcionise na najbolji način. Od prostrane i komforne sale za masažu i velike sale za sastanke, preko usluge i hrane u restoranu, sve je uticalo da se igrači i stručni štab osećaju kao kod kuće. Sigurno da je ovome



doprinela i odluka da se veliki deo priprema za Evrobasket tokom jula „odradi“ upravo u Kranjskoj Gori i to sa smeštajem u hotelu „Kompas“, tako da se naš tim već unapred „odomaćio“.

Uslovi za trening bili su takođe dobri. Iako je do dvorane „Podmežakla“ u Jesenicama, gde su igrane utakmice, trebalo putovati oko pola sata, uvek je na raspolaganju bila i odlična trenažna dvorana „Vitranc“ u Kranjskoj Gori. Iako ograničenih kapaciteta, Jesenice su bile dobar domaćin prve faze Evrobasketa 2013.

Ljubljana i „Stožice“

Ljubljana je bila domaćin Evrobasketa tokom svih 19 dana koliko je turnir trajao. Počelo je utakmicama grupe „A“ koje su igrane u dvorani „Tivoli“, nastavljeno je u „Stožicama“, koje su bile poprište odigravanja svih 30 utakmica druge faze, kao i za-



Ljubljana, hala „Stožice“

vršnice Šampionata. Što se tiče uslova smeštaja i same dvorane u kojoj su igrane utakmice, sve je bilo na vrhunskom nivou. Hotel „Plaza“, gde je boravilo 11 reprezentacija koje su se plasirale u drugu fazu (Slovenci su iskoristili pravo domaćina da bude smešten u drugom hotelu), nalazi se na pet minuta vožnje od arene „Stožice“, što je ekipama umnogome olakšavalo odlazak na utakmice i treninge. Pomoćna sala za treninge, dvorana „Ježice“, najviše poznata po ženskoj košarci, takođe se nalazi blizu hotela, na samo desetak minuta vožnje. Naša reprezentacija je u nekoliko navrata ipak morala da zakupljuje termine treninga u maloj sali dvorane „Tivoli“, pošto se, kao i na ranijim šampionatima, pojavio problem neadekvatnih termina. U pravljenju rasporeda treninga nije uvek poštovan redosled odigravanja utakmica, pa se dešavalo da naš tim dobije po dva termina od 45 minuta od kojih jedan u ranim jutarnjim časovima, što nije bilo odgovarajuće.

Poseta i ulaznice

Prema podacima organizatora, prosečna poseta na utakmicama u prvoj fazi bila je nešto više od 2.500 gledalaca po meču. Ovaj podatak govori da su utakmice

Evrobasketa u Sloveniji u prvoj fazi bile gledanije nego pre dve godine na Šampionatu u Litvaniji. Ipak, mečevi u Ljubljani nisu doneli očekivanu kulminaciju kada je poseta u pitanju. Razlog za ovo verovatno leži u „politici“ prodaje ulaznica. Iako je prvi put primenjen princip prodaje karata za pojedinačne utakmice, a ne za dnevni program, dvorana „Stožice“ često je bila sablasno prazna. Pojedine federacije unapred su kupovale veliki broj ulaznica za završnicu Šampionata očekujući da se njihove reprezentacije kvalifikuju. Tako je, na primer, Košarkaška federacija Turske kupila ulaznice za drugu i treću fazu u vrednosti od preko 100.000 evra. Kako je njihova reprezentacija eliminisana već u prvoj fazi, veliki broj karata je svakako ostao neiskorišćen iako su druge federacije određeni broj ulaznica otkupile od Turaka. Organizator je pokušao da smanjenjem cene karata u samoj završnici privuče publiku makar na utakmice slovenačke reprezentacije nakon ispadanja u četvrtfinalu, u čemu je samo delimično uspeła. Verovatno je i visoka cena karata u pretprodaji bila razlog za manju posetu od očekivane.

Slovenija

Slovenija je položila ispit kao organizator ovogodišnjeg Evrobasketa. Zemlja od samo dva miliona stanovnika u organizacionom smislu bila je dobar domaćin najboljim evropskim selekcijama. Iako sa ograničenim kapacitetima dvorana i hotela, organizatori Evrobasketa 2013 pružili su našoj, pa i ostalim reprezentacijama veoma dobre uslove smeštaja i takmičenja. Prevoz reprezentacija koji je veoma bitan element organizacije velikog takmičenja funkcionisao je besprekorno uz stalnu policijsku pratnju koja je omogućavala timovima da u najkraćem roku stignu do željenog odredišta.

Još po nešto

Na kraju, treba reći nešto i o formatu, sistemu i pozicijama takmičenja koje FIBA Evropa promovise već če-

tiri godine. Poslednji šampionat sa 16 učesnika bio je onaj u Poljskoj 2009. Od tada je broj timova povećan na 24, zbog promocije i razvoja košarke u zemljama sa slabijom košarkaškom tradicijom. Evrobasket u Litvaniji u tom smislu nije doneo gotovo nikakve rezultate. „Male“ košarkaške nacije nisu igrale zapaženiju ulogu 2011. Ove godine dogodio se mali pomak u tom smislu. Belgija i Letonija su se plasirale u drugu fazu, a Ukrajina, domaćin narednog Šampionata „starog“ kontinenta, osvojila je šesto mesto i obezbedila „vizu“ za Mundobasket u Španiji. Ipak, postavlja se pitanje da li je to pravi put za popularizaciju i razvoj košarke u Evropi. Turnir traje izuzetno dugo, reprezentacije koje se plasiraju u završnicu odigraju čak 11 utakmica, od kojih neke nemaju veliku rezultatsku važnost. Kada se tome doda činjenica da igrači tokom svojih klupskih sezona, u raznim takmičenjima, iza sebe imaju i po 70 mečeva, a da praktično nemaju nikakvu pauzu između angažmana u klubu, priprema i nastupa u reprezentaciji i ponovnog povratka u klub, ovaj sistem postaje još problematičniji. Događa se ono za šta je Evropsko prvenstvo u Sloveniji bilo pravi primer – veliki broj vrhunskih košarkaša ne igra.

Još jednu stvar treba istaći kada su u pitanju pozicije turnira. Ne ulazeći u to da li su pojedine reprezentacije „kalkulisale“ u nekim utakmicama, treba reći da je sistem takmičenja daleko od idealnog. Nije slučajno da se u fudbalu na svim velikim takmičenjima već decenijama sve utakmice poslednjeg kola po grupama igraju u istom terminu. To sprečava svaku vrstu kalkulisanja i daje takmičenju maksimalnu ozbiljnost i kredibilitet. Jasno je da Slovenija nije imala kapacitete da se u isto vreme u različitim dvoranama u Ljubljani igraju po tri, ili čak šest utakmica. Ali, postojala je mogućnost da se u prvim terminima igraju mečevi koji su odlučujući, a u kasnijim oni koji ništa ne odlučuju. Regularnost takmičenja je sigurno važnija od TV prava i prioritetnih termina. Takmičenje koje drži do svoje maksimalne regularnosti uvek će, u perspektivi, postići i više cene televizijskih prava i marketinški opravdati svoj rejting.



Treneri na EP 2013

Prva sedmorica sa promenjivim uspehom

Vensan Kole – Francuska, Jonas Kazlauskas – Litvanija, Huan Antonio Orenga – Španija, Jasmin Repeša – Hrvatska, Božidar Maljković – Slovenija, Vitalij Černij – Ukrajna i Dušan Ivković – Srbija jesu treneri koji su uspeli da svoje selekcije odvedu na Svetsko prvenstvo naredne godine u Španiji. Ova sedmorica je, samim tim, trenerski najuspešnija među 24 tima koja su učestvovala na nedavno okončanom Evropskom šampionatu u Sloveniji. Naravno, među njima ima onih koji su više nego zadovoljni plasmanom svojih timova, ali ima onih koji su i od kojih se više očekivalo.

Trener novog evropskog prvaka i osvajača prve zlatne medalje Vensan Kole sigurno je opravdao očekivanja francuske javnosti, čiji je tim uvek poslednjih godina u vrhu, ali nekako im je uvek nešto nedostajalo za taj poslednji, odlučujući korak. I na prošlom EP u Litvaniji bili su nadomak cilja, ali je tada, ipak, Španija bila prejak i za njih i za sve ostale učesnike. Sada su trikolori vratili dug s kamatom. Mirnim, staloženim vođenjem sa klupe, Kole je sklopio i poslednje kockice francuskog mozaika i preko svoje produžene ruke na terenu Tonija Parkera, velemajestora pod obručima i jedne od retkih svetskih zvezda koja nije otkazala učešće na EP.

Jonas Kazlauskas je sigurno jedan od boljih trenera u Evropi. Stalno pri vrhu, gotovo nikad na njemu. I u klupskoj i u reprezentativnoj košarci, ovom iskusnom stručnjaku stalno nešto nedostaje da bude najbolji. Nekada se na tom putu ispreče srpski treneri, nesumnjivo bolji, nekada njegove sopstvene greške, nekada sreća. U svakom slučaju, velika košarkaška nacija kao što je Litvanija i njen predsednik Sabonis, moraće da nađu formulu za dalja takmičenja ako žele ponovo na sami vrh.

Španski trener Orenga je možda i najrazočaraniji čovek među ovom sedmoricom. Javnost je očekivala još jedno zlato, nastavak sjajnog niza koji furija već nekoliko poslednjih godina pravi, svi su ih proglašavali za glavnog favorita, ali osim bljeska, nažalost baš protiv Srbije, ništa spektakularno i novo nismo videli od Španije. Nedostajali su stariji Gasol i Navaro, ali i bez njih to je na papiru najjači sastav pa je trenerska „zasluga“ za ovakav plasman više nego vidljiva.

Hrvatske godinama nije bilo u završnicama košarkaških prvenstava. Jednostavno, uvek su se razočarani vraćali kući gde su navijačima još uvek u sećanju velikani najpre jugoslovenske a zatim i hrvatske košarke. Sada za to nema razloga. Hrvatska je igrala lepo, efikasno, vezala je puno pobeda u nizu, uvek su znali šta su hteli i bili jako borbeni. Veliku ulogu u svemu tome ima iskusni trener Repeša, koji je najzad i na planu „hemije“ u timu učinio dosta pa je Hrvatska najavila ozbiljan povratak u vrh evropske košarke.

O Boži Maljkoviću se sve zna. Jedan od najboljih trenera u istoriji Evrope ostao je dosledan nekim svojim principima, jako lepo se snašao u Sloveniji, borio se sa otkazima, velikim očekivanjem nacije ali je taj posao odlično odradio. Slovenija nije osvojila medalju, kako su to svi tamo očekivali, ali je igra i odnosom prema nacionalnom dresu, više nego zadovoljila i definitivno okrenula pažnju slovenačke javnosti na košarkaše koji su postali istinski miljenici nacije. Veliki plus za Božu.

Ukrajna se nekako ugurala u ove putnike na SP ali po igrama sasvim zaslužen. Pobili su i Srbiju i tada smo mogli da vidimo da igraju sasvim dobro, moderno i da mogu da se proglase jednim od najprijatnijih iznenađenja šampionata. Trener Černij je više nego dobro odradio svoj posao.

O selektoru Srbije Dušanu Ivkoviću ne treba trošiti mnogo reči. Preuzeo je reprezentaciju kada je niko nije hteo ili smeo, osvojio srebro u Poljskoj, odveo je na SP u Španiji, postavio osnove tima za naredni takmičarski ciklus, borio se protiv okolnosti i novonastalog stanja sportskog duha nacije kao nikada pre. Oprostio se od reprezentacije još pre Slovenije, ali je to saopštio samo najbližim saradnicima. Vodio je tim kao da će ga još dugo, dugo voditi i biti tu. I biće. Na ovaj ili onaj način Duda će uvek biti uz selekciju i sigurno je da će naredni selektor u njemu imati veliku podršku i pomoć. Ako ne formalno, ono neformalno, kroz Savez, prijateljski, kolegijalno. Srbija će igrati na SP u Španiji, sa timom velikih talenata, ali kome će sigurno trebati i par iskusnih igrača, kojih sada nije bilo i onih koji će, nadamo se, biti zdravi tada i to već može da bude ozbiljan tim za Španiju. Novom selektoru sve najbolje, puno sreće, a Dušanu Ivkoviću velika hvala za sve što je učinio za našu košarku.

B. Manojlović



Uspešno leto mladih muških reprezentativnih selekcija

Sedam takmičenja, četiri finala, pet medalja

Sedam takmičenja, četiri finala, pet medalja – učinak je mladih muških reprezentativnih selekcija u toku leta 2013. godine. Više nego dobar rezultat koji je uz promil sreće mogao da bude još bolji, ali bez obzira na sve, kristalno jasno govori da srpska košarka ne mora da brine u godinama koje dolaze. Neki novi klinci su gromoglasno najavili raskošan potencijal, drugi zakucali čak i na vrata seniorske reprezentacije, koja im je donekle i spletom okolnosti, brže nego što su očekivali otvorio Dušan Ivković na putu povratka u budućnost srpske košarke.

Prvi su na veliku pozornicu izašli izabranici selektora Dejana Mijatovića. Mnogi će dugo pamtili njihov poslednji trening pred odlazak na Svetsko prvenstvo u Prag. Kad ih je na centru okupio popularni Džoli i pitao „Ko će biti prvak sveta”, zaorilo se dvoranom „Pionir” – SRBIJA!. Nisu se nažalost naši juniori popeli na najvišu stepenicu pobedničkog postolja, ali i srebrna medalja ima zlatni sjaj. Od njih su bili uspešniji reprezentativci SAD. Ne možemo reći bolji, pogotovo ne talentovaniji. Bili Donovan i Šaka Smart više od godinu dana tražili su širom Amerike 12 atleta koji će moći da igraju najžešći mogući presing po celom terenu bukvalno po 40 minuta. Takvim stilom su svima na prvenstvu u Češkoj ubacivali lagano preko 100 poena i pobeđivali prosečno sa više od 50 poena razlike. Sa Srbijom su se mučili, bili nervozni što je rezultat i posle 35 minuta finala bio u egalu.

– Samo je Srbiju bilo nemoguće skautirati! Ti mladi momci su sirovi talenti koji su nam, odličnom taktikom kolege Mijatovića, timskom igrom, disciplinom, improvizacijom i kreacijom jedini parirali – priznao je Bili Donovan, dvostruki NCAA šampion sa Univerziteta Florida.

Kapiten U19 selekcije Srbije Vasilije Micić izabran je u idealnu petorku šampionata, a zajedno sa pomoćnim trenerom Đorđem Adžićem bio učesnik Evropskog prvenstva u Sloveniji.

– U ovoj generaciji sigurno ima još igrača koji će već na sledećim takmičenjima biti u našem najboljem timu. Treba im samo obezbediti ambijent i uslove u kojima će se razvijati i još više napredovati – jasan je Dejan Mijatović, koji tvrdi da od generacija mladih igrača rođenih između 1992. i 1997. zavisi sudbina srpske košarke u naredne dve decenije.



Potvrda reči Dejana Mijatovića je veliki uspeh naše najmlađe selekcije. Pod dirigentskog palicom Vanje Guše, srpski kadeti su ovog leta osvojili dve medalje, a pri tom su se kvalifikovali na Svetsko U17 prvenstvo, koje će se sledeće godine održati u Ujedinjenim Arapskim Emiratima. Na Olimpijskom festivalu mladih (EYOF) u Utrehtu osvojili su zlatnu, a na Evropskom prvenstvu u Ukrajini srebrnu medalju. Odigrali su nekoliko gotovo perfektnih utakmica, a u finalnom meču protiv Španije poraženi su tek u poslednjim sekundama produžetka. Po izboru svih selektora Stefan Peno je proglašen za MVP-ija šampionata, dok mu je društvo u idealnoj petorki pravio Miloš Glišić.

Juniorska selekcija zauzela je šesto mesto na Evropskom prvenstvu u Letoniji, što je u datim okolnostima rezultat za svaki respekt. Selektor naše U18 reprezentacije Aleksandar Bućan već na prvom okupljanju bio je suočen sa velikim problemima. Zbog povreda nije mogao da računa na sedam reprezentativaca koji su bili planirani da budu nosioci igre. Bućan i njegov Stručni štab nije tražio nikakav alibi, krenuli su sa žestokim radom, ostvarili sve trijumfe u pripremnom periodu u kojem su osvojili prva mesta i na veoma jakim turnirima u Saragosi i Boru. Na šampionatu u Rigi igrali su sve bolje kako je turnir odmičao, a najbolje igre pružili su u drugoj fazi, kad su rivale pobeđivali u proseku sa 30 poena razlike. U najvažnijem

meču na šampionatu, četvrtfinalnom duelu protiv Turske (67:71) najsitnije nijanse su bile na strani rivala, koji je kasnije stigao do titule šampiona Evrope.

Mlada reprezentacija na čijem čelu je bio Vlada Jovanović završila je šampionat u Talinu sa šest uzastopnih trijumfa. Međutim, tri startna poraza od Litvanije, Grčke i Ne-

U16 selekcija

Selektor: Vanja Guša

EP (KIJEV): srebrna medalja

EYOF (UTREHT): zlatna medalja

U18 selekcija

Selektor: Aleksandar Bučan

EP (RIGA) – šesto mesto

U19 selekcija

Selektor: Dejan Mijatović

SP (PRAG) – srebrna medalja

U20 selekcija

Selektor: Vlada Jovanović

EP (TALIN) – 13. mesto

Univerzitetska selekcija

Selektor: Oliver Popović

Univerzijada (KAZANJ) – bronzana medalja

Mediterranske igre (MERSIN) – srebrna medalja

mačke odredili su dalju sudbinu naše selekcije na ovom prvenstvu. U svakom od tih duela naš tim je bio bolji rival, imao dvocifrenu prednost tokom meča, ali je gubio kontrolu u poslednjim minutima i ostajao bez bodova u neizvesnim završnicama. Usledio je pomenuti niz pobeda, ali to je bilo samo dovoljno za 13. poziciju, iako su se svi složili da naš tim vredi i zaslužuje mnogo više. Tako je mislio i selektor seniorske reprezentacije Dušan Ivković, koji je iz U20 selekcije na pripreme ubrzo pozvao Luku Mitrovića, a Nemanju Krstića poveo na Evropsko prvenstvo u Sloveniju.

Univerzitetska selekcija nije nastavila zlatni niz koji je započeo u Beogradu 2009, a nastavi-



vljen u Šenženu pre dve godine, ali je i ovog leta nastavlja žetvu medalja. Selektor Oliver Popović u veoma kratkom periodu morao je da uigra i pripremi tim za dva takmičenja, iako nije mogao da računa na sve igrače koje je planirao. Na Mediteranskim igrama u Mersinu srpski akademci su rutinski stigli do finala, gde su pružili veoma snažan otpor domaćinu Turskoj, koja je na ovom turniru nastupila sa pet seniorskih reprezentativaca. Još bolje igre izabranici selektora Popovića na Univerzijadi u Kazanju. Rušili su sve pred sobom do polufinala i okršaja sa Australijom. Još uvek se prepričava sudijska nepravda koja je na tom susretu naneta našem timu. Ipak, u borbi za bronzanu medalju Srbija je savladala Kanadu (87:74) i stigla do mesta na pobjedničkom postolju. I Univerzitetska selekcija je dala svoj doprinos našoj najboljoj selekciji. Članovi ovog tima Đorđe Gagić i Nikola Kalinić imali su važnu ulogu na Evropskom prvenstvu u Sloveniji čime je samo nastavljen davno uspostavljeni put, prema krajnjem cilju svih mlađih selekcija – stvaranju igrača za seniorsku reprezentaciju.

Lj. Masal



Godina ženske košarke u Srbiji

Seniorke u polufinalu EP, juniorke do bronze

Ovo je definitivno bila godina ženske košarke u Srbiji. Godina u kojoj su postignuti najbolji rezultati u poslednje dve decenije – stavljajući tačku na reprezentativno leto, ocenila je nedavno Ana Joković, potpredsednica KSS zadužena za žensku košarku.

Naravno, nije preterala. Ovo je zaista bila istorijska godina za žensku košarku u Srbiji. Jesmo u prošlosti, posebno u prvoj dekadi drugog milenijuma, često osvajali medalje u mlađim kategorijama. Ali, na polufinale na EP seniorki čekalo se ravno 22 godine. Na plasman na Svetsko prvenstvo čitavih 12 godina.

Zato je četvrto mesto na Šampionatu Evrope u Francuskoj zaista istorijski rezultat i baš tako je krenulo ovo žensko košarkaško leto.

U analizi učinjenog na kontinentalnom Šampionatu, Marina Maljković, selektorka našeg tima, naglasila je:



– Ispred nas su bile samo Turska, Španija i Francuska. To su savezi i države koje duži niz godina ulažu u žensku košarku. Zato moramo da budemo realni. Najviše smo srećni zbog imidža koji smo napravili. Puno nam je srce, jer devojčice ponovo tapkaju loptom na igralištima, čak i dečaci koji igraju košarku sa njima, pominju neke naše reprezentativke.

Naša selekcija je pred Evropsko prvenstvo važila za autsajdera, a vratila se kao četvrti najbolji tim na Starom kontinentu. To nije njen krajnji domet, smatra selektorka.

– Ovaj tim može da dogura veoma daleko. Munjevito se plasirao na Evropsko prvenstvo, bez 4-5 standardnih igračica, ogromnim radom i energijom došao do tog četvrtog mesta, prikazao vrlo kvalitetnu košarku, fanatičnu borbenost, veliku energiju koju svi uzimaju za primer. Ovaj tim i ove devojke Srbija mora da čuva. Ništa ovo ne bih pričala da ne mislim da u nekom narednom periodu, do Olimpijskih igara 2016, one ne mogu da prave ozbiljne rezultate.

Kako je počelo, tako se i završilo. Istorijskim rezultatom. Juniorke su na Evropskom prvenstvu u Hrvatskoj osvojile bronzu. Umeli smo mi i bolje u prošlosti. Ali, način na koji je osvojena ta medalja – pogotkom u poslednjoj sekundi Dragane Stanković – čini je specijalnom. To, kao i podrška koju je naš tim imao tokom šampionata u Vukovaru i Vinkovcima.

Zato Zoran Kovačić, selektor te selekcije, sa mnogo emocija priča o tom takmičenju.

– Nikad u životu to nisam doživeo. Učestvovao sam na mnogo velikih takmičenja, ali ono što smo doživeli u Vukovaru, to se ne može zaboraviti. Nismo mogli da prođemo ulicom a da nas neko ne zaustavi. Od dece, od

Tir: Zlato pred 3.000 navijača



Zoran Tir, koji je vodio kadetsku selekciju na Šampionatu u Portugalu, ostvareni uspeh ocenio je kao odličan. Posebno jer je zlatna medalja osvojena pred 3.000 navijača domaćeg tima.

– Ove devojčice su retko kad igrale pred više od 100 gledalaca, a za zlatnu medalju su igrale protiv selekcije koja je imala podršku od čak 3.000 navijača. Najvažnije je da smo izborili povratak u elitnu diviziju, što me čini veoma srećnim i zbog čega dugujem veliku zahvalnost svim igračicama i kompletnom stručnom štabu. Dva meseca smo naporno radili i sasvim zasluženog stigili do zacrtanog cilja.

Kovačić: Nedostajalo sedam dana

Vraćajući film na Svetsko prvenstvo juniorki, selektor te selekcije Zoran Kovačić je rekao:

– Počeli smo šampionat trijumfom protiv Južne Koreje, završili ga u bedljivom pobedom protiv Litvanije.

Nažalost, između ta dva meča doživeli smo šest poraza, što je rezultiralo 11. mestom. Nije nas bilo na svetskim prvenstvima šest godina, tako da možemo da budemo donekle zadovoljni. Bilo je vidljivo da nismo bili kompletni tokom pripremnog perioda, da nam je nedostajalo barem sedam dana zajedničkog rada. Na većini utakmica igrачice su bile stegnute, igrale u grču, bile daleko od realnog maksimuma.



četiri–pet godina, do baka i deka. Kažu da će u narednih 15 godina živeti od ovoga našeg uspeha. Stariji sam trener, pa sam možda malo i popustio, ali posle svake utakmice su mi potekle suze.

U analizi učinjenog, Kovačić je rekao da je bronzana medalja sasvim zasluženno pripala Srbiji:

– Otišli smo na Prvenstvo skupljajući se iz dva puta. Aleksandra Crvendakić, Sanja Mandić i ja učestvovali smo na Svetskom prvenstvu do 19 godina, vratili smo se posle tog dosta slabog rezultata i loših partija. Trebalo je relaksirati se i vratiti se u normalan tok. Uspeli smo. Želeo bih da se zahvalim i svojim saradnicima Milkamu Mrđi i Dejanu Popoviću, koji su za vreme mog odsustva maksimalno odradili sve ono što smo prevideli.

Uz podsećanje da je osnovni cilj bio plasman u četvrtfinale i izbegavanje borbe za opstanak, Kovačić je nastavio:

– U prvoj fazi smo pobedili sve. Istina, teško, ali te utakmice su poslužile za uigravanje Sanje Mandić i Aleksandre Crvendakić sa ostatkom ekipe. U drugom delu smo bili svesni da nam je dovoljna jedna pobeda da obezbedimo mesto među osam. To smo uradili odmah u

prvoj utakmici, kada smo pobedili Sloveniju. Posle smo izgubili od Francuske i dosta nesrećno od Italije, ali nam taj poraz nije predstavljao ništa. U četvrtfinalu smo udarili na moćnu Rusiju i to je sigurno bila najbolja utakmica ove generacije. U polufinalu protiv Francuske smo oštećeni. Posebno u poslednje 22 sekunde. To je bila sudijska krađa, s pravom je ogorčen iskusni Čivija.

Prekaljeni trenerski vuk je priznao da je noć pred utakmicu za treće mesto bila besana:

– Noć pred utakmicu za treće mesto, ni igrачice, niti mi iz stručnog štaba, nismo spavali. Čoveku je krivo kada mu neko nešto otme. Međutim, ekipa je pronašla snage i izvukla i više nego što je tog trenutka mogla da uradi. Tako smo dobili tu utakmicu. Jeste da je to bilo sretno, ali nekada je i sreća potrebna da biste pobedili – poručio je Kovačić.

Između dva velika uspeha, mlađe selekcije Srbije su učestvovala na još tri takmičenja. Mlada selekcija (do 20 godina) na Evropskom prvenstvu u Turskoj osvojila je sedmo mesto, juniorke (do 19 godina) bile su 11. na Svetskom prvenstvu u Litvaniji, dok su kadetkinje (do 16 godina) osvojile zlatno na Evropskom prvenstvu „B” divizije i vratile se u društvo najboljih.

Biljana Kostreš

Varagić zadovoljan

Iako svestan da je nedostajalo malo sreće da ekipa ostvari i bolji rezultat, Radenko Vargić, selektor mladih, bio je zadovoljan prikazanim na Šampionatu u Samsunu:

– Devojke su pružile svoj maksimum, što je činjenica kojom moramo biti zadovoljni. Možda smo mogli bolje da smo bili u potpunom sastavu i da se kalendari Evropskog i Svetskog prvenstva nisu preklapali. Devojke

su pokazale da su talentovane, da imaju potencijal i kvalitet, kao i da se na njih može računati u budućnosti.





KK Partizan

Do uspeha – iz početka



vako ko poznaje sport, zna da je veliki problem biti bez igrača, ali je isto toliko teško priključivanje novih imena timu koji je već izgradio konture i principe.

Ovako je Duško Vujošević opisao zadatak pred kojim se našao i ovog leta, kao i svih prethodnih kada su najbolji igrači Partizana odlazili u potragu za finansijskim „boljim sutra“ nakon što su se osigurali „košarkaški“. Ovoga puta, klub je prodao kapitena Lučića, dok na Bertansa ne može da računa do Nove godine. Prekinuta je saradnja i sa Gordićem, Đekićem i Čakarevićem, što znači da je u crno-beli sistem bilo potrebno uklopiti petoricu novih igrača. Došla su četvorica, Andrić je priključen iz juniorskog tima, a Šalić, Dalo, Bezbradica i Kinsi momci koji se prvi put susreću sa paklenim treninzima Parnog valjka.

I sve je to bilo potrebno uklopiti, bez reprezentativaca Gagića, Bogdanovića i Lovernja. A vreme je isticalo...

– Uvek počinjemo sa sličnim problemima, sve mi se to čini kao Sizifov posao. Da guramo kamen, izguramo ga do vrha, a kada počne nova sezona, kamen je ponovo na dnu. Pored njega stojim ja sa saradnicima. I onda krećemo ponovo da ga guramo, ali uvek sa ljubavlju. Bez obzira na to koliko se tim menjao, ostaje prepoznatljiva nota u igri. Isti sistem, isti zvuk. Vrlo brzo ćemo i ovde proizvesti ton koji se svima sviđa. Normalno, biće nam potrebno vreme. Ali, navikli smo na to da ne plivamo u idealnim uslovima, u mirnoj i toploj vodi – poručio je Vujošević.

Osim talenta i mladalačkog poleta, prošlosezonski crno-beli tim je odisao vrlinom koja svaki kolektiv čini višestruko boljim – odličnom atmosferom. Trener Partizana je takođe apostrofirao važnost pobjedničkog ambijenta.

– Rekao sam igračima pred pripremne utakmice u Španiji da ćemo morati da pravimo dobru atmosferu, jer



bez nje nema ni rezultata, bez obzira na kvalitet i potencijal tima. Opet smo napravili sastav koji je po meni veoma perspektivan, koji je kroz poraze morao da stvara atmosferu i igru. Potrebno je strpljenje i razumevanje, jer ovaj tim će u jednom trenutku postići maksimum, kao i svih godina. Partizan ima prepoznatljiv glas i stil, kao Hor bečkih dečaka. Članovi se menjaju, ali glas ostaje isti.

A Vujoševićev hor je ponovo podmlađen, iako je prošle sezone bio najmlađi u Evroligi i ABA ligi. Sada je prosečna starost 21 godina (Andrić 19, Dalo 19, Lovernja 22, Milutinov 18, Vesterman 21, Milosavljević 24, Bog-



danović 21, Gagić 21, Musli 22, Šalić 18, Bezbradica 20, Kinsi 29, plus Bertans 20).

– Ponovo krećemo sa mladim timom. Meni je žao što zbog materijalne situacije nismo mogli da zadržimo Lučića i što se Bertans povredio. Obojica su krilni igrači. Kinsija smo doveli kao iskusnog košarkaša na tu poziciju, ali nije njegova obaveza da nadoknadi odsustvo ove dvojice momaka, već je potrebno da cela ekipa ispunjavanjem svog dela posla prihvati obaveze koje su ti ljudi obavljali i kompenzuje njihov nedostatak. U delikatnoj smo situaciji i kada je u pitanju povratak Lovernja, Bogdanovića i Gagića. Oni se tek priključuju, a 6. septembra već igramo prvi meč sa Igokeom. Trenutno je tu 13 momaka, nedostaje nam još igrač, ili dvojica, jedan spoljni, jedan pod košem. Kada bi se našli oni koji se uklapaju u ovaj koncept, a da ne koštaju previše, da su perspektivni, a da nisu ego-manijaci, mnogo bi nam značili. Čak bi nam bili neophodni, posebno na broj utakmica i putovanja koji nas ove godine čekaju.

Putovanja su najdalja, naravno, u Evroligi. Od Moskve, preko Istanbula i Kijeva, do Pariza i Barselone. Evropu će Partizan preći uzduž i popreko da bi se sudario sa Fenerbahçeom, Barcelonom, CSKA, Budivelnikom i Nanterom.

– Unutar ove grupe postoji posebna grupa u kojoj se nalazimo Nanter, Budivelnik i mi. Tu će biti borba za mesto koje vodi u Top 16. Naravno, bićemo maksimalno motivisani na svakoj utakmici kao da nam je poslednja, ali u mečevima protiv tih klubova moramo da tražimo

Vredna španska lekcija

Partizan je deset dana priprema proveo u Španiji, gde je odigrao čak šest utakmica protiv veoma jakih protivnika – Kahasola, Mursije, Unikahe, Reala, Lokomotive i Gran Kanarije. Zabeležio je samo jednu pobedu, ali...

– Španskom turnejom sam zadovoljan. Otišli smo u nekompletnom sastavu, sa Muslijem koji je rekonvalescent posle povrede, dok Milutinov ima težu upalu skakačkog kolena, nije odradio nijedan trening, ni utakmicu. Igrali smo protiv dobrih španskih ekipa. Osim te prve utakmice kada smo tek došli, na svim ostalim smo bili više nego ravnopravni. Dužina klupe je učinila da rezultatski ne prođemo bolje. Ali, nama nije cilj da budemo šampioni pripremnog perioda. Utakmice protiv timova iz lige u kojoj se igra najbrža i najkvalitetnija košarka mnogo su nam značili. Jer, ko hoće da bude šampion, mora da trči sa šampionima.

šansu. Svi se pojačavaju, ne moram da pričam o ambicijama, budžetima i stručnim štabovima CSKA, Barselone i Fenerbahčea. Ali, svi oni će morati dobro da se potrude i zasluže eventualne pobeđe protiv Partizana – javio je Vujošević nove spektakle u Pioniru i Areni.

Biće ovo još jedna uzbudljiva sezona.

Milun Nešović



Orlando Tubi Smit

Kentakijev „napad 40“ na odbranu čovjek na čovjeka



Orlando Tubi Smit trenirao je univerzitet Teulsa, Džordžija, Kentaki, Minesotu i Teksas Teč. Glavni trener univerziteta Kentaki je od 1997. do 2007. godine.

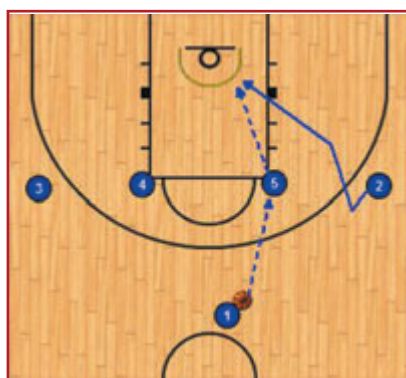
Trener Smit je vodio Kentucky do NCAA titule u svojoj prvoj sezoni sa njima. 2000. godine bio je pomoćni trener muškog nacionalnog tima USA koji je osvojio zlatnu medalju na Olimpijskim igrama u Sidneju. Smit koji je biran za trenera godine 1998. i 2003. godine, Impresivan je njegov učinak sa Kentakijem sa više od 70 procenata pobjeda i odnosom pobjeda i poraza od 263:83, kao i više njegovih rekorda kao 16-0 u regularnoj sezoni 2003, što je rekord Konferencije.

Košarka na Kentaki univerzitetu više je od sporta. Ona čini veliki deo života svih koji rade i prate univerzi-

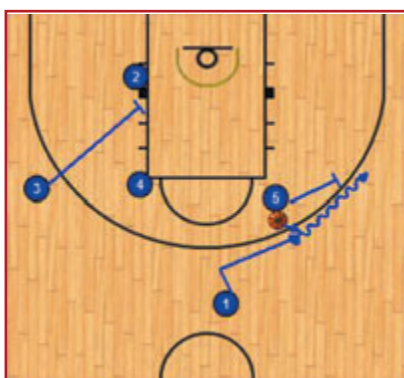
tet, a ujedno i većine stanovnika Kentakija. Kentaki je bio dom legendarnog trenera Adolfa „Baron“ Rupa, čije ime nosi sala sa 23.000 mesta. Trener Rup vodio je Univerzitet Kentaki 42 sezone, osvajajući četiri NCAA šampionata tokom svoje karijere.

Kada stupite na teren Univerziteta Kentaki, da bi trenirali ili odigrali utakmicu, imate poseban osećaj da postajete deo jednog od najkvalitetnijih programa u USA. Zastave koje su okačene za konstrukciju Rup arene slave osvajanje sedam NCAA šampionata. One su tu da neprestano podsećaju na Kentakijevih 100 godina košarkaške istorije i šta ona znači u treningu i utakmici za Univerzitet Kentaki.

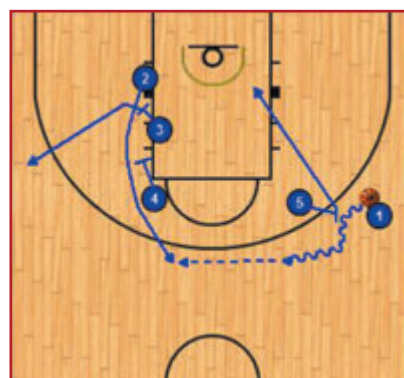
Želio bih da objasnim jedan naš postavljeni napad koji mi zovemo sistem „40“. Ovo je sistem akcija protiv



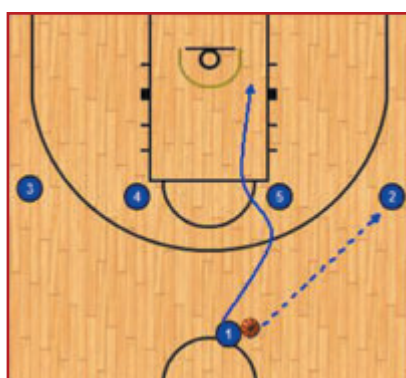
DIJAGRAM 1



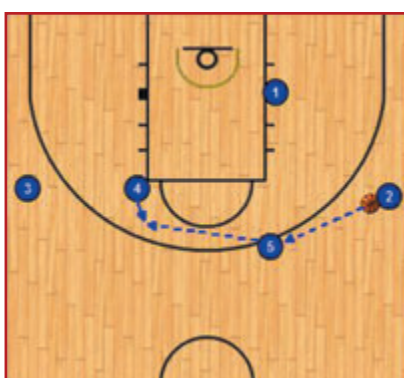
DIJAGRAM 2



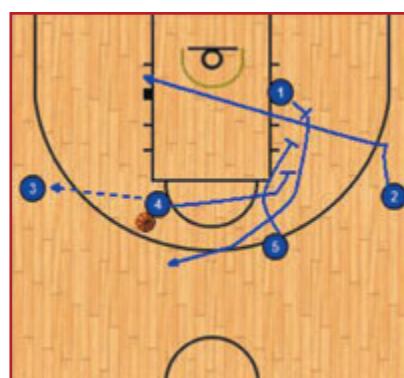
DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 4



DIJAGRAM 5



DIJAGRAM 6

odbrane čovjek na čovjeka koji mi koristimo kada imamo brze šutere sa distance. Ovaj system igre omogućava ubacivanje na post pozicije kako unutrašnjih igrača tako i bekova. Lepota ovih akcija je da kada uočimo razliku između odbrambenog igrača i napadača u kvalitetu, ovaj sistem nam dozvoljava da brzo iskoristimo slabost odbrambenog igrača.

Napad 40

Osnovna početna postavka je jedan četiri, sa dvojicom postova na visokim pozicijama, igrača 4 i 5, postavljenim na krajeve linije slobodnih bacanja, dva bočna igrača, 2 i 3 i plemejkerom igračem 1. Igrač 1 započinje igru dodavanjem lopte jednom od post igrača, u ovom slučaju igrač 5. Čim igrač 5 primi loptu, igrač 2 fintira da ide prema lopti i onda utrčava iza leđa da primi loptu od igrača 5 (dijagram 1).

Ako igrač 2 ne primi loptu, nastavlja sa utrčavanjem i istrčava na ivicu reketa na slaboj strani. Igrač 1 utrčava oko igrača 5 i prima loptu uručivanjem od igrača 5. Igrač 5 onda postavlja blok na loptu za igrača 1. Istovremeno igrač 3 postavlja blok za igrača 2 (dijagram 2)

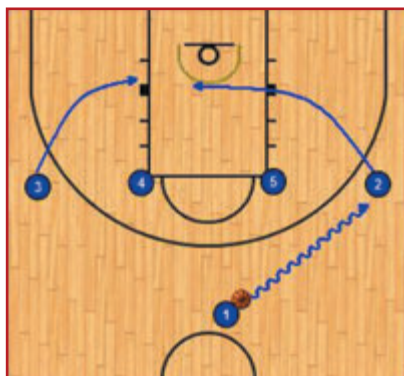
Posle blokade od strane igrača 3, igrač 2 istrčava da primi loptu pored sledećeg bloka od igrača 4 (uzastopna blokada). Igrač 2 može primiti loptu od igrača 1 šutirati (dijagram 3). Ostale mogućnosti:

- Igrač 1 može dodati igraču 5 koji se demarkira prema košu posle blokade na loptu
- Igrač 2 može dodati igraču 3, koji izlazi napolje u bočnu poziciju nakon bloka
- Igrač 2 može dodati igraču 4, koji se spušta prema košu posle bloka za igrača 2.

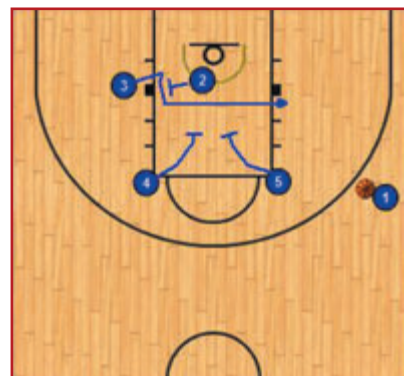
Napad 41

Igrač 1 dodaje do igrača 2 koji je na bočnoj poziciji i izvodi „UCLA“ utrčavanje unutra i uspostavlja igru na niskoj post poziciji (dijagram 4)

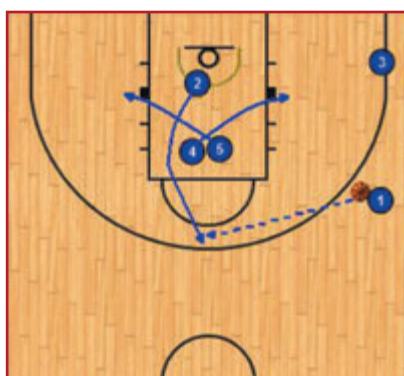
Igrač 2 dodaje igraču 5 koji izlazi iz reketa, a igrač 5 dodaje loptu dalje do igrača 4 (dijagram 5).



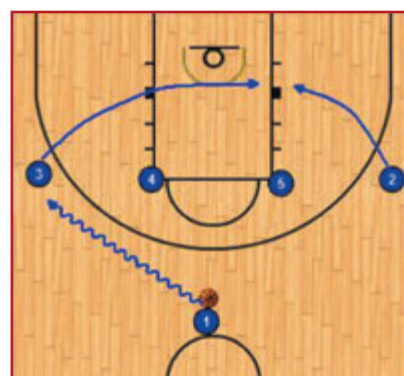
DIJAGRAM 7



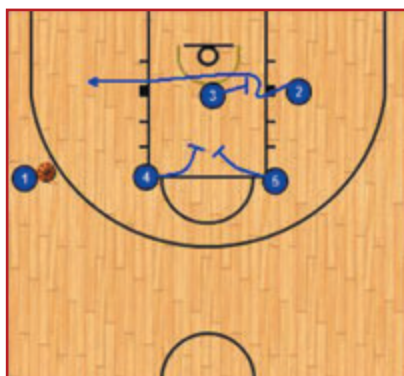
DIJAGRAM 8



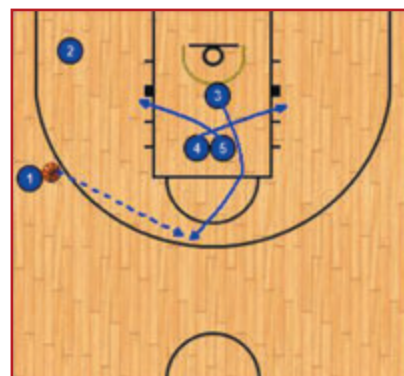
DIJAGRAM 9



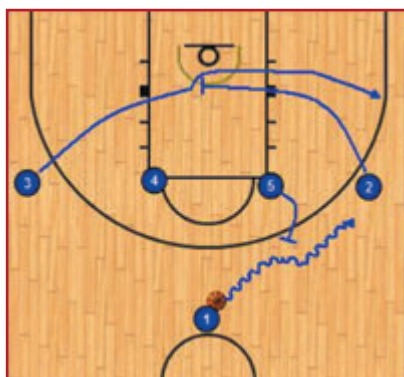
DIJAGRAM 10



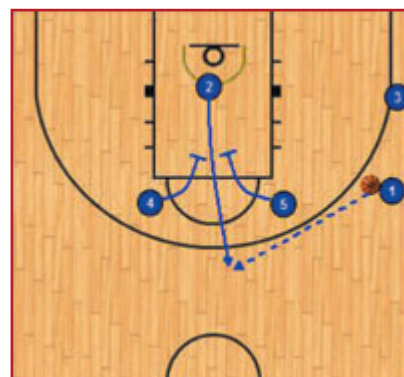
DIJAGRAM 11



DIJAGRAM 12

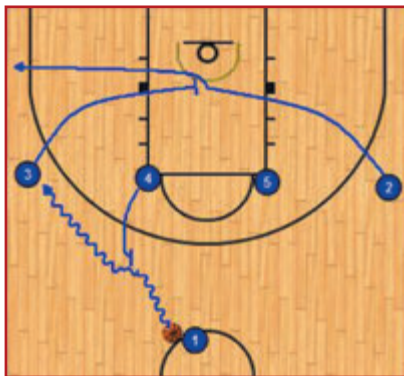


DIJAGRAM 13

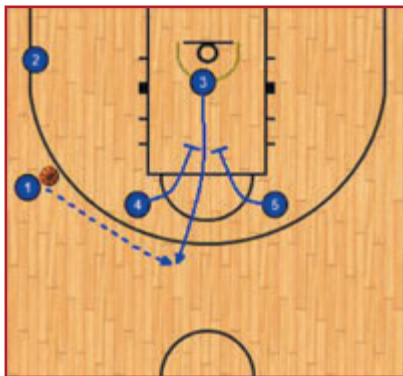


DIJAGRAM 14

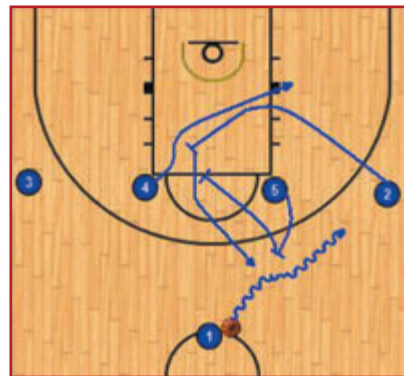
Igrač 3 se demarkira i prima loptu od igrača 4. Igrač 1 postavlja fleks blokadu za igrača 2, a onda igrač 1 prima uzastopni blok, prvu od igrača 5, a drugu od igrača 4.



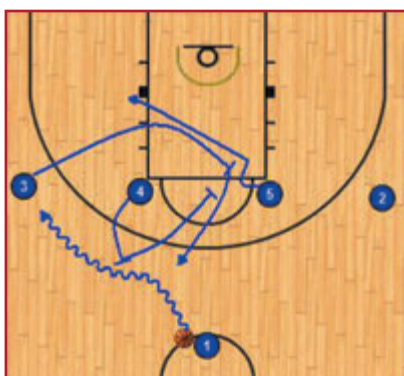
DIJAGRAM 15



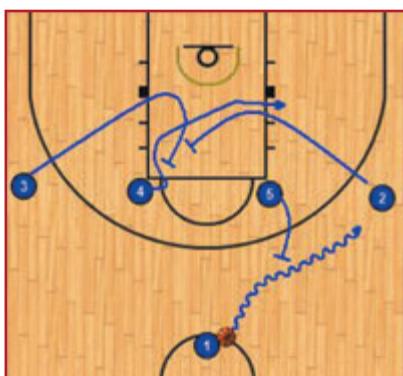
DIJAGRAM 16



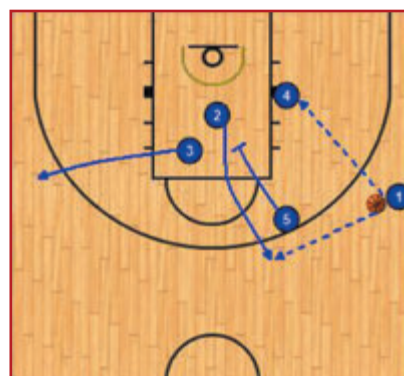
DIJAGRAM 17



DIJAGRAM 18



DIJAGRAM 19



DIJAGRAM 20

Mogućnosti: Igrač 3 može da doda do igrača 2, koji utrčava u reket na stranu lopte ili igrač 1, koji izlazi napolje posle uzastopne blokade ili do igrača 4 i 5, koji se otvaraju prema lopti poslije blokade (dijagram 6).

Napad 42

Igrač 1 dribla loptu ka igraču 2 koji je na boku, a igrač 2 utrčava u reket dok je igrač 3 na poziciju niskog posta. Igrač 5 traži loptu da bi zadržao na sebi odbrambenog igrača koji ga čuva (dijagram 7).

Igrač 2 postavlja blokadu za igrača 3. Igrač 3 u startu traži brzo postavljanje na postu, a onda izlazi u ugao. Igrač 1 može da doda igraču 3 u poziciju niskog posta (dijagram 8).

Igrači 4 i 5 postavljaju dupli blok za igrača 2 (blok blokeru) koji izlazi u prostor linije slobodnih bacanja, prima loptu od igrača 1 i pokušava da šutne.

Posle duple blokade, igrači 4 i 5 međusobno ukrštaju i idu na suprotne strane na niske post pozicije. Igrač 1 može da doda loptu niskom postu na svojoj strani, u ovom slučaju igraču 4 (dijagram 9).

Napomena: Ako postoji jak pritisak na loptu, igrač 1 takođe može navesti igrača koji ga čuva na blokove od strane igrača 4 i 5 pre nego što akcija započne.

Napad 43

Ovo je ista akcija kao i „42” ali urađena sa suprotne strane za igrača 3 (dijagram 10, 11 i 12).

Napad 42 PINCH

Igrač 5 postavlja blok na lopti za igrača 1, koji dribla prema igraču 2. Igrač 2 utrčava u reket i postavlja blok za igrača 3, kao u prethodnoj akciji (dijagram 13). Igrači 4 i 5 postavljaju duplu blokadu za igrača 2. Igrač 2 u ovoj akciji ne protrčava oko blokade, nego protrčava između igrača 4 i 5, koji blokiraju odbrambenog igrača koji čuva igrača 2. Igrač 1 dodaje do igrača 2 koji ide na šut (dijagram 14).

Napad 43 PINCH

Ovo je ista akcija kao i „42” pinch, ali se izvodi na suprotnoj strani za igrača 3 (dijagram 15 i 16).

Napad 44

Igrač 1 prolazi pored blokade igrača 5 i dribla prema igraču 2. Igrač 2 utrčava u reket i postavlja lednu blokadu za igrača 4, koji ide u prostor niskog posta. Igrač 5, posle bloka za igrača 1, postavlja donju blokadu za igrača 2 (blok blokeru). Igrač 2 izlazi pored bloka i prima pas od igrača 1. Igrač 1 može takođe dodati do igrača 4 koji je u prostoru niskog posta ili do igrača 5, koji se otvara prema lopti posle blokade (dijagram 17).

Napad 45

Ovo je ista akcija kao i „44”, ali se izvodi sa suprotne strane za igrača 3 (dijagram 18).

Napad 46

Igrač 1 prolazi pored blokade igrača 5 i dribla prema igraču 2. Igrač 3 utrčava u reket i postavlja prvi leđni blok za igrača 4. Igrač 2 potom postavlja sledeći leđni blok za igrača 4 (uzastopna leđna blokada). Posle blokade igrač 4 odlazi u prostor niskog posta tražeći loptu (dijagram 19).

Igrač 3 istrčava na bok, a igrač 5 postavlja donju blokadu za igrača 2 (blok blokeru). Posle bloka, igrač 5 izlazi van i ide ka levom uglu reketa. Igrač 1 može da doda igraču 4, koji je na niskoj post poziciji, ili igračima 2 i 5 koji se otvaraju (dijagram 20).

Napad 47

Ovo je ista akcija kao i „46”, ali se izvodi na suprotnoj strani terena za igrača 5 (dijagram 21 i 22).

Napad 48

Igrač 1 prolazi pored bloka igrača 5 i dribla prema igraču 2, koji je na boku. Igrač 2 utrčava u reket i postavlja blok za igrača 3 koji utrčava i istrčava na bočnu poziciju (dijagram 23). Igrač 2 nastavlja sa utrčavanjem i postavlja leđni blok, prvo za igrača 4, onda leđni blok za

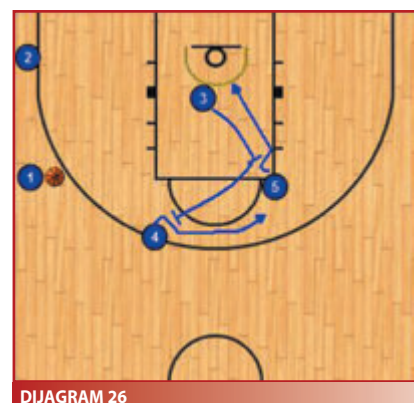
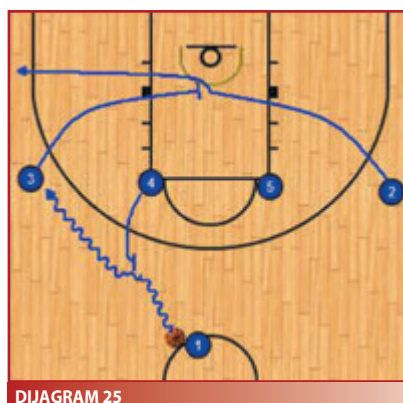
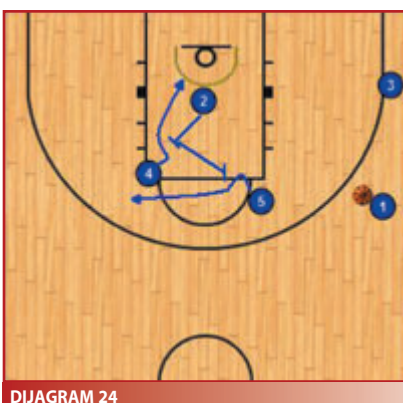
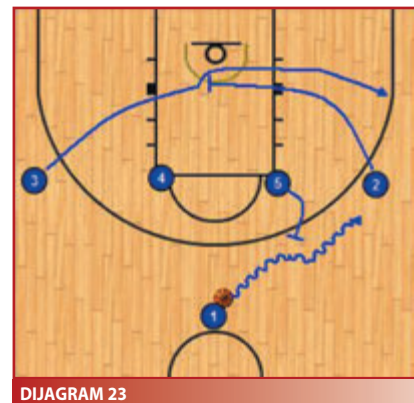
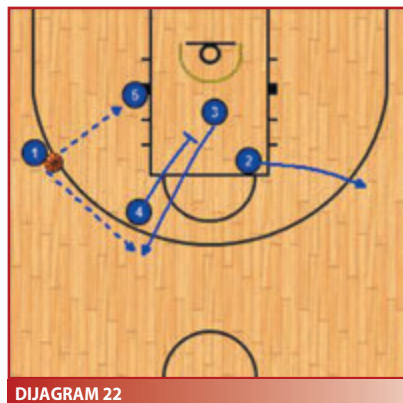
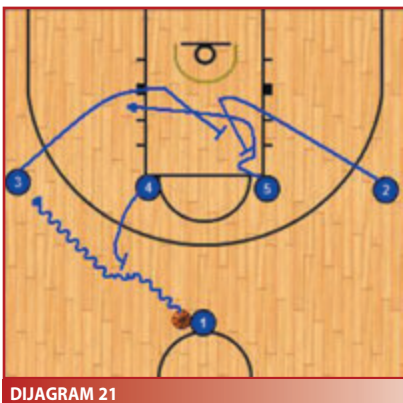


igrača 5. Igrač 1 pokušava da izvede lob pas do igrača 4 ili igrača 5 (dijagram 24).

Napad 49

Ovo je ista akcija kao „48”, ali se izvodi na suprotnoj strani terena (dijagram 25 i 26).

Pripremio: **Marko Mrđen**, viši košarkaški trener



Dr Ana Vesković, predavanje sa BCB 2013.



Psihološka priprema igrača

nije retko čuti komentar da je igrač izgubio loptu zato što nije bio dovoljno koncentrisan, da je promašio koš zato što mu je „zadrhtala ruka“, ili da je ekipa izgubila utakmicu zato što igrači nisu bili dovoljno motivisani ili borbeni. U našoj sredini, nije neobično da se na psihološku pripremljenost češće poziva nakon izgubljene nego nakon dobijene utakmice. Naime, postoji mogućnost da nedovoljna psihološka pripremljenost posluži kao izgovor za lošu igru. Međutim, istina je da svi igrači uključujući i početnike i profesionalne i igrača vrhunskog ranga, primenjuju neki od vidova psihološke pripreme kako bi odgovorili trenažnim opterećenjima i kako bi na utakmicama postigli svoj maksimum.

Osnovna svrha psihološke pripreme jeste da se kroz učestvovanje u sportu podstakne opšti psihosocijalni razvoj kao i da se razviju osobine ličnosti, sposobnosti i veštine koje su značajni faktori postizanja sportskih rezultata. Može se govoriti o dva opšta cilja psihološke pripreme koji su usmereni na podsticanje ličnog razvoja sportista. Prvi cilj usmeren je na povećavanje verovatnoće da kroz sport igrači primene, razviju i ostvare svoje potencijale. Drugi cilj jeste da igrači razviju mentalne veštine i mentalnu otpornost (tzv. rezilijentnost), koji su ključni u suočavanju sa pritiskom, neizostavnom pratioču savremene košarke. Ispunjavanjem ovih ciljeva povećava se verovatnoća postizanja boljeg izvođenja koje je najčešće objektivno merljiv, kroz postignuti rezultat.

U našoj sredini još uvek nije dovoljno razvijena svest o potrebi i o prednostima uključivanja psihologa u proces psihološke pripreme. Može se čuti stav da je trener najbolji psiholog i da psiholog kao stručnjak u sportu nije potreban. Brojni razlozi mogu biti u osnovi ovakvog stava, a najčešći su: nedovoljna informisanost o postupcima, aspektima i nameni psihološke pripreme koju vodi psiholog; postojanje predrasuda i/ili strahova koji se temelje na pogrešnim činjenicama a koji se najčešće iskazuju rečenicom „Nisam lud, ne treba mi psiholog“; ograničeno iskustvo saradnje sa sportskim psiholozima, kojih je još uvek malo u našoj sredini. Značajno je istaći da uloge trenera i psihologa u psihološkoj pripremi sportista nisu suprotstavljane i ne isključuju jedna drugu, već su

komplementarne. Naime, trener kao stručnjak pored tehničko-taktičkih znanja poseduje i znanja o psihološkoj pripremi. Trener poseduje i iskustvo koje je stekao trenirajući druge sportiste koji su prolazili kroz slične situacije i koji su imali slične probleme. Pored toga, trener je svakodnevno sa sportistima, što mu daje obilje prilika da radi na psihološkoj pripremi sportista. Na primer, ukoliko sportista sebi postavlja visoke i teško dostižne ciljeve ili ako je usmeren isključivo na pobjedu, a zanemaruje napredovanje u izvođenju neke veštine, to za posledicu može da ima različite probleme: blokirajući strah od greške zbog koga igrač i ne pokušava nešto da odigra, nedovoljno dobru koncentraciju, itd. Trener ima mogućnost da kroz saradnju sa igračem utiče na to da on postavi odgovarajuće ciljeve, koji su umereno teški i usmereni na lično usavršavanje i napredovanje, dakle ciljeve koje može da ostvari i čije dostizanje mu daje mogućnost da se oseti uspešnim čak i ako izgubi utakmicu. Drugi čest primer je da igrač pred utakmicu pokaže visoko uzbudjenje, tj. tremu. Trener može da mu predloži da primeni neku od tehnika relaksacije (na primer, vežbe disanja) ili da uvede neke aktivnosti koje su u funkciji skretanja pažnje sa brige na aktivnost koja okupira pažnju ali ne zamara (na primer, slušanje muzike). Sa druge strane, psiholog poseduje stručna znanja i posebno je obučen za primenu specifičnih metoda i tehnika procene i intervencija koje mogu da pomognu igračima da postignu tzv. temeljnu promenu. Pod ovakvom promenom se podrazumeva opštija i dublja promena u ličnosti koja se ispoljava ne samo u jednoj konkretnoj situaciji već i u drugim sličnim situacijama. Kada je reč o proceni, psiholog primenjuje određene testove i vrši procenu putem posebno osmišljenog razgovora na osnovu kojih će doneti sud o problemu i o mogućim načinima rešavanja. Kada je reč o intervencijama, one mogu da budu edukativnog tipa koje se uglavnom primenjuju – preventivno kod sportista kod kojih nije nastao specifičan problem ili korektivnog tipa koje se primenjuju u tretmanu specifičnih problema, a njihova funkcija jeste da usmere sportistu ka funkcionalnom rešenju nekog problema. Psiholog može da radi sa igračem na promeni pogrešnih uverenja (na primer, ukoliko igrač sebi postavlja aspolutistički



zahtev da ne sme da pogreši, ukoliko misli da ne može da izdrži neku situaciju, ukoliko misli da bi trener morao da mu da veću minutažu, itd.) koja mogu da budu u osnovi nefunkcionalnog reagovanja na neke situacije, a mogu da formiraju simptomatologiju koja ukazuje na postojanje poremećaja. Druge situacije kada je važno uključiti psihologa u proces psihološke pripreme su one u kojima se preporučuje primena određenih korektivnih tehnika, na primer, tehnika tzv. duboke relaksacije (autogeni trening, hipnoza), kada sportista ima toliko izraženu tremu da ona remeti izvođenje ili kada se u cilju poboljšanja izvođenja primenjuje tehnika imaginacije u stanju duboke relaksacije.

U zavisnosti od faze sportsko-taktičke pripreme, takođe se razlikuje nekoliko faza psihološke pripreme: psihološka priprema za dugotrajan proces treniranja sa opterećenjem, psihološka priprema za takmičenje, psihološka priprema za konkretno takmičenje. Psihološka priprema za dugotrajan proces treniranja usmerena je na razvoj relativno trajnih osobina ličnosti značajnih za uspeh u sportu i na razvoj pravilnih stavova prema vežbanju i trenaznom opterećenju. Prvenstveno je namenjena sportistima koji su u procesu selekcije. Psihološka priprema za takmičenje usmerena je na savladavanje veština koje su ključne za suočavanje sa pritiskom takmičenja, na razvoj odgovarajuće motivacije, na pravilno postavljanje ciljeva, na razvoj samopouzdanja, itd. U okviru psihološke pri-

preme za konkretno takmičenje podrazumeva se da je sportista već ovladao neophodnim veštinama i u ovoj fazi je značajno usmeriti rad na razvoj realne i racionalne uverenosti sportiste u svoje snage i potrebe i odrediti odgovarajuću primenu veština i tehnika usvojenih u prethodnoj fazi. Iako granica između ovih faza nije uvek jasna, da bi psihološka priprema dovela do željenih efekata, neophodno je sa pripremom početi blagovremeno. To praktično znači da ukoliko sportista prvi put dođe neposredno pred određenu utakmicu, a prethodno nije ovladao određenim veštinama (na primer veštinama relaksacije ukoliko ima problem sa povišenim uzbuđenjem pred utakmicu), pri čemu se podrazumeva da je neophodno vreme za njihovo usvajanje kao i kod učenja bilo koje druge veštine, malo toga (gotovo ništa) se može uraditi. Da bi sportisti bili motivisani da sarađuju sa psihologom, neophodno je da poseduju odgovarajuće informacije, da postavljaju realna očekivanja koja se odnose kako na tok psihološke pripreme (pri čemu je neophodno njihovo aktivno angažovanje) tako i u pogledu njenog efekta. U tom smislu, jedno od ključnih pitanja jeste i to ko je sportistu uputio kod psihologa. Mladi sportisti najčešće dolaze po preporuci trenera i/ili roditelja, dok sportisti koji su već na profesionalnom nivou dolaze ili po odluci trenera ili, ređe, samostalno. Kod većine sportista koji dođu već se razvio i najčešće istrajava neki konkretan problem. Oni najčešće dođu sa istorijom neuspešnog rešavanja problema. Na pitanje koji su najčešći razlozi dolaska kod psihologa, odgovor se može dati iz različitih uglova. Treneri, roditelji ili sportisti nekada opišu problem koji se ponavlja na terenu, a nekada dođu sa idejom zbog čega se problem događa, daju neku vrstu procene / dijagnoze. Najčešći opisi problema su: lošije postignuće na utakmicama nego na treninzima, fluktuacija rezultata, lošija igra na početku utakmice / igre, strah od moguće greške, blokada nakon učinjene greške, blokada pri izvođenju određenih aktivnosti. U situacijama kada iznose svoju procenu problema, najčešće smatraju da sportista ima problem sa motivacijom, tremu, neadekvatne reakcije na neuspeh, strah od uspeha, okupiranost mišljenjem značajnih osoba. Procena je jedan od značajnih zadataka koji se odvija na početku rada sa sportistom, i neretko, procena psihologa se razlikuje od mišljenja sa kojim sportisti dođu kod psihologa. Na primer, jedan sportista je kao osnovni razlog dolaska dao sledeću procenu: Nemam samopouzdanja... „radnik sam“, a ko radi, treba da ima samopouzdanja. Ja imam povećan osećaj odgovornosti. Pažljivom procenom tokom početne faze rada sa ovim sportistom, pokazalo se da je osnovni problem koji on ima netačno uverenje da jednostavno zalaganje na treninzima vodi povećanju samopouzdanja. Međutim, uspeh je jedna od osnovnih pretpostavki samopouzdanja.

Zaključno, samo igrač koji je dobro psihološki pripremljen u većini situacija kao i u odlučujućim trenucima igre, uspeva da pokaže sve ono što je vredno vežbao na treninzima. Psihološki faktori dobijaju odlučujuću ulogu u situacijama kada su igrači ujednačeni prema fizičkim, tehničkim i taktičkim karakteristikama.

Trinaesti memorijalni turnir „Slobodan Piva Ivković”

Klonferi – velikanu u čast

tradicija se nastavlja, poslednjih dana septembra održan je 13. po redu Memorijal „Slobodan Piva Ivković”. Legendarni stručnjak, jedan od rodonačelnika trenerske struke i prvi predsednik UKTS nije zaboravljen, o čemu svedoči i dvodnevno druženje u dvorani na Crvrenom krstu, kraju gde je odrastao i najviše stvarao Piva.

Prvog dana delegacija predvođena njegovim bratom Dušano posetila je Pivin grob i evocirala brojne uspomene na njega. U takmičarskom delu za pehar su se borile četiri ekipe, pored domaćina BKK Radničkog, još OKK Beograd, Tamiš iz Pančeva i zemunska Mladost. Posle polufinalnih okršaja u borbi za trofej plasirale su se, prema očekivanju, dve prvoligaške ekipe.

Pobednik je ekipa OKK Beograda, koja je nadvisila Pančevce u finalu rezultatom 70: 52 (22:17, 19:12, 15:11, 15:12). Klonferi su bili bolji u svim segmentima igre, a ovaj meč bio je dobra provera za obe ekipe pred start u prvenstvu. Viđeno je nekoliko talentovanih i mla-

dih igrača pred kojima je lepa perspektiva. Više razloga za zadovoljstvo imao je Srđan Jeković, strateg OKK Be-



ograda, koji je dobio i pehar kao najbolji trener.

U borbi za treće mesto Mladost, član Druge lige, bila je uspešnija od domaćina sa 78:57. Zemunci imaju mlad sastav, koji će se boriti za vrh tabele u ligi.

Svim učesnicima podeljena su priznanja u vidu pehara i diploma, koje su uručivali članovi porodice i rukovodstva Radničkog.

S. P.

Nova knjiga Bore Cenića u izdanju UKTS

Iskustvo na moderan način

Trenerska legenda Bora Cenić ne posustaje ni u devojtoj deceniji! Aktivan je, radi, stvara i – piše. Uskoro će se pojaviti njegova nova knjiga, na kojoj je neumorno radio poslednjih godina uz obilje drugih obaveza. Tema njemu bliska, po kojoj je prepoznatljiv na ovim prostorima već više od pola veka: METODIKA OBUČAVANJA TEHNIKE I INDIVIDUALNE TAKTIKE U KOŠARCI. Takav je i naslov ponelo ovo njegovo, može se reći, enciklopedijsko delo, kada je u pitanju pisano štivo.

– Dugo sam radio na ovoj knjizi, prikupljao brojne vežbe i sistematizovao ih. Trudio sam se da budu moderne i edukativne, prilagođene sadašnjim trendovima u košarci. U prvom planu su metodika obučavanja i programski zadaci za sve uzrasne kategorije. Aposrofirana je i uloga igrača po mestima u timu, za svako posebno. Naravno, tu su i saveti za igrače i trenere, odnosno na koji način je, po mom mišljenju i iskustvu, najbolje to ko-

ristiti, naglašava legendarni Borica, koji je zagazio u 84. godinu.

U tehničkoj realizaciji knjige, koja se može smatrati i enciklopedijskim delom, pomogao mu je sekretar Stručnog štaba u KSS Goran Vojkić. Recenziju je napisao poznati stručnjak za fizičku pripremu u košarci, profesor dr Vladimir Koprivica sa Fakulteta za sport i fizičku kulturu. U prvom delu knjige svoje mišljenje i iskustva o radu i drugovanju s njim dali su Duda Ivković, Ranko Žeravica, Željko Obradović, Boža Maljković, Duško Vujošević i Rade Georgievski.

Da bi ovo kapitalno delo bilo pretočeno od ideje u knjigu, velike zasluge pripadaju i Udruženju košarkaških trenera Srbije, koje se odlukom Upravnog odbora obavezalo da bude donator ovog izdanja, a distribucija i prodaja će se obavljati preko UKTS.

S. P.



Mihajlo Miljanić, predavanje sa BCB 2013

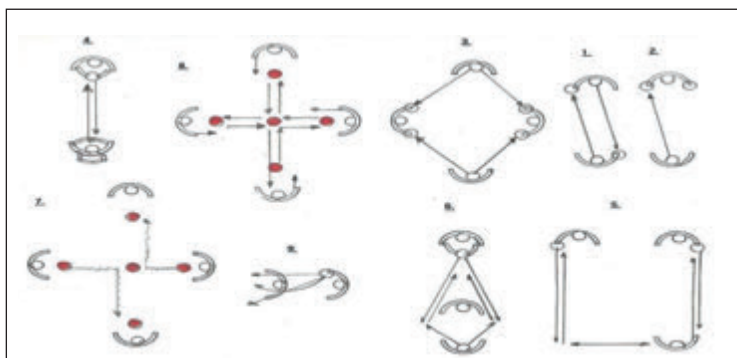
Brzina u košarci

U savremenoj košarci u većoj mери se igra tranzicija, a tranzicija ne može bez brzine, mada većina stručnjaka zagovara i traži brza kretanja i u pozicionom napadu, čak isključuju i dribling. Mnogi treneri govore da vole atletska košarka sa dosta trčanja, čak izjavljuju da je košarka atletika sa loptom i da je uopšte atletizam u svakom smislu prisutan u košarci.

Brzina je postala vodeći trend u razvoju košarke, tako da će se u ovom radu posvetiti pažnja brzini kao svojstvu sportiste, njenom definisanju, značaju za košarkasa i sport kojim se bavi, konkretno košarci, njenoj metodičkoj strukturi, metodskim pravilima i vežbama usmerenim za razvoj, usavršavanje i naravno za održavanje brzine.

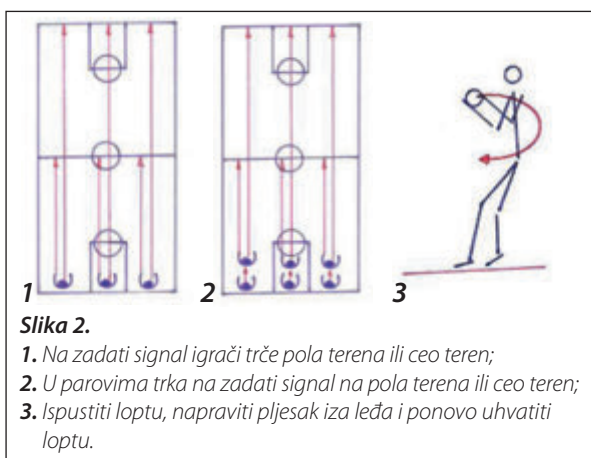
Kada se govori o fizičkoj pripremi ili nekom njenom elementu, uvek se govori sa aspekta integralne pripreme ili ukupne pripremljenosti koja se ogleda u nivou sportske forme (V. Koprivica 2013). Zadatak trenera i sportiste jeste da postigne rezultat. Da bi ostvarili rezultat, trebalo bi košarkaša dovesti u stanje najbolje pripreme koju nazivamo sportska forma. Sportsku formu čine komponente: fizička, tehnička, taktička, psihološka, integralna...

Trenažni proces svih komponenti teče paralelno, tako da fizička priprema uslovljava i podupire svaku od njih.



Slika 1.

1. Igrači reaguju na slobodan pad lopte menjajući mesta; 2. Igrač reaguje na slobodan pad lopte; 3. Igrači reaguju na slobodan pad lopte; 4. Posle dodavanja lopte, pljesak rukama iza leđa; 5. Igrač reaguje kretanjem u statuu bočno na naizmenično dodavanje; 6. Igrač reaguje menjajući mesto levo i desno; 7. Igrač reaguje suprotnim kretanjem; 8. Igrači menjajući pravac kretanja obilaze čunjeve, vraćaju se na početnu poziciju; 9. Igrač okrenut leđima reaguje na loptu koja mu dolazi iza leđa.



Slika 2.

1. Na zadati signal igrači trče pola terena ili ceo teren;
2. U parovima trka na zadati signal na pola terena ili ceo teren;
3. Ispustiti loptu, napraviti pljesak iza leđa i ponovo uhvatiti loptu.

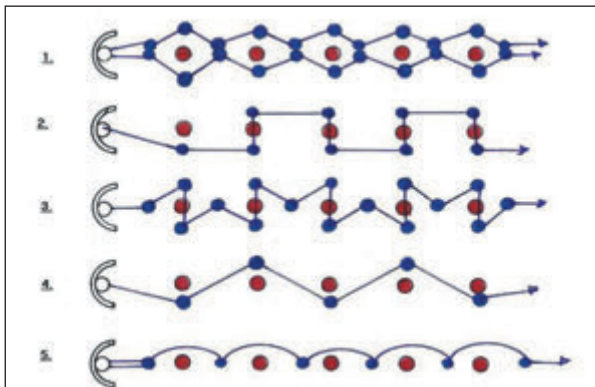
Fizička priprema je fundamentalna, uslov bez koga se ne može i ona određuje sledeća četiri prostora zadataka (V. Koprivica 2013):

1. Fizička priprema određuje nivo svake pojedine pripreme (nijedna priprema ne može biti na visokom trenažnom i takmičarskom nivou bez adekvatne fizičke pripreme). Može igrač da poseduje odličnu tehniku i da zna taktičke ideje, ali bez adekvatne fizičke pripreme ne može to da ispolji i u igri iskoristi.

2. Fizička priprema određuje i ukupnu pripremljenost svih priprema zajedno, koju nazivamo integralna priprema

3. Fizička priprema harmonizuje fizička svojstva sportiste, koja predstavljaju skup unutrašnjih karakteristika čoveka od kojih zavisi uspešno kretanje, a to su: sila, snaga, brzina, izdržljivost, koordinacija, gipkost. Nijedan tehnički element se ne može izvesti bez adekvatne motoričke sposobnosti. Sve motoričke sposobnosti su genetski određene i one se kao prikrivene (latentne) dimenzije nalaze zabeležene u genetskom portretu svakog čoveka, a u neposrednoj sportskoj akciji se ispoljavaju u vidljivoj dimenziji. Da bi se sportisti uspešno nosili sa fizičkim zahtevima svoga sporta, moraju tokom svoje sportske karijere posvetiti veliku pažnju kvalitetnom treningu motoričkih sposobnosti u kontinuitetu.

4. Fizička priprema je fundament za specifičan trenažni rad, koji podupire i uslovljava takmičarsku pripremu i samo takmičenje. Svaki sport,



Slika 3.

1. Makazice; 2. Sunožni poskoci napred – bočno...; 3. Makazice sa jednom nogom između; 4. Poskoci cik-cak; 5. Sunožni preskoci napred.

među njima i košarka, ima svoju specifičnu fizičku, tehničko-taktičku i psihološku pripremu i bez njih nema dobrog takmičenja.

Košarka i ostale sportske igre odavno su prerasle nivo kada je glavni preduslov za uspeh bila tehničko-taktička superiornost igrača (Igor Jukić, Daniel Bok 2010).

Danas tehniku i taktiku podupire i uslovljava optimalni nivo njihove kondicione pripremljenosti i psihičke snage, koju psiholozi nazivaju mentalna čvrstina (mentalna čvrstina je sposobnost sportiste da konzistentno, stalno, deluje na granici vlastitog talenta, nezavisno od uslova takmičenja, protivnika, spoljnjih očekivanja...) (Terry Orlick).

Košarka je postala izuzetno brz sport... Istraživanja kažu da onaj tim koji u većoj meri ostane brz do kraja utakmice, drži pobjedu u rukama. Nova pravila su ubrzala košarku, tako da spor igrač nema perspektivu u njoj (uslov je da bude veoma pametan i lucidan).

Literatura brzinu definiše kao maksimalno kretanje u jedinici vremena za date uslove kretanja. Dati uslovi kretanja u atletici su pravolinijski sprint, a u košarci je to složena brzina sa različitim kretanjem. Prema tome u košarci brzina se definiše kao sposobnost košarkaša da u konkretnim uslovima igre izvodi prosta i složena kretanja za što kraće vreme.

Košarkaš se vrlo retko pravolinijski kreće, pa se danas traže igrači za košarku, koji mogu brzo promeniti pravac kretanja, naglo krenuti, brzo se zaustaviti, praviti brza lučna kretanja, napraviti brz skok, iz doskoka brzo krenuti, preći iz jednog režima rada u drugi da bi primio loptu, šutnuo, omeo protivnika...

Košarka ima svoj specifičan trening brzine, pored sprinterskog načina ima i svoj način (primenjene, složene brzine) kroz različite vežbe agilnosti i koordinacije.

U strukturi brzine na elementarnom nivou bitno je razlikovati (M.Kukolj 1996.):

1. brzinu reagovanja,

2. brzinu pojedinačnog pokreta,

3. frekvenciju pokreta,

Ovi elementarni oblici omogućuju ispoljavanje brzine u celini u integralnom smislu i to kao:

4. sposobnost ubrzanja i

5. maksimalne brzine.

Treba znati da ne postoji značajna veza između ovih oblika brzine, pa je potrebno raditi odvojeno na svakom elementu brzine.

Osim navedenih oblika brzine u treningu košarkaša treba razvijati i njene složenije oblike (V. Koprivica). U košarci jedan od zadataka treninga je maksimalna brzina izvođenja takmičarskih vežbi, jer za košarku je bitno, povećanje brzine tehničko-taktičkih aktivnosti u takmičarskim uslovima, a za to je neophodno usavršavanje brzine lokomotornog aparata (celoga tela) u uslovima maksimalno bliskim takmičenju.

Složeni oblici su:

1. brzina promene pravca kretanja

2. brzina u „slalom” kretanju

3. brzina izvođenja tehničkih elemenata i kombinacija

4. brzina prelaska sa jednog na drugo kretanje,

5. sposobnost za improvizaciju i kombinaciju u toku vežbanja.

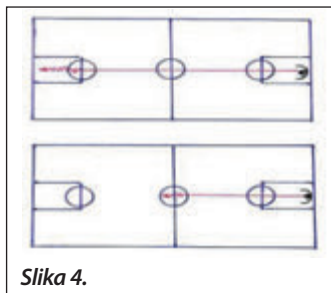
Pokazalo se da brzi igrači dominiraju u igri, jer brzog igrača je teško čuvati. Brzina igrača u igri omogućava najlakši način za stvaranje dobre situacije za napad

ili omogućava prednost uspostavljanja odbrane.

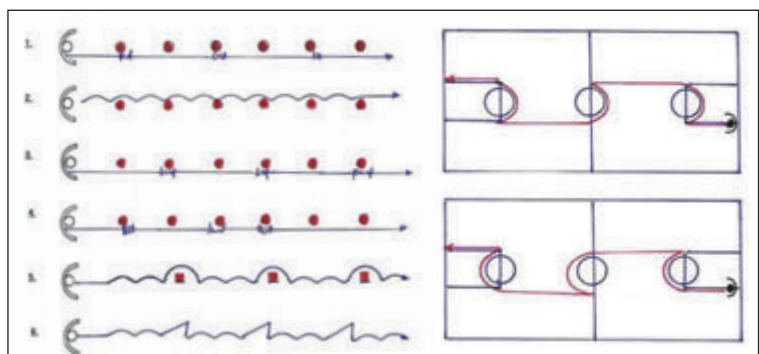
Košarka kao i svaki sport ima svoj tip specifičnog treninga brzine. U košarci najviše su zastupljene vežbe agilnosti i koordinacije.

Agilnost predstavlja sposobnost izvođenja složenih zadataka sa promenom smerom kretanja i prelaska iz jednog u drugi režim rada (iz sprinta u naglo kočenje, iz kočenja u odskok...).

Agilnost kao sposobnost može biti: motorička, koja je odgovorna za samo izvođenje promene smerom ili brzine

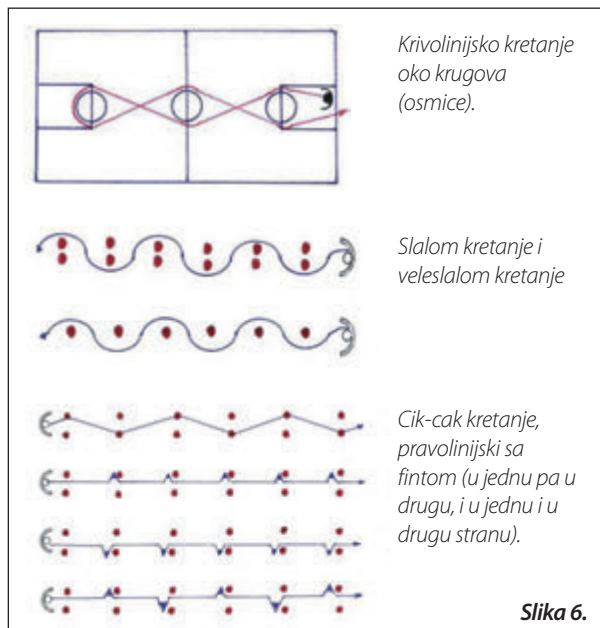


Slika 4.



Slika 5.

1. Promena ritma; 2. Tričanje preko čunjeva (aritam); 3. Promena ritma sa fintom; 4. Promena ritma sa zaustavljanjem; 5. Tričanje preko prepona; 6. Tričanje sa jelenskim poskocima; 7. Krivolinijska kretanja oko krugova sa promenom načina kretanja.



Slika 6.

kretanja, i kognitivna, koja je odgovorna za donošenje odluke pre same promene smera ili brzine kretanja.

Istraživanja su pokazala da se vrhunski košarkaši značajno razlikuju od onih manje uspešnih po kognitivnoj komponenti agilnosti.

U poređenju sa ostalim čovekovim sposobnostima, najteže je usavršavanje brzine.

Ona se može razvijati pod uticajem sistemskog treninga, primenom različitih metoda, vežbi i opterećenja, gde je jasno postavljen i definisan cilj.

Važnost motoričkih kvaliteta agilnosti i koordinacije za izvođenje raznih kretnji sa i bez lopte u košarci često se naglašava u naučno stručnoj literaturi i sportskoj praksi. Zbog toga se u pripremi košarkaša akcenat i velika pažnja posvećuje trenažnom procesu agilnosti i ko-

ordinacije i svemu što je potrebno da bi košarkaši bili brži.

Cilj dobro programiranog treninga su dobro odabrana sredstva (vežbe) koja će ostvariti najveće trenažne efekte.

Izbor vežbi se ne sme oslanjati samo na karakteristike košarke, već i na fizičke, tehničke, taktičke, psihološke i konstitucionalne osobine košarkaša.

Trening je odavno usmeren na individualnu specifičnost igrača, određenu poziciju u timu, uzrast, pol, nivo pripremljenosti... Vežbanjem, treningom, u manjem ili većem stepenu možemo uticati na njihov razvoj.

U metodici treniranja brzine određena su dva pravca: sintetički i analitički.

- kod sintetičkog treninga akcenat je na razvoju brzine u celini,
- kod analitičkog treninga akcenat je na razvoju pojedinih komponenti brzine (za sve različite manifestacije brzine postoje i različiti pristupi trenažnog procesa).

Konkretna methodska pravila za usavršavanje brzine su (V.Koprivica):

1. Sve elemente brzine raditi u submaksimalnim i maksimalnim uslovima brzine.
2. Podizanje nivoa specifične snage i njenog fundamenta.
3. Usavršavanje izdržljivosti, opšte i specifične (brzinske izdržljivosti).
4. Usavršavanje tehnike, koordinacije u najvećem intenzitetu rada.
5. Koristiti vežbe opšteg, specifičnog, takmičarskog karaktera.
6. Usavršavati tehniku koja obezbeđuje maksimalno brzo kretanje, tako da pažnja vežbanja bude usmerena na brzinu kretanja, a ne na tehniku pravilnog izvođenja vežbe.
7. Trajanje vežbe je toliko da brzina kretanja ne opada sve do njenog završetka.



Brzina reagovanja proističe iz uslova u kojima se nastoji započeti pokret ili kretanje na zadatu situaciju ili signal (M. Kukolj).

Signali koje koristimo mogu biti: zvučni (glas, pištaljka, pljesak...), vizuelni (lopta, svetlo, pokret rukom...), taktilni (dodirom raznih delova tela...); za izbor vežbi koriste se različiti početni položaji u formi takmičenja.

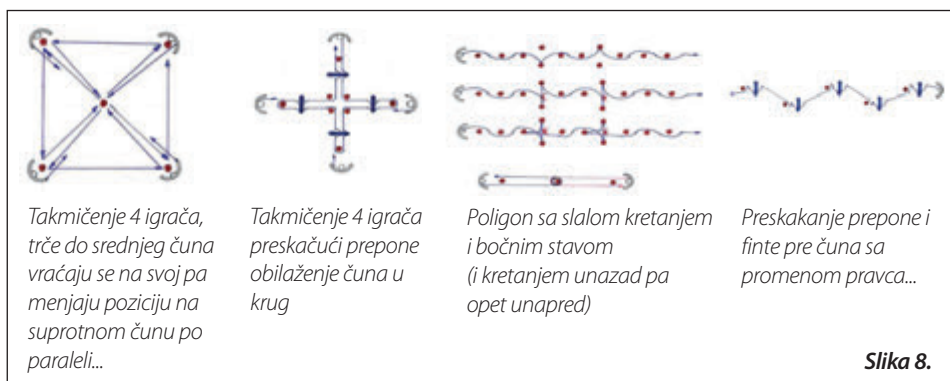
Brzina reagovanja se prvo radi u olakšanim uslovima (sam sportista reaguje kad hoće), pa u realnim uslovima na zadati signal.

Brzina reagovanja (slika 1) se dešava u dva vida: kao prosta reakcija, koja podrazumeva reakciju unapred određenim pokretom na unapred određeni signal i složena reakcija koja podrazumeva reakciju na pokretni predmet (loptu, igrača...) i reakcija na unapred nepoznati signal.

Brzina pokreta (slika 2) razvija se: raznim fintama, vežbama skok šuta, drugim skokovima za loptu, ulazak u blokadu, izlazak iz blokade, kratkim ubrzanjima, ubacivanjem u prostor...

Frekvenciju pokreta (slika 3) karakteriše sukcesija pokreta (trčanja, skip, step, sukcesija skokova, skokovi + trčanja, kruženje rukama).

Brzina sprinta (slika 4) zavisi od ubrzanja i maksimalne brzine (ubrzanje je bitno na kraćim rastojanjima u igri, a brzina za duža rastojanja). Za razvoj maksimalne brzine koriste se vežbe ponavljanja submaksimalnim i maksimalnim intenzitetom. Važno je koristiti vežbe submaksimalnog intenziteta jer se tada može povećati obim rada, što je značajno za učenje tehnike pokreta pri većim brzinama. Brzina sprinta na dužoj deonici i ubrzanje na kraćoj deonici karakteristično za celovito kretanje (lokomotorno kretanje – celoga tela).



Slika 8.

Osim navedenih oblika brzine u treningu košarkaša trebalo bi razvijati i njene složenije oblike. Jer za košarku je bitno povećanje brzine tehničko-taktičkih aktivnosti, a za to je neophodno usavršavanje brzine lokomotornog aparata (celoga tela) u uslovima maksimalno bliskim takmičenju.

Složeni oblici brzine su:

1. Brzina promene kretanja – slika 5 (vežbe sa promenom ritma, zaustavljanja i naglog kretanja...) za koje je:
 - potreban veliki nivo snage,
 - dobra priprema lokomotornog aparata
2. Brzina promene pravca kretanja (cik-cak) – slika 6



Slika 7.

3. Brzina izvođenja tehnike i kombinacija, kao u uslovima igre – slika 7 (košarkašku tehniku trenirati što je moguće brže, trenirati je uz korišćenje protivnika), naročito za mlade.
4. Brzina promene iz jednog u drugo kretanje – slika 8 (potpuna agilnost, kretanje u svim pravcima i sa različitim kretnjama)
5. Brzina improvizacije i kombinacija različitih kretnji, (najkompleksniji oblik brzine, on se razvija kroz igru: košarku, fudbal, elementarne igre...).

Valja imati u timu vrhunski spremnog, brzog, briljantnog tehničara, preciznog, spremnog na neočekivano, sklonog improvizaciji, lucidnog i duhovitog, tada dolazi do izražaja veličina i lepota košarke.

ZAKLJUČAK

Pokazalo se da brzi igrači dominiraju u igri, dakle brzina je važan sastavni deo trenažnog procesa i pripreme košarkaša jer uspešnost u košarci zavisi od sposobnosti košarkaša da se što bolje nosi sa zahtevima brže igre.

Fizička priprema je uslov bez koga se ne može u stvaranju sportske forme i pravljenja vrhunskih rezultata.

Prilikom selekcije, veoma je važno tražiti igrače koji su u igri brzi, koji su brzi i vešti u kretanju sa i bez lopte.

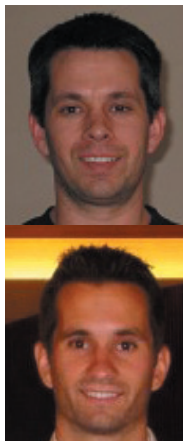
Trening igra nezamenjivu ulogu u razvoju brzine (i najbrži igrač ne može

razviti potencijal bez trenažnog procesa) i odavno je usmeren na individualnu specifičnost igrača, određenu poziciju u timu, uzrast, pol... svakog čoveka.

Cilj dobro programiranog trenažnog procesa brzine je da se odaberu najbolje, najefikasnije vežbe i da se one izvode na način koji će ostvariti najveće trenažne efekte.

Pored rada na brzini potrebno je paralelno razvijati sve sposobnosti koje podupiru brzinu, a to su: sila, snaga, izdržljivost, agilnost, koordinacija, fleksibilnost.

Brzina predstavlja važan deo strategije vođenja sportske borbe u košarci, tako potreba za radom na brzini danas je opšte prihvaćen koncept ne samo u okviru bazične pripreme već i tokom celoga takmičenja.



Jeff and Joe Haefner

Odbrana u košarci

Od ovog broja počecemo niz predavanja na temu odbrane. Sama predavanja ce biti podeljena na nekoliko segmenata i prikazivace niz vežbi za poboljšanje pre svega individualne odbrane u okviru timske odbrane

Vežba 1. Proklizavanje

Cilj ove vežbe je da igrači pre svega nauče odbrambeni stav i da ga pravilno koriste dok proklizavaju. Takođe vežba može biti korišćena kao i kondiciona vežba za jačanje nogu.

1. Igrač se spušta u odbrambeni stav paralelno sa bočnom linijom. Kreće tako što se odguruje zadnjom nogom i proklizava ka pravcu kretanja.

2. Čim prvi završi sa proklizavanjem, sledeći igrač može da počne svoje proklizavanje. Prvi igrač bi trebalo da bude onaj koji ima pravilan odbrambeni stav.

3. Svi proklizavaju do linije finiša.

4. Kada ceo tim završi vežbu, imaju odmor od minut.

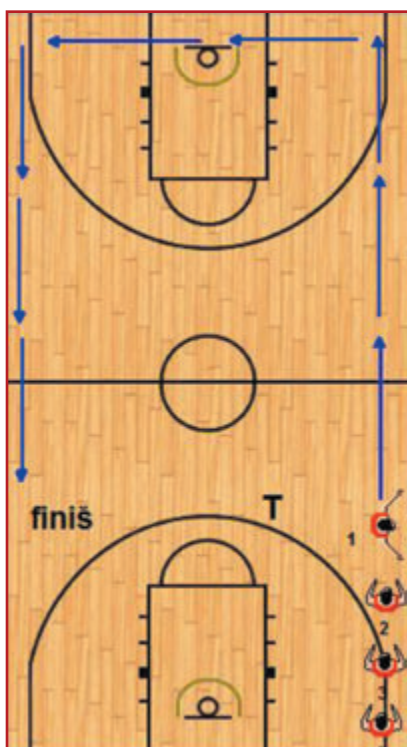
5. Ponavljaju vežbu, ali u suprotnom pravcu.

U početku ova vežba bi trebalo da se radi sporije sve dok igrači ne steknu rutinu. Najbitnije je da igrači u početku imaju pravilan stav dok se brzina proklizavanja u početku zanemaruje. Primetićete da smo u tački jedan rekli da zadnja noga kreće prvo, time pokušavamo da dobijemo na eksplozivnosti i brzini proklizavanja.

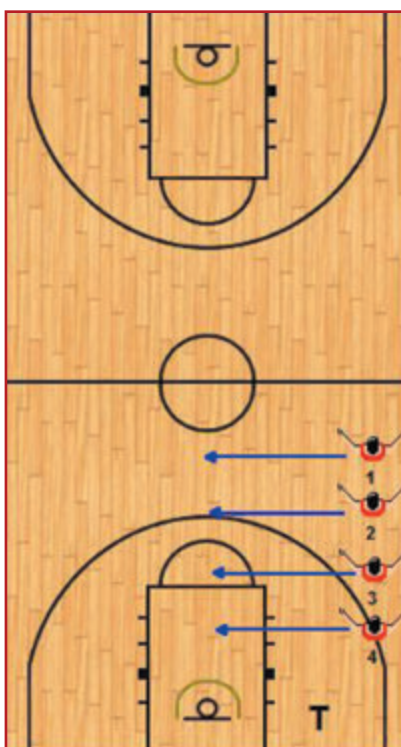
Vežba 2.

Proklizavanje od bočne do bočne linije.

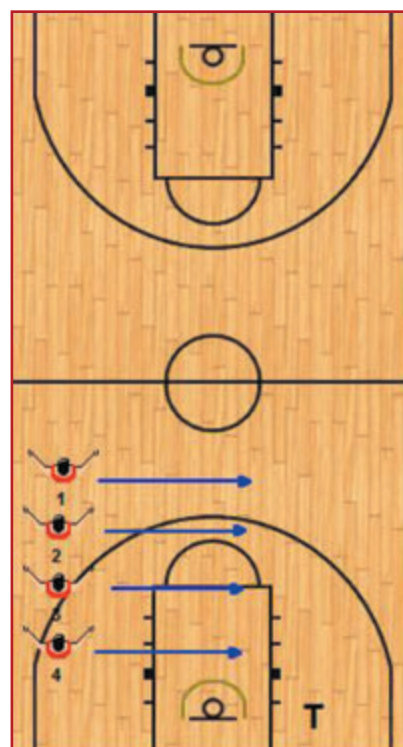
Ova vežba naglašava pravilan odbrambeni stav i proklizavanje. Koristi se i da se postigne maksimalna brzina pri pravilnom proklizavanju a da se ne izađe iz odbrambenog stava.



DIJAGRAM 1



DIJAGRAM 2



DIJAGRAM 3

1. Svi su u koloni paralelnoj sa bočnom linijom okrenuti ka jednom košu.

2. Svi se spuštaju nisko u odbrambeni stav.

3. Kreću proklizavanje tako što zadnja noga gura prednju u proklizavanje. Odnosno korak proklizavanje. Igrači moraju da reaguju i kreću se u odbrambenom stavu na komandu korak– proklizaj.

4. Igrači bi za početak trebalo da rade 50% maksimalne brzine. Treba da budu skoncentrisani na pravilno izvođenje proklizavanja, a ne na brzinu. Proklizavaju do pola terena zatim izlaze iz stava i lagano trče do bočne linije.

5. Po završenoj seriji proklizavanje se povećava na 75% brzine i to celu dužinu (od bočne do bočne linije).

6. Poslednja serija se radi u punoj brzini i od linije do linije.

Vežba 3.

Proklizavanje u paru

U ovoj vežbi učimo igrače da rade promenu pravca kretanja. Sama promena pravca se izvodi zadnjim pivotom.

1. Igrači prave parove i staju u kolonu na čeonj liniji.

2. Svaki par ima jednu loptu.

3. Jedan je u odbrani, drugi u napadu.

4. Napadač dribla dijagonalno dok odbrana pokušava da natera napadača da promeni pravac kretanja.

5. Čim prvi par dođe do sredine terena, sledeći par kreće.

6. Kada svi završe, kreće se na suprotnu stranu.

7. Igrači se menjaju naizmenično u ulogama napada i odbrane.

8. Vežba se radi u tri serije gde napadači kreću sa driblingom u 50% brzine zatim druga serija je 75% i na kraju naravno u punoj brzini. Igračima se traži da igraju odbranu nogama bez ruku, koje u početku mogu biti iza leđa dok se kasnije uključuju i sinhronizuju sa radom nogu.

Vežba 4.

Jedan na jedan

Ovu vežbu koristimo za vežbanje individualne taktike odbrane na igraču sa loptom.

1. Vežba počinje tako što su igrači poređani u kolonu na centralnoj poziciji.

2. Napad je ograničen na tri driblinga.

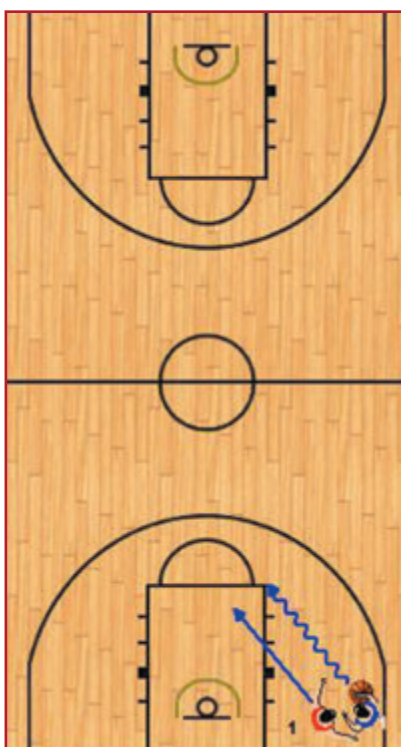
3. Ako odbrana ukrade loptu ili skoči u odbrani, dobija dva poena, ako napad postigne koš, dobija jedna poen.

4. Napad rotira u odbranu, odbrana ide na začelje kolone.

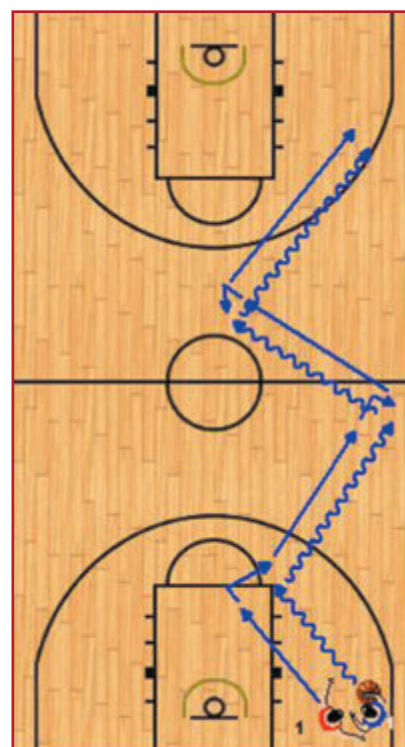
5. Posle serije od 4-5 ponavljanja sabira se rezultat.



Pozicija sa koje se napada može da varira. Igrači mogu da budu na bočnim pozicijama (pozicija 45). Takođe, mogu se ubaciti razna pravila. Da se igra do sedam, da se prelazi u napad samo ako se odbrani (ukradena, skok u odbrani), da se smanji broj driblinga, da se igra preko celog terena...



DIJAGRAM 4



DIJAGRAM 5

Vežba 5.

Fresno vežba

Ovu vežbu koristimo za rad na odbrambenom stavu, komunikaciju u odbrani, proklizavanje, postavljanje za foul u napadu, brzinu rada nogu.

1. Igrači se raspoređuju po terenu kao na dijagramu i okrenuti su ka treneru.
2. Trener ima loptu.
3. Trener udara loptu i daje signal da se svi spuste u odbrambeni stav.
4. Trener dribla loptu i igrači prate njegov dribling pomerajući se u odbrambenom stavu.
5. Kada trener uhvati loptu, igrači izlaze iz stava i viču „stao, stao” ili „prdi, prdi”.
6. Kad trener krene ka igraču, oni simuliraju foul u napadu, padaju na pod.
7. Vežba se ponavlja nekoliko puta.

Veoma je važno da igrači pravilno proklizavaju i da pričaju kada trener stane sa driblingom. Vežba može da počne tako što će igrači stepovati pre nego što trener da signal i krene u dribling. Takođe, igrači bi trebalo da pomeraju ruke u skladu sa pozicijom lopte (lopta na desnom kuku desna ruka na lopti, lopta iznad glave obe ruke na lopti, lopta na levom kuku leva ruka na lopti...).

Vežba 6.

Proklizavanje

Svrha ove vežbe je usavršavanje odbrambenog stava brzine odbrane.

1. Svi igrači su na poziciji niskog posta jedan naspram drugog.
2. Vežba počinje tako što sprintaju na poziciju lakta kod penala (dijagram 8). Okreću se ka čeonj liniji za 180 stepeni i počinju da stepuju.
3. Na znak trenera spuštaju se u stav i proklizavaju ka bližoj bočnoj liniji. Čim krenu u proklizavanje, sledeća dva igrača kreću.
4. Na sledeći znak trenera prva grupa proklizava ka centru i svi se pomeraju za po jedno mesto (dijagram 9).



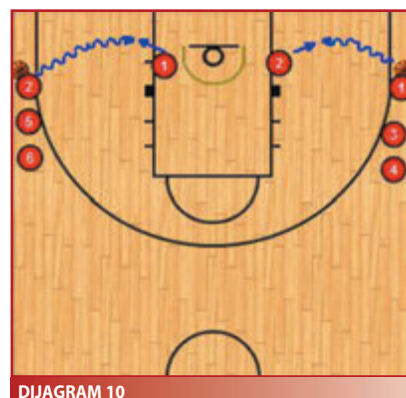
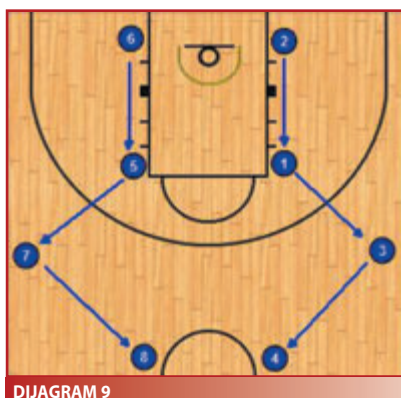
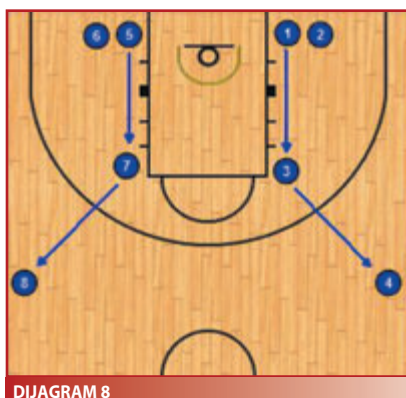
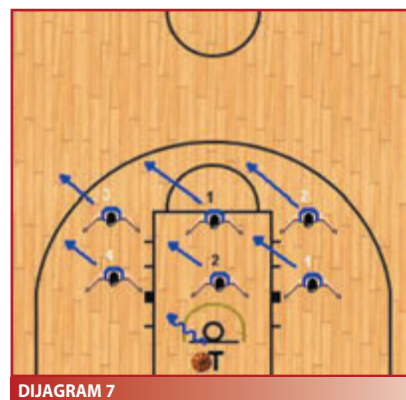
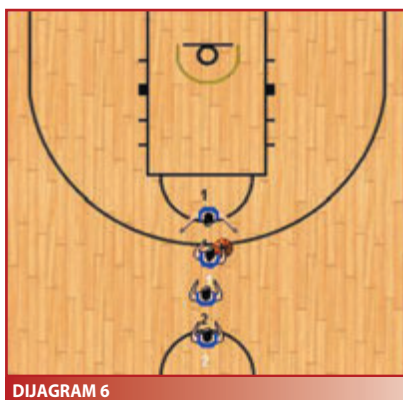
5. Vežba se završava kada svi igrači završe na centru.

Vežba 7.

Zaustavljanje prodora ka čeonj liniji

Mnoge timske odbrane imaju jedan od principa da ne dopuštaju prodor ka čeonj liniji. Ovom vežbom zaustavljamo prodor ka čeonj.

1. Igrači su raspoređeni kao na dijagramu 10
 2. Napadač započinje prodor čeonom linijom, a odbrana mora da ga zaustavi pre nego što uđe u reket.
 3. Igrač odbrane ide na začelje kolone, a napadač postaje odbrana
 4. Vežba se završava kada je svaki igrač bio barem 5 puta odbrana. Posle 5 ponavljanja menjaju se strane.
- Pripremio: **Milan Mitrović**, viši košarkaški trener





Dejan Mijatović, predavanje „Trenerski dani 2013“

Igra u tranziciji



gra u tranziciji je tema u kojoj se danas vodi dosta polemike. Dolazi nam sa zapada, a naročito je prisutna u NBA. Govori nam da se ubrzava napad, i mi moramo ići ka tome da rešenja budu sve jednostavnija. Da bismo igrali brzo i jednostavno, moramo metodički da radimo i da igrače dovedemo na nivo tehničke obučenosti da bi imali rešenje u naletu. Svi timovi, naročito iz NBA, još 80-ih, imali su 2 igrača-trkača i 3 „pametna“ igrača. Boston je tako davao po 120 poena po utakmici. Zato smo rešili da na ovom predavanju raščistimo neke stvari kada je u pitanju igra u tranziciji.

Danas ćemo staviti akcenat na rešenja u napadu, u naletu sa centralne pozicije, čitajući pozicije odbrane, rešenja sa boka, tehnika prijema i to stavljamo u vežbe 1:1, hendikep situacije 3:2, 2:1 i onda tek ulazimo u 5:0 i linije trčanja. Na kraju ulazimo u sekundarni kontranaпад, iz koga tražimo rešenje. Ipak, mislim da je najbitnije da igrači imaju znanje da reše situaciju u naletu.

U prvoj vežbi tražimo rešenje sa centralne pozicije, da igrač završi sa istom rukom i nogom sa koje polazi.

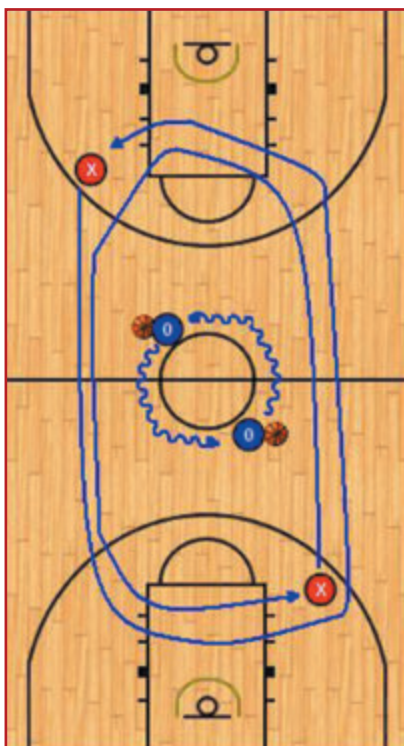
Krećemo sa polovine terena, napadamo pravolinijski, i oko penala pravimo međukorak i završavamo u naletu. Loptu stavljamo na rame (dijagram 1). Promenu ritma na penalu radimo kada na nas izađe odbrambeni igrač. Moramo čitati poziciju odbrane, i položaj njihovih nogu. Moramo imati dobar tajming kada menjamo ritam i prolazimo odbrambene igrače.

U drugoj situaciji, imamo u krugu, na centru, dva igrača sa loptom, koji idu u krug driblingom na desno. Na zvuk pištaljke menjamo stranu. Imamo dva odbrambena igrača koja rade pun sprint, sa jednog penala na drugi. Na znak pištaljke, napadamo i gledamo položaj odbrane, koja ima zadatak da se ne povlači ispod linije penala. Potrebno je stalno vraćati igrača i korigovati ga. Mora biti u punoj brzini (dijagram 2).

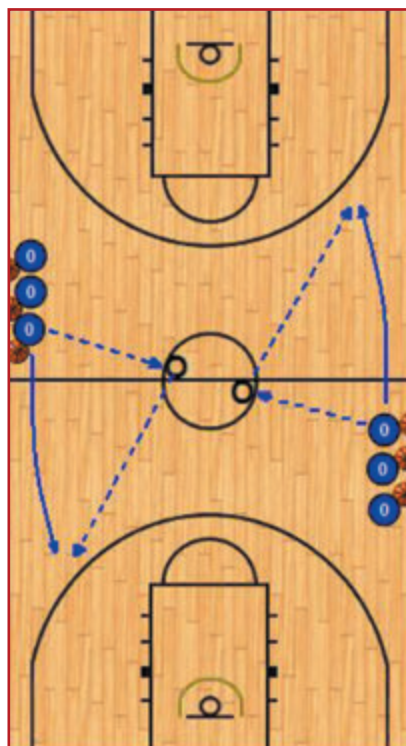
Imamo situaciju gde se kreće iz kolone preko dodavača. Kolona stoji oko polovine uz desnu aut liniju, a dodavač je u centru. Dajemo pas dodavaču, u punoj brzini, trčimo i primamo loptu od dodavača na 6, 75 i idemo direktno na koš. Moramo napraviti pogled preko ramena i iskorak (dijagram 3).



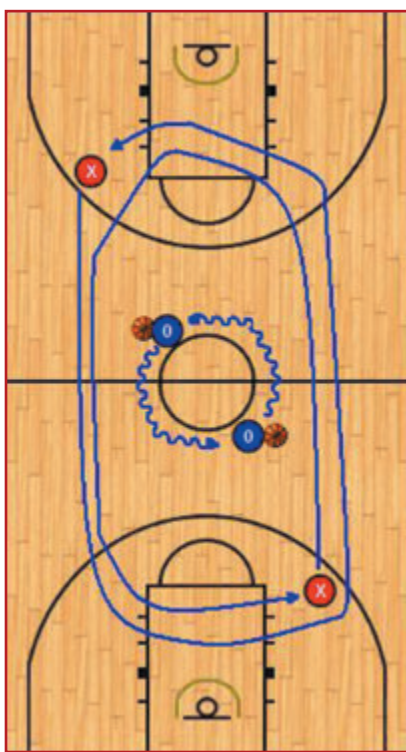
DIJAGRAM 1



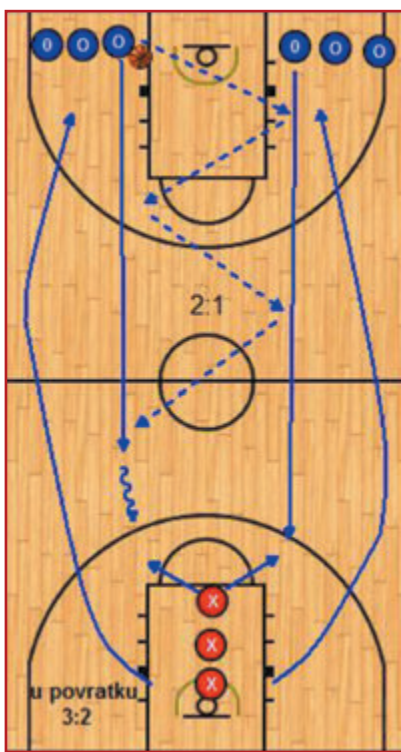
DIJAGRAM 2



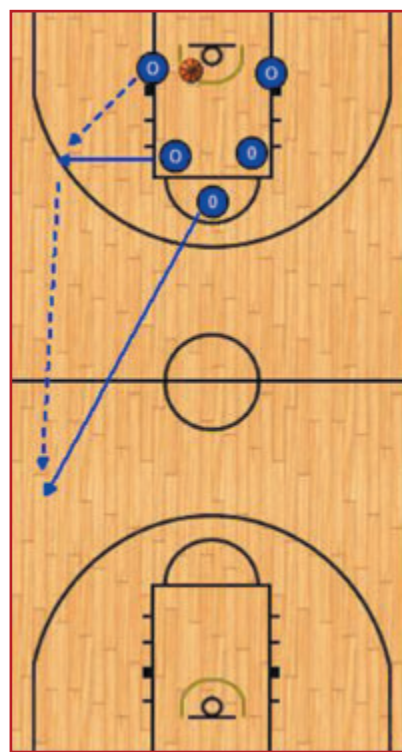
DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 4



DIJAGRAM 5



DIJAGRAM 6

Posle toga radimo isti princip, s tim što završavamo sa šutem. Loptu ostaviti na ramenu, da ne nosi inercija. Obrati pažnju na balans.

U sledećoj situaciji vežba ide tako što radimo skok preko table i ide pas treneru koji vuče u sredinu. Napadamo odbranu tako što na 45 primamo loptu i radimo 1:1 u brzini. Odbrana izlazi više gore i ide pravo na igrača i radi obe strane (dijagram 4). Ovo je rešenje na bočnoj poziciji. Problem nam je pas, zaustavljanje, čitanje odbrane. Time smo slabi tehnički i teško možemo u tranziciji tražiti brza rešenja.

U sledećoj situaciji imamo tri kolone iz kojih radimo kontranapad, 2:1, a u povratku 3:2 (dijagram 5). Treba ići direktno na koš, tražiti najbolja rešenja. Uvek se gleda ispred, ne radi se mehanički. Želim da napadate u leđa, dok se odbrana nije postavila. To je kontranapad iz tranzicije. Kolona se menja za jedno mesto u smeru kazaljke na satu. Prva stvar koju moramo da poštujemo jeste da držimo širinu, u prijemu pročitamo položaj odbrane i završimo polaganje.

Dijagram 6. U ovom slučaju ulazimo u igru 5:0. U vežbi nam je bitan tajming, da se uđe u bočni stav posle šuta, kako bismo brzo imali prvi pas. Bitno je da plej primi loptu u pokretu i da ima pregled igre iz te situacije. Vežbu je poželjno raditi bez driblinga i krećemo kada lopta udari u pod. Radimo step, dok lopta ne lupi u pod. U punom sprintu raditi vežbe. Posle promeniti vežbu, gde plej ide na stranu odakle je krilo istrčalo. Zaustavlja se na trojci i posle finte daje pas o pod. Nakon toga radimo vežbu gde prvi samo protrčava, a visoki prima loptu i završava zakucavanjem ili polaganjem. Kontranapad je tajming i pravovremenost. Bočna linija se mora držati široko. Posle ide vežba da igrač izdribla do trojke, pa da pas na 90 na šut.

Iz iste vežbe radimo tako da srednji igrač probija, vuče na 45, pa spušta centru u reket, koji ima zadatak da

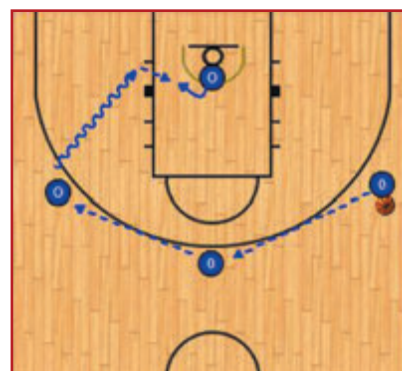
uđe u igrača (u ovom slučaju trenera) okrene se i da koš. Ne sme dozvoliti da bude izguran.

Posle toga sve ide isto, ali iz 45 pas ide u 90, pa taj igrač spušta centru. Ovim vežbama ulazimo u situaciju kada imamo dominantnu „peticu“, posle toga sa 45 ide na centralnu, dok centar traži pas kada izgura igrača i napravi sebi poziciju. Iz iste vežbe ulazimo u rešenje da sa 45 lopta ide centru, a igrač sa 90 uleće iza leđa i prima pas od centra na back-door.

Ovo su rešenja primarnog kontranapada, ako to nije prešlo prelazimo u sekundarni. Stalni položaj isti, sa 45 desno ide na centralno mesto pa na 45 lopta. Ovaj igrač probija i spušta centru koji je prethodno očistio prostor da bi primio loptu (dijagram 7).

Najveća odgovornost je na treneru mlađih kategorija koji igraču daje fundamentalnost da bi mogao da igra seniorsku košarku. Stalno se vraćati, iako je jako je dosadno za igrača jer oni vole da igraju isključivo, oni ne smeju ići stepenicu više ako nisu uradili korak, da za stepenik budu spremni. Svi smo opterećeni rezultatom, ali merilo vrednosti je broj izbačenih igrača u seniorski tim. Tvrdim da se kod nas najbolje radi, da se treneri susreću sa velikim problemima zbog ekonomke situacije, ali mi moramo održati taj fundament. Naša odlika je brzinska izdržljivost, i na tome treba raditi. To je po meni ono najbitnije. Hvala na pažnji.

Pripremio:
Šubaranović Mihailo,
operativni trener
košarke



DIJAGRAM 7



Milkan Mrđa, viši košarkaški trener

Zašto deca u sportu – košarci

ako uzmemo u obzir činjenicu da bi dete trebalo da uvek bude u žiži svih dešavanja jedne zdrave porodice, a i društva, onda je razumljivo da ulaganje u njih mora biti prioritetan zadatak svih nas. Danas, više nego ikada ranije, kada smo suočeni sa mnoštvom problema: ekonomska nemaština, socijalna kriza, manjak volje i vremena, pa čak i otuđenje od sopstvenog deteta, neophodno je naći način da se dete zainteresuje i bavi nečim, a što bi za njega bilo korisno, interesantno i dobro. Mišljenja sam da fizička aktivnost najbolje utiče na fizički i mentalni razvoj svake ličnosti. Sve prethodno rečeno nameće zaključak da jedino SPORT-KOŠARKA može najbolje objediniti DUH-VOLJU I FIZIČKU AKTIVNOST.



SPORT-KOŠARKA je gotovo uvek garancija zdravog životnog stila, a često je zaštita i prevencija od negativnih uticaja droge, alkohola, duvana, kriminala... pogotovo na mlado biće – dete. Roditelji su „dužni“ da svoju decu od malih nogu usmere ka KOŠARCI – SPORTU i svemu što mu ona – on nudi: druženje, pomeranje vlastitih sposobnosti, zanimljiva putovanja, sklapanje prijateljstava, takmičenja, dokazivanja, da uče nove veštine i usavršavaju već naučene. Bavljenje KOŠARKOM – SPORTOM pomaže u razvoju humanosti, pojedinci njome rešavaju i egzistenciju a srećnicima donosi slavu za sva vremena. Košarka je igra bez granica, rasonoda, lek, uživanje i ZABAVA, ili bi bar trebala biti. Kao što rekoh, ko može bolje da drži u ravnoteži duh-um, volju i fizičku aktivnost od nje!?! Govorio sam i još uvek govorim: „Moje duhovno stanje uvek je bilo direktno proporcionalno fizičkom naprezanju. Što sam se fizički više naprezao, to sam duhovno-emocionalno bio jači.“

Osnova za pravilan rast i razvoj deteta je IGRA – bez granica. IGRA pre svega ima za cilj razvoj deteta, a iznad svega njegovih bazičnih motoričkih sposobnosti neophodnih za život i rast. Stručnjaci kažu da su deca uzrasta od 5 do 7 godina najbolji „materijal“ za rad, jer se u ovom uzrastu njihova motorika najbolje razvija. IGRA i SPORT su dve neraskidive komponente razvoja deteta. Kroz igru dete razvija svoje individualne sposobnosti, uči razne veštine neophodne za dalji život. Uz to, ispoljava svoje kreativne i stvaralačke sposobnosti, a sam sport detetu, kao što rekoh, omogućava brži razvoj svih motoričkih sposobnosti i u funkciji je najboljeg načina njegove socijalizacije tj. psihofizičkog razvoja. Mentalni sklop deteta, koje se bavi sportom i onog koje raste i razvija se „nažalost“ bez njega, a posmatrano iz ugla pisca ovog teksta, ogleda se u MENTALNOJ ŽIVOTNOJ SNAZI koja se najviše ispoljava u zreloom dobu. Objašnjenje zbog čega je detinjstvo i SPORT i IGRA u njemu toliko važno leži, između ostalog, i u činjenici što čovek petinu svog života provede kao dete.

Neosporni rezultati, sa aspekta medicine, kod dece koja se bave sportom ogledaju se pre svega u harmoničnom, funkcionalom i estetskom razvoju, većoj snazi, ekonomičnom delovanju muskulature i celog organizma, boljoj koordinaciji u delovanju mišića, podizanju vitalnog kapaciteta, sporijem ritmu disanja, uravnoteženom krvnom pritisku, bržoj regeneraciji nakon velikih fizičkih napora i stresova. Svemu ovome treba dodati, za mene ništa manje značajne, mentalno-karakterne koristi, kao što su: čvršća volja, istrajnost, doslednost, upornost, harmoničnost u komunikaciji, plemenitost i dr. Breme koje nosi novo vreme: automatizacija, kompjuterizacija, virtuelne statične igrice, fabričvana ishrana... i načina života, u kome je fizička aktivnost sve manja kod većine stanovništva, a naročito kod dece, nalaže veću potrebu pravilnog vaspitanja u fizičkoj kulturi i stvaranja navika za sistemsku fizičku aktivnost tokom čitavog života. Jedan od načina da se to postigne je i uključivanje dece u organizovano fizičko vežbanje-treniranje od najranijeg uzrasta, ali primereno njihovom uzrastu i stepenu mentalnog sazrevanja. SPORT-KOŠARKA bi trebalo da bude opšte ljudsko dobro i najznačajniji oblik čovekove kreativnosti.

Sve rečeno navodi na zaključak da jedna od grešaka koju roditelj može da napravi u razvoju svog deteta jeste da ga ne uključi u SPORT – KOŠARKU.

Saradnjom UKTS i SO Novi Beograd

Košarka na poklon deci

Jedan sasvim novi oblik saradnje obradovao je oko stotina dečaka i devojčica Novog Beograda, koji su ovoga leta prvi put zaigrali i mnogi zauvek zavoleli košarku. Na inicijativu SO Novi Beograd uspostavljena je nesvakidašnja saradnja sa UKTS, kojom je omogućeno deci sa ove opštine da u dva letnja meseca besplatno treniraju košarku, sa kompetentnim trenerima koje je odabralo naše udruženje.

Sasvim je izvesno da je ova korisna ideja prevazišla i najoptimističnija očekivanja. Cilj je bio da se deci koja su jul i avgust provodila u Beogradu omogući niz sportskih aktivnosti i tako upotpune sadržaj letnjeg raspusta.

Tri puta nedeljno (ponedeljak, sreda, petak) organizovani su treninzi na terenima kod Fontane, X Beogradske gimnazije i OŠ „20. oktobar” u bloku 70. Deca su se prijavljivala u opštini Novi Beograd, a akcija je naišla na veliko interesovanje, tako da je bilo prijavljivanja i na licu mesta. Preko stotinu, gotovo u podjednakom broju, bilo je prijavljeno dečaka i devojčica.

Za najveći broj njih, bio je to prvi kontakt s košarkaškom loptom u prisustvu trenera, odnosno dolazak na pravi trening.

Nema sumnje da su i naši treneri dali veliki doprinos uspehu ove akcije, jer je bilo dece koja nisu propustila nijedan trening za ova dva meseca. Nemali broj mališana, po priznanju roditelja, odlagao je odlazak na selo ili s nestrpljenjem očekivao dolazak sa mora kako bi se ponovo priključili treninzima. Masovnost je naročito bila vidljiva u OŠ „20. oktobar”, tradicionalnom mestu okupljanja mladih košarkaša. Tu su ujedno bili i najbolji uslovi za trening. Tačnije radilo se u sali, gde već decenijama, pored ostalih, treniraju mlađe selekcije KK Partizan.

Pomenimo da su kod Fontane treninge vodili Stefan Bogdanović, pa Mihailo Šubaranović. U X beogradskoj gimnaziji – Oliver Vidin i u OŠ „20. oktobar” Predrag Polovina.

Entuzijazam, stručnost i kreativnost naših trenera celu ovu akciju podigli su na izuzetan nivo, a na veliko zadovoljstvo dece i roditelja. Tako su Šubaranović i Polovina, koji su decu podelili u mlađu i stariju grupu, organizovali niz zanimljivih takmičenja svojih pulena.

Izuzetan doživljaj bio je kolektivni odlazak u novobeogradsku arenu i prisustvo utakmici Srbija – Ukrajina,

odigranoj na Trofeju Beograda. To je ujedno bila i najbučnija navijačka grupa na utakmici. Ideje su se smenjivale, da bi se na kraju, u sali OŠ „20. oktobar”, uz prisustvo roditelja, medija, čelnika SO Novi Beograd na čelu sa predsednikom Aleksandrom Šapićem, odigrala „All star” utakmica, koja se pretvorila u pravi hepiend cele akcije. Predstavnici Opštine svakog učesnika nagradili su diplomom i majicom, a najboljima su poklonjene i lopte. Oduševljen, ushićenjem dece i roditelja, predsednik Šapić je najavio nastavak ove aktivnosti na Novom Beogradu.



Član Opštinskog veća Novog Beograda Nemanja Ranković zadužen za realizaciju ove ideje za Trener je rekao: – Naravno da smo svi zadovoljni uspehom ove akcije, koja je, pre svih, bila na dobrobit dece i njihovih roditelja. Lično sam izuzetno zadovoljan što smo košarkaški deo sproveli u saradnji sa Udruženjem košarkaških trenera Srbije. Jednostavno, naša opština je najkošarkaškiji deo Beograda. O tome svedoče imena naših vrhunskih igrača koji su svoje prve košarkaške korake načinili na novobeogradskim otvorenim terenima. Ta košarkaška tradicija nas je dodatno obavezivala na rad bez improvizacije, zaključio je Ranković.

Najveća dobit u svemu je činjenica što su se gotovo svi ovi dečaci i devojčice zainteresovali da redovno treniraju košarku i prihvatili su je kao svoj sport broj jedan.

M. P. P.

Sa životne scene otišao veteran trenerske struke **Marjan Šilja Novović**

Misionar iz Beograda

Pravi misionar beogradske i srpske košarke otišao je na svoj poslednji put u neki daleki, možda i bolji svet nego što je ovaj sadašnji. Prvih dana septembra, posle kraće i teške bolesti preminio je Marjan Šilja Novović u 67. godini. Tihi dugajlija iz centra Beograda ostavio je dubok trag u sportu kome je posvetio više od pet decenija, afirmisao svoj grad, košarku na ovim prostorima sa nekim posebnim šmekom, koji je za mnoge tako dalek i nedokučiv. U poslednjoj deceniji, kod nas pomalo i zaboravljen, ali izuzetno cenjen u FIBA. Pravi poligota, govorio je tečno engleski, francuski i italijanski, sa izuzetnim smislom za pedagoški rad, pogotovo kada je u pitanju edukacija mladih igrača i trenera.

Igračka karijera trajala je 13 godina u OKK Beogradu, u doba najsajnijih rezultata Klonfera, tamo krajem šezdesetih i s početka sedamdesetih 20. veka. Jednu godinu proveo je u Belgiji, a na trenersku klupu prvi put seo još 1974. godine u Parizu, kao pomoćnik u Rasingu. Posle toga sledi Šiljin put oko sveta kao košarkaškog učitelja i instruktora FIBA.

Trenirao je tuzlansku Slobodu, pa Maribor, Radnički, Proleter, Kolubaru, OKK Beograd i ženski tim Crvene zvezde. U medivremenu stekao je i vrlo cenjeno zvanje FIBA instruktora. Pet godina, 1980-85. bio je selektor i trener reprezentacije Gabona, vodio je kasnije po godinu-dve dana računa i o selekcijama Koreje, Tunisa, Alžira, Mijamaru... Uz put, bio i dve sezone u Italiji, u Salermu i Kazertu.

Kao pravi misionar i košarkaški prosvetitelj, u funkciji instruktora i stalnog člana edukatora na seminarima Olimpij-

ske solidarnosti za trenere prošpartao je svetom u poslednje dve decenije. Boravio je u Indiji, Mijamaru, Gruziji, Sudanu, Butanu, Ruandi, Čadu, Bangladešu, Obali slonovače...

– Ponekad i sam ne mogu da se setim gde sam sve boravio kao predavač na seminarima i instruktor, pomagao u radu reprezentacijama i klubovima po dva-tri meseca u Africi i Aziji. Bilo je nekad i dirljivih scena, ali i smeha, komičnih situacija. Igrači i treneri su željni znanja i napredovanja, ali nespretni. Lepo je biti među njima, mada ne uvek bezbedno, pričao je o svojim dogodovštinama po svetu popularni Šilja.

Dubok je i njegov trag u srpskoj košarci, posebno u pedagoškom radu, pogotovo u funkciji stručnog saradnika KSS u više navrata. Vodio je nekoliko godina Trenažni centar u Požarevcu, pisao planove i programe na raznim nivoima. Tvorac je Priručnika za trenere, obavljenog 1998, kao i svojevrnog zbornika radova raznih autora u dva toma, koje je objavio KSS.

Prvu ljubav, onu košarkašku, nikad nije zaboravio. Poslednjih sedam godina bio je u stručnom štabu svog OKK Beograda kao savetnik. Angažovao se i u radu KS Beograda, kao član Skupštine i Komisije za rad sa mladima.

Tihi i nasmejani čovek iz Cvijićeve otišao je brzo, iznenadio mnoge. A mogao je, sigurno, da pruži još puno toga košarci, a ponajviše svojoj porodici i prijateljima. O njegovom liku i delu govorili su na komemoraciji u Kući košarke i sahrani Vlade Đurović i Moma Pazman, višedecenijski Šiljini drugari.

S. P.





Trener br. 25

U Pioniru – triling asova

broj na koji se podsećamo izašao je u septembru 2003. godine. Obeležile su ga teme vezane za uspeh u vezi sa još jednom izuzetnom „Basketball clinic Begrade“ i posle niza godina dominacije, za neuspeh u Evropi, osvojenim, tada lošim, šestim mestom naše reprezentacije na Evropskom prvenstvu u Švedskoj.

Dakle imali BCB 2003, koja je ugled našeg vrhunskog trenerskog seminara, podigla na još viši nivo. Pored svih pripremnih aktivnosti, na vrhu uspeha bila si tri izuzetna trenerska imena u ulozi predavača. To su Duško Ivanović. Havijer

Uglavnom, kao posledice dešavanja koja nisu imala mnogo direktne veze sa košarkom, definitivno je prošlo vreme kada smo s ponosom, posle svakog Evropskog prvenstva, slali već zaboravljenu poruku: Evropo, treniraj – za dve godine je novo prvenstvo (str.9).

Ekipa koju je Boško Đokić trebalo da selektira za Univerzijadu u Južnoj Koreji, nije se okupila. Prilika je pružena mladom i neiskusnom timu Refleksa iz Železnika, pojačanom igračima Borca i Spartaka. Pod vođstvom Vlade Đurovića naši studenti odbranili su zlato. Zabeležili smo na St. 14. – Na putu do zlata savladani su: Tajvan, Meksiko, Švedska, Ukrajina, Turska, Kina, Kanada i Rusija, većina veoma ubedljivim rezultatima.



Imbroda i legenda NBA košarke – Greg Popović (str. 4-8) Pored suštine i osnovnog cilja, da se poradi na stručnom usavršavanju učesnika ovog seminara, ovaj triling asova, na čelu sa Gregom Popovićem, pored ostalog, doprineo je imidžu našeg udruženja – tada još uvek Srbije i Crne Gore.

U istom broju Trenera, u rubrici Stručna tema, objavili smo predavanja Havijera Imbrode: Agresivna odbrana po celom terenu (Priredio Goran Miljević str.10-11) i Grega Popovića: Filozofija igre San Antonia (Priredio Mirko Ocoljić str. 16-18).

Naviknuti na uspehe naše državne reprezentacije, šesto mesto na EP u Švedskoj doživeli smo kao neuspeh. Peripetije oko izbora selektora, do izbora Duška Vujoševića, trajale su predugo. Otkazi NBA igrača Peđe Stojakovića i Marka Jarića, dodatno su oslabila naš tim i poremetili atmosferu. Selektor Vujošević je pozvao na pažljivu analizu.

U rubrici In memoriam oprostili smo se od velikog imena naše košarke – Rajka Žižića. Rođen 22. januara 1955. godine u Miloševiću kraj Nikšića, Rajko nas je zauvek napustio 7. avgusta 2003. Bio je svrstan u 33 najbolja igrača svih vremena bivše košarkaške velesile – Jugoslavije. Stameni centar, omiljeni prijatelj, saradnik, pomoćnik ministra za sporta bio je čovek na koga ste se mogli osloniti. Smrt ga je zadesila u trenutku kada je sanjao evropsku Zvezdu i perfektno organizovano Evropsko prvenstvo u Beogradu – 2005. Trener je zabeležio: – Na sahrani je okupio generacije naših košarkaša, od Blaža Kotarca, preko Moke Slavnića, Divca i Đorđevića, do zvezdinih juniora koji su u dugom špaliru odavali poslednju poštu čoveku o kome su slušali samo najlepše (str. 19).

Sve one koji se vrte ovom broju Časopisa (br. 25) uveravamo da će pronaći još niz zanimljivih rubrika, zaboravljenih događaja i korisnih stručnih tema. **M. P. Polovina**



Nemanja Krstić

Sjajni utisci sa FECC seminara

konstantno vodeći računa o stručnom usavršavanju, Upravni odbor UKTS je i ove godine raspisao konkurs, pored ostalog, za odlazak na FIBA seminar koji se održao od 11. do 19. avgusta u Kijevu, mestu kadetskog šampionata Evrope. Uslove pomenutog konkursa zadovoljili su i dobili „zeleno svetlo“ za odlazak u Kijev: Nemanja Krstić i Vlada Jovanović, koji je odustao. Seminar je pratio Nemanja Krstić, koji je u obavezi da stečena stručna iskustva prenese i ostalim članovima UKTS. U ovom broju donosimo njegove prve utiske koji će, svakako, podstaći mlade stručnjake da već sledeće godina, možda baš ovaj seminar odaberu za sticanje novih znanja i obogate svoje trenersko iskustvo. Evo tih utisaka:

Sa seminara nosim sjajne utiske što se tiče organizacije, predavača i tema koje su obrađivane. Naročito bih izdvojio kontakte koje sam uspostavio sa kolegama širom sveta. Svakodnevno smo razmenjivali iskustva, sukobljavali mišljenja i upoređivali znanje stečeno tokom višegodišnjeg rada.

Organizacija je stvarno bila na najvišem mogućem nivou. Od ranog jutra se kreće sa ozbiljnim radom. Prvo slede praktična i teorijska predavanja koja su trajala do podneva.

U popodnevним satima smo imali teorijska predavanja i work shop-ove. Tada je svako od nas imao određene zadatke koje je morao da ispuni – individualna analiza izabranog igrača i trenera jednog od učesnika Evropskog prvenstva do 16 godina, analiza i grupna diskusija o obrađenim temama. Grupne diskusije su vodili naši predavači. U večernjim časovima smo išli na utakmice Evropskog prvenstva, gde smo zapravo na delu morali da prikupimo i obradimo informacije koje su nam bile potrebne u analizama aktera.

Evo stručnih tema koje su obrađivane i ko su bili predavači:

- **Svetislav Pešić** – Player profiling; Individual technique and tactics, perimeter players – Profilisanje igrača; Individualne tehnike i taktike, spoljni igrači
- **Alejandro Garcia Reneses** – Individual technique and tactics, position five; Who can be a coach, career planning – Individualna tehnika i taktika; pozicija pet; Ko može biti trener; Planiranje karijere

- **Altay Aysim** – Pedagogic and Didactic, teaching the players – Pedagogija i didaktika, podučavanje igrača

- **Dr Nenad Trunić** – Selection – Selekcija

- **Legrand Lucien** – Selection; Individual technique and tactics, shooting – Selekcija; Individualna tehnika i taktika, šutiranje

- **Janez Drvarič** – Individual technique and tactics, offensive fundamental skills: pass, dribble, foot work and fake; Individual technique and tactics, get open (cuts), give and go; Individual technique and tactics, boxing out, rebounding and outlet pass – Individualna tehnika i taktika, osnovne napadačke veštine: pas, dribling, rad nogu i finta; Individualna tehnika i taktika, otvaranje (utračavanja), daj i idi; Individualna tehnika i taktika, zagrađivanje, skok za loptu i prvo dodavanje

- **Biagioli Brian** – Injury prevention; Strength and conditioning – Prevencija povreda; Snaga i kondicija

- **Scherr Johannes** – Nutrition; Antidoping and risk management – Ishrana, antidoping i upravljanje rizikom

Najzanimljiviji detalj koji je obeležio boravak u Ukrajini bila je finalna utakmica između Srbije i Španije. Mislim da su momci prevazišli očekivanja svih, i stručnog staba i svih ostalih ljudi iz struke. Pomenuo bih još i pristupačnost svih aktera seminara, počev od predavača koji su svetska imena u svetu košarke i ostalih kolega. Izdvojio bih naše stručnjake: Svetislava Pešića, dr Nenada Trunića i Janeza Drvariča kao osobe koje su na mene ostavile najpozitivniji utisak ne umanjujući kvalitet ostalih predavača. Lično, jedan od najneposrednijih ljudi na seminaru bio je i gospodin Mihael Schwartz iz FIBA Europe, koji je rukovodio ovim projektom.

Ovo iskustvo me je dodatno motivisalo da nastavim da se razvijam i usavršavam kao košarkaški trener. Sa zadovoljstvom iščekujem sledeće Evropsko prvenstvo U18 i ponovno okupljanje istih aktera, kolega i predavača. Prezentujući sebe tokom seminara, imao sam na umu da predstavljam i zemlju iz koje dolazim, Košarkaški Savez Srbije kao i Udruženje košarkaskih trenera čiji sam član, sa željom da budem najbolji u klasi. Ujedno koristim priliku da se još jednom zahvalim svom udruženju koje mi je omogućilo ovaj oblik stručnog usavršavanja.



Priradio:
Čedo Maričić
viši košarkaški trener

Opcije napada 1-3-1

U trenutku pripreme ovog broja Evropsko prvenstvo u Sloveniji već uveliko traje. Možemo da vidimo razne trenerske filozofije, pristupe, mnoštvo varijanti u napadu i odbrani, kao i minijature vodećih igrača pojedinih timova. Zbog toga ćemo u ovom broju prikazati neke „lakše“ varijante napada 1-3-1 koje možete brzo uklopiti u vaše napadačke sisteme. Tekst je preuzet sa sajta: www.jes-basketball.com

Uvodu ćemo prikazati jednu od opcija napada 1-3-1 koja je veoma omiljena u srednjoškolskoj košarci u SAD.

Napad započinje driblingom na stranu jednog od saigrača iz srednje linje napada (u ovom slučaju na stranu saigrača broj 2). Igrač broj 2 se spušta ka poziciji niskog posta na opterećenoj strani, igrač broj 4 se pomera ka vrhu reketa na opterećenoj strani, a igrač broj 3 na vrh reketa na neopterećenoj strani. Igrač broj 5 popunjava (pomera se) na krilnu poziciju na neopterećenoj strani (Dijagram 1).

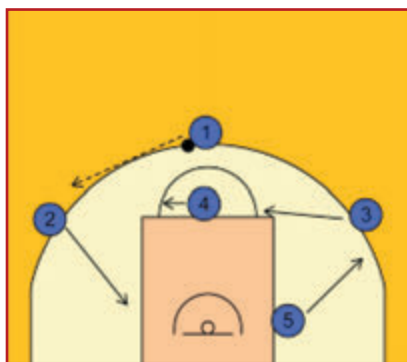
Igrač broj 2 postavlja horizontalnu blokadu, na ivici reketa, za igrača broj 5 (Dijagram 2).

Igrači broj 3 i 4 zatim postavljaju duplu blokadu za saigrača broj 2, koji izlazi na spoljnu poziciju da primi loptu za eventualni otvoren šut za tri poena (Dijagram 3).

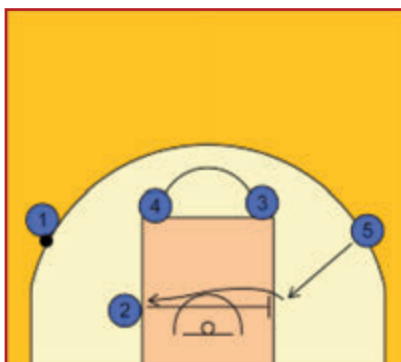
Ukoliko je lopta najpre „spuštena“ na igrača broj 5 na poziciji niskog posta, a desi se da je on dobro čuvan (možda i udvojen), igrač broj 5 može da vrati loptu saigraču broj 1, a ovaj do igrača broj 2, ili direktno do igrača broj 2 na spoljnoj poziciji.

Ukoliko igrač broj 2 nije u mogućnosti da uputi šut, igrači broj 3 i 4 se spuštaju u sredinu reketa (Dijagram 4), gde zajedno sa saigračem broj 5 postavljaju trostruku uzastopnu blokadu za igrača broj 1, koji menja stranu i prima loptu od igrača broj 2 (Dijagram 5). Kada igrač broj 1 primi loptu, igrač broj 4 izlazi na poziciju visokog posta (Dijagram 6).

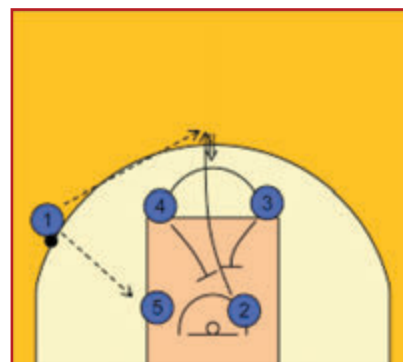
Igrač broj 3 zatim pravi blokadu za saigrača broj 5, a igrač broj 2 se pomera ka sredini terena na neopterećenoj strani, da bi sprečio eventualni kontranapad (Dijagram 7).



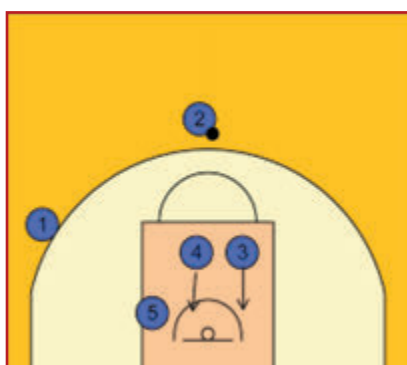
DIJAGRAM 1



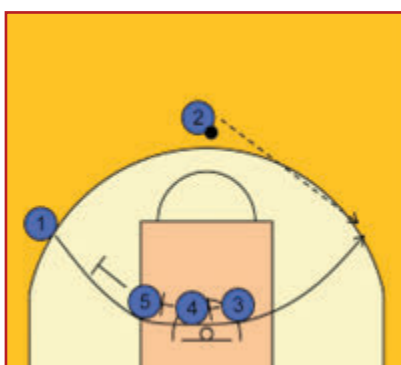
DIJAGRAM 2



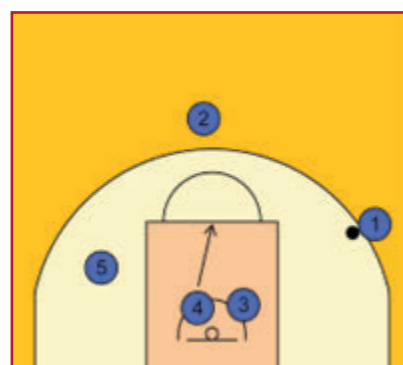
DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 4



DIJAGRAM 5

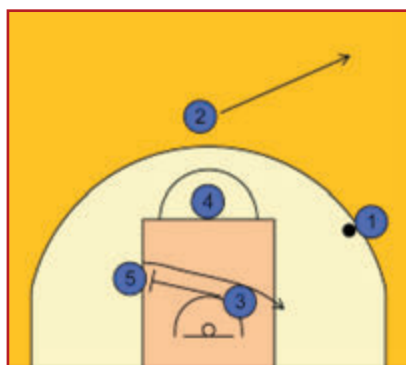


DIJAGRAM 6

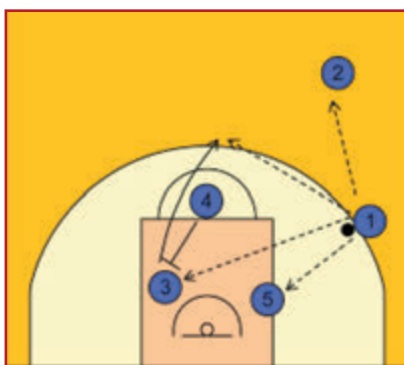
Igrač broj 4 zatim postavlja donju blokadu za saigrača broj 3, koji izlazi na vrh reketa, ili na liniju za tri poena, sa ciljem da primi loptu za eventualni otvoren šut. Ukoliko taj pas nije moguć, igrač broj 1 može da doda loptu saigraču broj 5, ili saigraču broj 3 koji se otvorio posle blokade. Ukoliko ni to nije moguće, doda-

je loptu igraču broj 2 koji započinje novi napad (Dijagram 8).

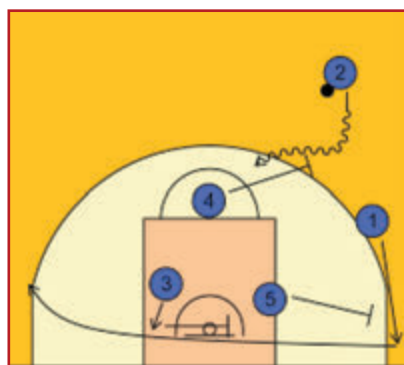
Igrač broj 4 postavlja blokadu saigraču broj 2 izvan linije za tri poena. Istovremeno, igrač broj 1 koji se spustio u ugao terena, koristi uzastopne blokade od saigrača broj 5 i 3 i odlazi na suprotnu stranu, gde



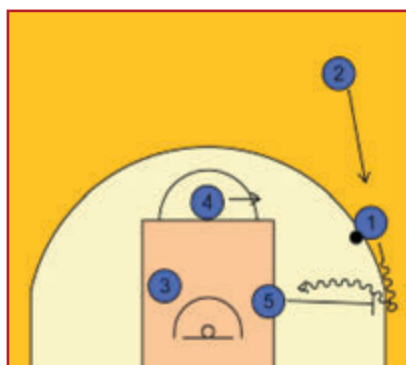
DIJAGRAM 7



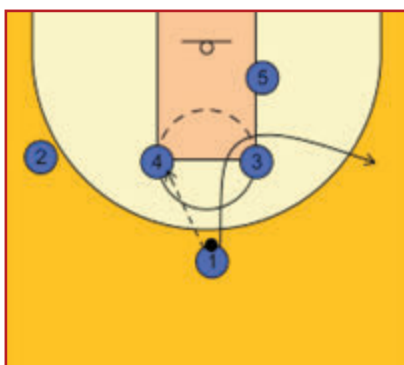
DIJAGRAM 8



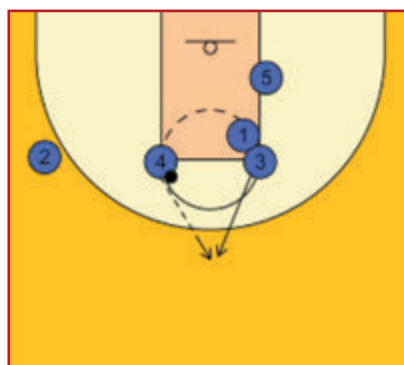
DIJAGRAM 9



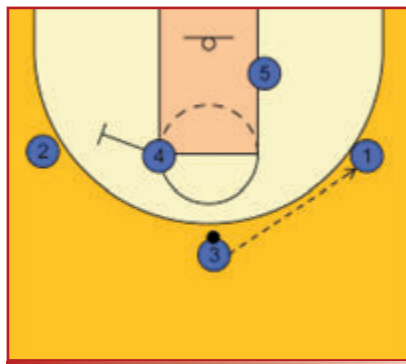
DIJAGRAM 10



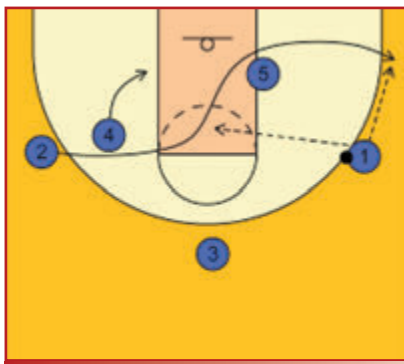
DIJAGRAM 11



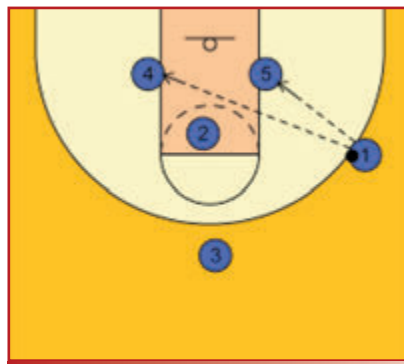
DIJAGRAM 12



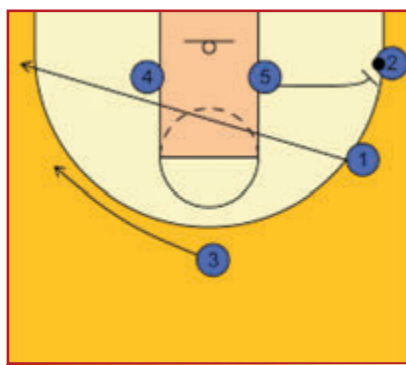
DIJAGRAM 13



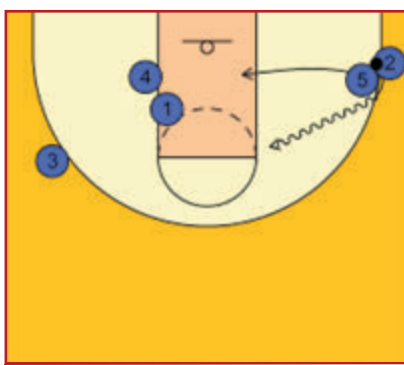
DIJAGRAM 14



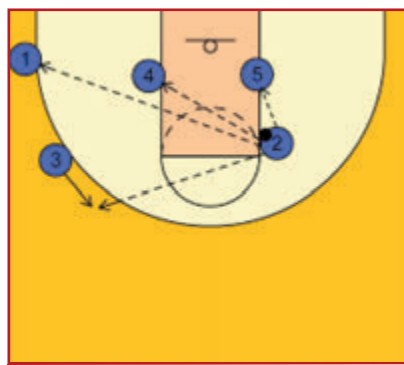
DIJAGRAM 15



DIJAGRAM 16



DIJAGRAM 17

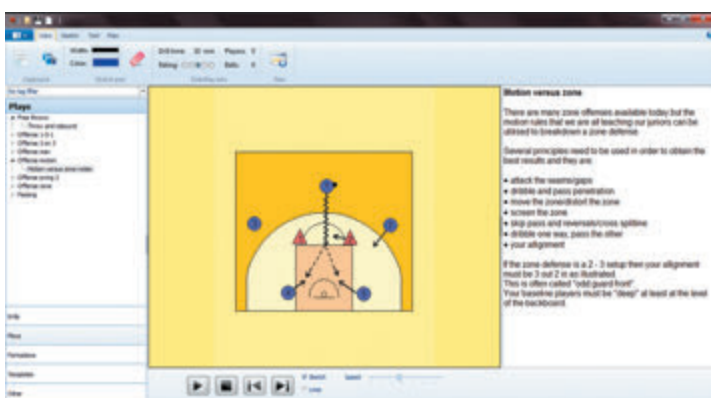
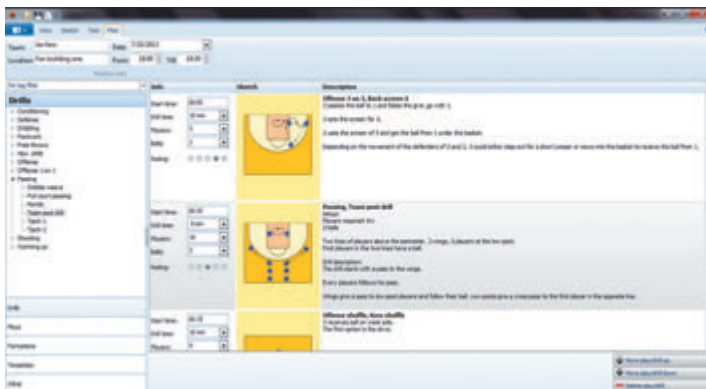


DIJAGRAM 18

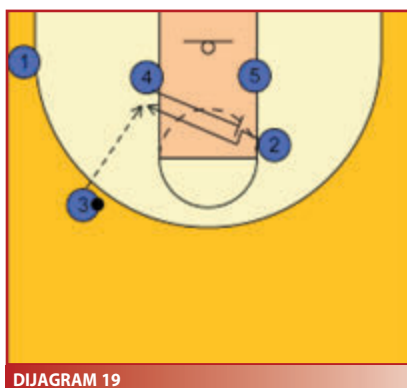
očekuje pas od saigrača broj 2 (Dijagram 9). Moguća varijanta je i da igrač broj 2 doda loptu saigraču broj 1, koji udriblava ka uglu terena, gde igra P'N'R sa saigračem broj 5 (Dijagram 10).

P'N'R' U UGLU

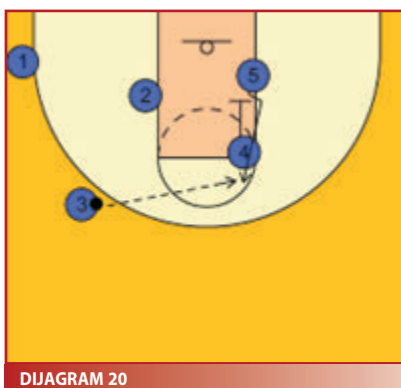
Ovaj napad iz rasporeda 1-3-1 započinjemo sa igračima broj 3 i 4 na pozicijama visokog posta, broj 2 je na krilnoj poziciji, a broj 5 na



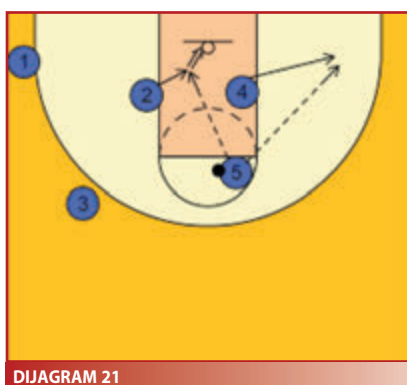
poziciji niskog posta. Napad započinjemo pasom na igrača na visokom postu (u ovoj situaciji broj 4), a koji je na strani gde imamo igrača na krilnoj poziciji. Posle dodavanja, igrač broj 1 protrčava oko igrača broj 3 i popunjava suprotnu krilnu poziciju (Dijagram 11).



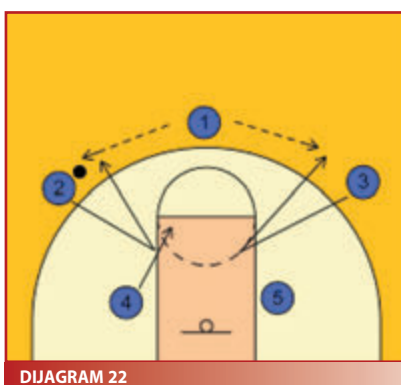
DIJAGRAM 19



DIJAGRAM 20



DIJAGRAM 21



DIJAGRAM 22

Igrač broj 3 iskoračuje na spoljnu poziciju, da bi primio loptu na vrhu, od saigrača broj 4 (Dijagram 12).

Igrač broj 3 dodaje loptu igraču broj 1 na krilnoj poziciji, a istovremeno igrač broj 4 pravi blokadu za saigrača broj 2 na neopterećenoj strani (Dijagram 13).

Igrač broj 2 koristi blokadu, protrčava kroz reket i odlazi u ugao terena na opterećenoj strani, sa ciljem da primi loptu. Posle blokade, igrač broj 4 se spušta ka reketu, na neopterećenoj strani (Dijagram 14). Treba napomenuti da igrač

broj 1 može da doda loptu saigraču broj 1 i prilikom njegovog protrčavanja kroz reket (ukoliko situacija to dozvoljava).

Ukoliko igrači koji čuvaju igrače broj 4 i 5 izlaze da zatvore pas na igrača broj 2 koji protrčava, igrač broj 1 može da doda loptu igraču broj 4 lob pasom, ili igraču broj 5 na poziciji niskog posta, za brzu realizaciju ispod koša (Dijagram 15).

Ukoliko ove opcije nisu moguće, napad nastavljamo tako što igrač broj 2 utrčava u ugao terena, gde prima loptu od saigrača broj 1.

Zatim, igrač broj 5 postavlja blokadu saigraču 2 u uglu terena. Igrač broj 1 „čisti“ stranu i odlazi u suprotan ugao terena, a igrač broj 3 popunjava krilnu poziciju na neopterećenoj strani (Dijagram 16).

Igrači broj 5 i 2 igraju P'N'R u uglu terena, a igrač broj 5 se posle blokade snažno otvara ka košu (Dijagram 17).

U zavisnosti od toga kako odbrana reaguje, kako brani P'N'R, igrač broj 2 ima nekoliko različitih opcija za dodavanje. Idealno bi bilo da doda loptu igraču broj 5 koji se otvorio ka košu. Ukoliko igrač koji čuva igrača broj 4 izlazi na pomoć na napadača broj 5, igrač broj 2 može dodati loptu saigraču broj 4 ispod koša.

Ukoliko igrač koji čuva igrača broj 1 odreauguje na takvu mogućnost i dođe da pomogne sa neopterećene strane, igrač broj 2 može da doda loptu saigraču broj 1 u suprotnom uglu terena za otvoren šut za tri poena. A ukoliko ni jedna od ovih opcija nije moguća, igrač broj 2 dodaje loptu saigraču broj 3 na suprotnoj krilnoj poziciji (Dijagram 18).

Nastavak je sledeći: Igrač broj 4 postavlja blokadu za saigrača 2 na vrhu reketa, koji se spušta ka ivici reketa, sa ciljem da primi loptu od saigrača broj 3 (Dijagram 19).

Ukoliko igrač broj 2 nije u mogućnosti da primi loptu, igrač broj 5 izlazi na poziciju visokog posta, koristeći donju blokadu koju mu je postavio saigrač broj 4, a da bi primio loptu od saigrača broj 3 (Dijagram 20).

Igrač broj 2 se okreće ka košu, očekujući loptu od saigrača broj 5. Igrač broj 4 iskoračuje ka osnovnoj liniji. Ukoliko njegov odbrambeni igrač pokuša da pomogne i da spreči pas ka igraču broj 2, to je dobra prilika da igrač broj 4 primi loptu za neometan šut sa srednj distance (Dijagram 21).

Na kraju, prikazaćemo još jednu opciju ovog napada, koji je omiljen i u nekim univerzitetskim ekipama u SAD, ovaj konkretno na Indijana Univerzitetu.

Igrač broj 1 dodaje loptu jednom od saigrača , 2 ili 3 (u ovom slučaju 2), koji su se posle demarkiranja otvorili na krilne pozicije. Igrač na poziciji niskog posta na opterećenoj strani, penje se na poziciju visokog posta. Došli smo do rasporeda 1-3-1 (Dijagram 22).

Posle dodavanja lopte saigraču broj 2, igrač broj 1 fintira kretnju na neopterećenu stranu, a zatim naglo menja pravac i koristeći blokadu od saigrača broj 4, utrčava ka lopti, gde bi trebalo da primi loptu od saigrača broj 1 (Dijagram 23).

Ukoliko to dodavanje nije moguće, tj. igrač broj 1 nije mogao da primi loptu, on nastavlja kretnju kroz reket, ka uglu terena na neopterećenoj strani. Posle postavljene blokade saigraču broj 1, igrač broj 4 se vraća na poziciju niskog posta, gde zauzima poziciju s ciljem da primi loptu od saigrača broj 2 (Dijagram 24).

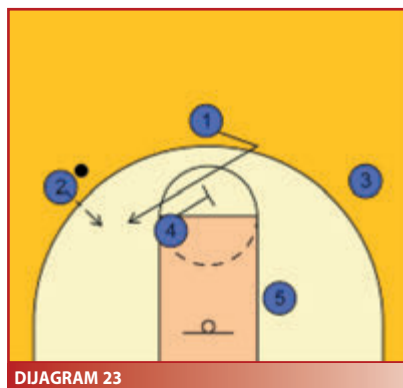
Ukoliko ni ta opcija nije moguća, tj. igrač broj 4 nije uspeo da primi loptu, on postavlja blokadu na ivici reketa za igrača broj 5, koji utrčava na suprotnu ivicu reketa, da bi primio loptu od saigrača broj 2 (Dijagram 25).

Ukoliko ni jedna od tih opcija za niskog posta nije moguća, igrač broj 3, sa neopterećene strane se pomera ka sredini, gde prima loptu od saigrača broj 2. U zavisnosti od situacije, može uputiti šut za tri poena ili odigrati 1 na 1. Ukoliko ni to nije moguće nastavlja sa „prebacivanjem” lopte ka saigraču broj 1, koji je popunio njegovu prethodnu poziciju (Dijagram 26).

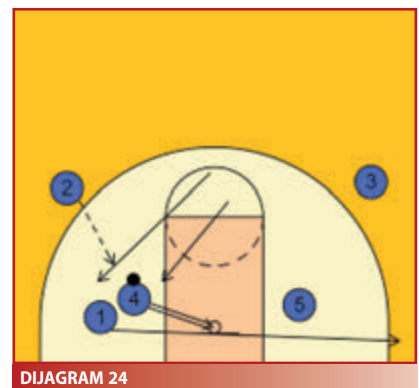
I igrač broj 1 ima iste mogućnosti, šut za tri poena, ili igra 1 na 1, a može i da spusti loptu saigraču broj 4 na poziciji niskog posta, u zavisnosti od situacije (Dijagram 27).

Ukoliko ni jedna od ovih opcija nije moguća, loptu treba vratiti do igrača broj 3 i „restartovati” napad sa vrha (Dijagram 28).

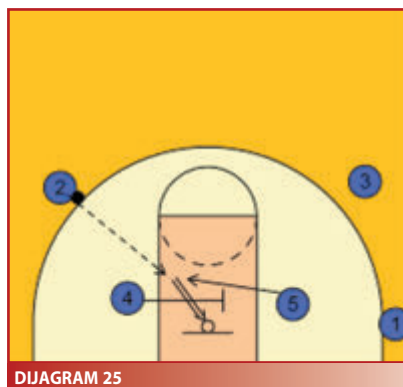
Iako je ova poslednja varijanta često viđena u našoj copy-paste košarci, možda će dobro poslužiti onima koji tek ulaze u svet taktičkih kombinacija i njihovih varijacija.



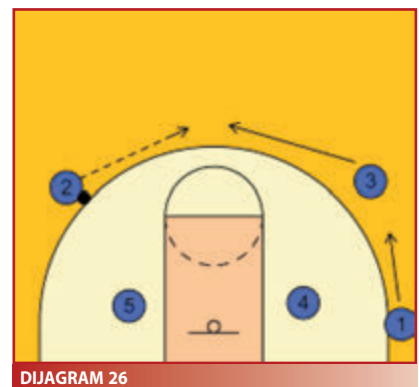
DIJAGRAM 23



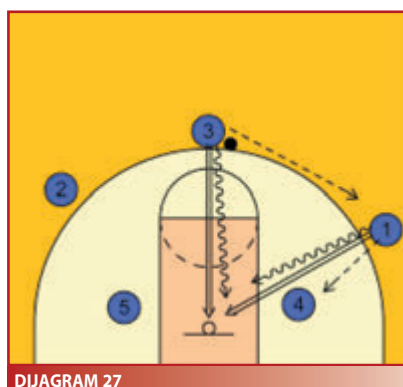
DIJAGRAM 24



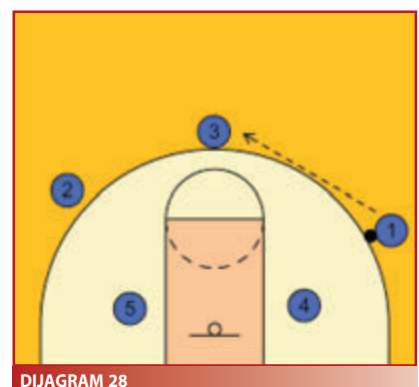
DIJAGRAM 25



DIJAGRAM 26



DIJAGRAM 27



DIJAGRAM 28



Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača i trenera iz Subotice i Minibasket udruženje Srbije, Beograd raspisuju

KONKURS

za upis kandidata na Program za stručno osposobljavanje kadrova III nivoa za zvanje: OPERATIVNI TRENER KOŠARKE.

Program čini 250 časova opštih i specifičnih časova. Predavanja iz opštih premeta organizuje se u zavisnosti od mesta boravka učesnika, a u dogovoru sa regionalnim košarkaškim savezima. Opšti deo nastave održaće se u okviru Minibasket festivala Rajko Žižić u terminu od 16.januara do 19.januara i od 6.jula do 16.jula 2014. Godine na kampu KASTA.

Nastavni planovi i program stručnog osposobljavanja je prilagođen savremenim potrebama košarkaškog sporta i njenim strateškim ciljevima. Nastava se sastoji od teorijskih predavanja, praktičnih prevanja, vežbi i pedagoške prakse, podeljenih u deset nastavnih predmeta.

Iz nastavnih predmeta polažu se ispiti, a nakon toga se brani završni rad.

Svi treneri koji su uspešno položili sve ispite i završni rad dobijaju sertifikat o sticanju znanja na srpskom i engleskom jeziku, kao i uverenje o nastavnom planu i program.

Sticanje zvanja OPERATIVNI TRENER U KOŠARCI obezbeđuje dobijanje plave licence, na osnovu pravilnika UKTS.

Prijava kandidata odvija se u Visokoj školi u Subotici, ul. Banijska 67, od 9-13 časova, ili u Udruženju Mini basket Srbije u Beogradu, ul. Sezonova 83(Kuća košarke).

Cena ovog programa iznosi 40.000 dinara. Uplata se vrši u dve jednake rate, prva prilikom prijavljivanja, a druga do kraja kursa.

Za sve dodatne informacije možete se obratiti u Subotici na telefone:

024 547 –870 ili **024 547 –860**

Ili u Beogradu na sledeće brojeve:

011 340 08 19 ili na mobilni telefon **063 385 963,**

064 828 29 14 (Rade Georgievski).





ISSN 1820-4058



9 771820 405009