

TRENER



časopis udruženja košarkaških trenera



MART 2016, GODINA **XX** CENA 150 RSD 2 EUR 3,5 KM 100 DEN 25 KUNA



predsednik UKTS

Ivan Jeremić

Obaveza - istinska afirmacija trenera

Dejan Milojević

KK Mega Leks osvajač Kupa „Radivoj Korać“:

Lepše i važnije biti trener





Beograd, 22. Januar 2016.

SKUPŠTINA UKTS

Naš komentar

Piše: Mirko POLOVINA

Skupština



to iz opravdanih, a što zbog onih drugih razloga, predugo smo čekali sednicu Skupštine UKTS na kojoj je, pored ostalih poslova, trebalo izabrati novog predsednika. Tek jedna od posledica stanja koje je takva situacija proizvodila, bilo je i pomeranje izlaska poslednjeg broja Trenera.

Uz nekoliko zakazivanja, pa pomeranja datuma, konačno Skupština je održana 22. januara.

Međutim, sa zadovoljstvom možemo konstatovati, da smo u poslednjih petnaestak godina, imali izuzetno kvalitetnu i verovatno najbolje organizovanu sednicu najvišeg organa upravljanja našeg udruženja i tako okončali period, ne bukvalno, ali formalno – neke vrste „bezvlašća“.

No vratimo se sednici, sa koje smo, pored delegata Skupštine, svi mi prisutni poneli najlepše utiske. A evo, po nama najvrednijih.

Novi predsednik Udruženja je Ivan Jeremić. Trener koji je celom svojom karijerom vezan za ovo udruženje. Kao mlad trener bio je ne samo aktivan svedok, već i velika pomoć Slobodanu Pivi Ivkoviću u stvaranju samog UKTS. Poslednjih godina, izuzetno uspešno se bavio organizacijom jednog od naša dva brenda – BCB, ali o predsedniku više u intervjuu sa nim koji donosimo na stranicama koje slede. Obaveza više svakako će mu biti, da kao legitimni predsednik, više zavede reda, kako bi se znalo, što kaže naš narod: „Ko kosi, a ko vodu nosi“, predsednike regija, uz častan izuzetak, podseti na njihove obaveze itd.

Pitanje kvoruma, što je hroničan organizacioni problem, ovoga puta nije se dovodilo u pitanje. Naprotiv, pored članova Skupštine, velika sala u Kući košarke, gotovo da je bila mala da primi sve one koji su želeli da prisustvuju ovom događaju. Toliko uglednih trenerskih imena, malo je prostora da ih sve nabrojimo, predvođenih doajenom Borom Cenićem, svojim prisustvom dali su izuzetan značaj ovom zasedanju.

Potvrđujući svojim prisustvom, teško stvaranu, ali godinama uspešnu saradnju na relaciji KSS-UKTS, tu su bili Dejan Tomašević, generalni sekretar i Igor Rakočević, potpredsednik KSS.

Od izuzetnog značaja i zato ga izdvajamo, bilo je i prisustvo Dušana Duda Ivkovića, ne samo najuglednijeg člana Upravnog odbora Udruženja, već čoveka koji je, sa svojim saradnicima, uz nesebično zalaganje i savlađujući brojne prepreke, pre petnaestak godina definitivno doprineo utemeljenju našeg udruženja u jednu stabilnu organizaciju i udruženje koje je svojom organizacijom, pretočenom u normativna akta, postalo uzor ostalima u Evropi.

Podsećajući na sve to i sve izazove i obaveze koje su pred samim udruženjem, Duda je na ovoj sednici, učestvujući u diskusiji, održao pravu besedu. Bilo je to, naročito za one mlađe, dragoceno. Mi bismo tu besedu sumirali u jednoj rečenici: Da se ne zaboravi i da se ne posustaje na putu uspeha.

Dakle sednica Skupštine UKTS, od 22. januara, pored nabrojanog donela nam je neku novu energiju i optimizam. Pokazalo se da raspolažemo, ono što je najdragocenije, velikim kadrovskim potencijalom. Trenerima koji mogu, znaju i žele da naše udruženje funkcioniše na najvišem evropskom nivou.

Nama koji već dvadeset godina kreiramo ovaj časopis, bilo je veliko zadovoljstvo i satisfakcija, pominjanje Trenera u najpozitivnijem tonu.

Konačno na Skupštini je sekretaru Udruženja Strahinji Vasiljeviću, okončano v.d. stanje.

Izvesno je da je period, neke vrste v. d. stanja, koje je zahvatilo Udruženje, očekujući Skupštinu i izbor novog predsednika, definitivno okončano, i to na izuzetno korektan, lep i na kraju, gotovo svečan način.

Sve to, utoliko više, obavezuje, pre svih novog predsednika, upravni odbor, naravno i sekretara, na adekvatan odgovor postavljenim zadacima.

Istovremeno mislimo da zaključci ove skupštine obavezuju i najšire članstvo, a naročito one ugledne trenere koji su svojim prisustvom pretvorili ovu Skupštinu u veličanstven sabor trenerske struke.

S toga, može se zaključiti: Završetkom sednice skupštine, 22. januara nikome od prisutnih u velikoj sali, nisu prestale obaveze prema Udruženju. Naprotiv.

Ivan Jeremić, predsednik UKTS

Obaveza – istinska afirmacija trenera

Posle izborne skupštine UKTS, održane 22. januara, iskoristili smo priliku, a to smo smatrali i obostranom obavezom, da za Trener porazgovaramo sa Ivanom Jeremićem, novoizabranim predsednikom.

● Kako ste doživeli izbor na mesto predsednika, imajući u vidu tradiciju, visok ugled u svetu košarke i činjenicu da su Vaši prethodnici na čelu UKTS bili naši najugledniji treneri, poput Dušana Ivkovića, Željka Obradovića, Zorana Kovačića, Ace Petrovića?

– Doživio sam izbor kao veliku čast i obavezu. U celom svetu, a naročito u Evropi, ugled srpskog košarkaškog trenera je ogroman. Naslediti takve ljude kakvi su Duda Ivković, Željko Obradović, moj kum Aco Petrović koji, na žalost, više nije sa nama i drugi, biće velika obaveza

za mene i čast, a trudiću se ne da udruženje poboljšam, nego osavremenim i da u saradnji sa ostalim članovima Upravnog odbora načinimo novi iskorak u čuvanju njegove uloge i ugleda u svetu košarke. Verujem da ću uz podršku kolega trenera opravdati poverenje. Moja obaveza je utoliko veća što sam sa legendarnim Slobodanom Pivom Ivkovićem, košarkaškim vizionarom, učestvovao u stvaranju ovog udruženja – naglasio je novi predsednik UKTS.

● Vašem izboru, pored članova Skupštine, prisustvovao je veliki broj naših uglednih trenera, članova UKTS. Koliko Vas ta činjenica obavezuje?

– Jedan od mojih kolega i prijatelja, učesnik ove skupštine, rekao je tim povodom: „Skupilo se

mного dobrih ljudi“. Zaista je bilo tako. Nikada se nije desilo da imamo ovakav odziv. Svi su bili tu, od veterana Bore Cenića, pa Rajko Toroman, Vlada Jovanović, Darko Ruso, Aleksandar Trifunović, Joca Antonić, Petar Božić, Dejan Milojević i mnogi drugi. Na zadovoljstvo, ne samo moje, već svih prisutnih i pored profesionalnih obaveza, Skupštini je prisustvovao Dušan Ivković. Pored prisustva bilo je dragoceno i ono što nam je Duda poručio. Čast nam je svojim prisustvom učinio i prof. dr Vlado Koprivica.



To je još jedan pokazatelj koliko smo jaki kao organizacija i sigurno da je dodatna obaveza za mene – prokomentarisao Jeremić.

● Činjenici da Vas je Upravni odbor UKTS predložio kao jedinog kandidata za predsednika, izvesno je, doprinela je Vaša aktivnost na mestu direktora „Basketball clinic Belgrade“. Kod mlađih trenera je manje poznata činjenica da ste Vi sa idejnim tvorcem Udruženja – legendarnim Pivom Ivkovićem, aktivno učestvovali u formiranju UKTS. Podsetite nas na početak Vaših aktivnosti u Udruženju?

– Drago mi je da su moje kolege visoko vrednovale moju aktivnost i u radu na BCB. O svojim počecima rada u Udruženju sam već nešto rekao.

Legendarni Piva je imao viziju da je udruženje potrebno našim trenerima. Čak je imao viziju da treba stvoriti srpsko udruženje trenera mnogo pre raspada SFRJ tako da smo mi samo nastavili da radimo kao ranije kad se to desilo. Gradili smo ovo udruženje kao svoje, bili smo na samom početku u Nušićevoj ulici. Zatim, do izgradnje Kuće košarke, odlazimo u „Pionir“, gde smo donosili u praznu kancelariju svoj nameštaj, ali sistematski napredovali... Zato želim da mladi treneri prihvate ovo udruženje kao svoj drugi dom. Što se tiče BCB, tada me je pozvao moj kum Aco Petrović, da mu pomognem, jer je postao predsednik. Preuzeo sam Kliniku i uspeali smo da održimo i unapredimo njen već prepoznatljiv brend i u svetu. Prošle godine, primera radi, imali smo 1.270 trenera na njoj i sigurno je da smo ponosni na to. Nastavićemo da na BCB dovodimo najbolje naše, ali i svetske trenere koji su tog momenta u žiži košarkaške javnosti i koji mogu ponuditi neke savremene vizije razvoja košarke, kao i goste iz SAD. Sve sa ciljem da se pre svega usavršavaju naši treneri, ali i da, kao i do sada, privučemo što veći broj trenera iz inostranstva i time, pored svega rečenog, ostvarimo i materijalnu dobit, koju ćemo opet ulagati u dalje usavršavanje naših članova – podvukao je Jeremić.

● U Vašem izlaganju na izbornoj skupštini i Planu rada koji ste predložili za 2016. godinu, predvideli ste niz aktivnosti. Istaknite najvažnije aktivnosti Vas i UKTS u naredne četiri godine, pre svega na osnovnom zadatku Udruženja, a to je – stručno usavršavanje košarkaških trenera.

– Danas se zna ko je i šta je u svetu srpski košarkaški trener. Da bi tako ostalo, međutim, mi smatramo da je obrazovanje i usavršavanje trenera veoma važno. To je naša osnovna obaveza koja ne prestaje. Moja namera je da obidem sve obrazovne ustanove licencirane za školovanje košarkaških trenera sa ciljem da dobijemo dobre i dovoljno kvalitetno obučene trenere. Predložićemo svima da u proces obrazovanja, a u saradnji sa Udruženjem, uključimo naše vrhunске trenere kao predavače. Mislamo da će to koristiti i tim obrazovnim ustanovama i Udruženju, a najviše onima koji se obučavaju za zvanje – košarkaški trener. Kako je stručno usavršavanje trenera interes naše košarke u celini, imamo dogovor sa Košarkaškim savezom Srbije da na leto pošaljemo po jednog trenera u svaku reprezentaciju, mušku i žensku, od kadetske do seniorske, da bi na licu mesta mogli da vide koje su najvažnije tendencije u modernoj košarci. Obnovićemo praksu da naši treneri, po utvrđenim kriterijumima, borave kod naših najistaknutijih trenera, bilo u Srbiji ili inostranstvu. Naravno da nismo odustali ni od ideje da, ponovo, pošaljemo grupu trenera na stručno usavršavanje u SAD. Za to nam treba malo strpljenja i više finansijskih sredstava koja moramo obezbediti mimo članarina – istakao je Jeremić.

● Neretko je isticano da, pored ostalog, težak materijalni položaj većine trenera, gotovo već deset godina drži isti nivo članarine, što samo udruženje, s druge strane, dovodi u sve težu materijalnu situaciju. Često se ističe da bi taj nedostatak sredstava mogla i morala da nadomesti marketinška aktivnost, za koju Udruženje, na osnovu plana aktivnosti i stečenog ugleda, ima realnu šansu. Da li planirate poboljšanje tog segmenta delovanja?

Vasiljević bez v.d.

Posle dve godine, Strahinja Vasiljević, na Skupštini UKTS, od 22. januara, na predlog Upravnog odbora izabran je za sekretara Udruženja, čime mu je prestalo v.d. stanje.

– Drago mi je što sam dobio poverenje članova Skupštine. Doživeo sam to kao priznanje za dosadašnji rad i obavezu da ukazano poverenje opravdam. U saradnji sa predsednikom Jeremićem i Upravnim odborom, trudiću se da unapredimo i učinimo raznovrsnijim oblike stručnog usvršavanja trenera, uz redovno obavljanje redovnih administrativnih poslova koje kancelarija zahteva, izjavio je Vasiljević.

– Rekao sam već da se u svetu zna šta je srpski košarkaški trener. To je jedan brend i mi imamo nameru da ga iskoristimo i u svetu. Takođe, marketinški rad ćemo pojačati i pravljenjem jednog modernijeg veb sajta, jer u današnje vreme mnogi koji žele da se informišu to rade preko interneta. Imamo već sigurno najbolji časopis za trenere u Evropi Trener. Što se tiče članarine, ona iznosi 3.000,00 dinara već više od deset godina i mi smo odlučili da je ne menjamo. Jako je teška materijalna situacija, ali mi smo rešili da se „stisnemo“ ovde i pojačamo marketing. Hteo bih zato da pozovem trenere da plaćaju članarinu, jer je i to način da čuvamo svoju kuću. Prosto pozivam sve članove na poštovanje našeg statuta – optimista je predsednik Jeremić.

● UKTS je prepoznato i van Evrope kao jedno od retkih koje ima odličnu saradnju sa nacionalnim košarkaškim savezom. Kako Vi ocenjujete tu saradnju i gde su osnovni zajednički pravci delovanja UKTS i KSS?





– Naša saradnja sa košarkaškim savezom je odlična i može da služi kao izvanredan primer. Mi smo jedna kuća, mada to nije tako u svetu. Sve svoje aktivnosti usklađujemo sa ljudima iz KSS. Dejan Tomašević, sada generalni sekretar, kada je bio na funkciji potpredsednika KSS pomogao je da rešimo problem u vezi sa licenciranjem za trenera, što je ranije samo takmičenje dovodilo do neregularnosti. Zajedno ćemo sigurno nastaviti da radimo na razvoju kako Udruženja, tako i košarke u celini – siguran je Jeremić.

● Vaš prethodnik, kolega i veliki prijatelj, tragično preminuli Aco Petrović, promovisao je BCB i časopis *Trener*, kao dva brenda UKTS. Koliko i Vi mislite da su oni od značaja za Udruženje i hoće li ta dva projekta i za Vas biti brendovi koje treba i dalje usavršavati, pored ostalog, kao značajan doprinos stručnom usavršavanju trenera?

– Sigurno, ponoviću da je *Trener* najbolji časopis za našu struku u Evropi, a gospodin Mirko Polovina koji ga uređuje mnogo mi je pomagao u Udruženju u vreme kada nismo imali predsednika posle Acinog tragičnog odlaska. Reč je o časopisu koji već dvadeset godinu čuva veoma visok nivo. Taj časopis, pored ostalog, pomaže stručnom usavršavanju trenera. *Trener* i *Klinika* su nešto po čemu smo postali poznati u svetu i sigurno ćemo dalje razvijati te brendove – izričit je predsednik Jeremić.

● Za kraj, Vaša poruka kolegama, članovima UKTS?

– Hteo bih da poručim mlađim kolegama, sada već kao trener srednje generacije, da aktivno učestvuju u radu Udruženja i u njegovim projektima, članarinu, da ponovim, nećemo povećavati, ali je najvažnije da oni učestvuju u radu, jer savet starijeg kolege, često, vredi više nego čitanje iz knjiga ili sa interneta. Živu reč ne može ništa da zameni. Moramo zajednički raditi na zaštiti trenera, jer kako kažu svi predsednici klubova, lakše je smeniti jednog trenera nego dvanaest igrača. Ali možemo nešto drugo. Opet apelujem na kolege da deponuju svoje ugovore

re kod nas, mi imamo advokate koji bi na osnovu njih mogli da ih zastupaju, ali i koji znaju kako se ugovori za trenere pišu. Konačno, pozivam sve naše trenere da Udruženje istinski prihvate kao svoje. Da aktivno učestvuju u svim akcijama i iniciraju neke nove ideje, jer UKTS je udruženje koje pripada svima, a ne samo nama koji trenutno obavljamo neku funkciju.

Koristim priliku, da se, pored onih koji su me predložili za čelnog čoveka UKTS, zahvalim i svima koji su mi posle toga čestitali. Ujedno, pamtim sve koji su mi obećali podršku – zaključio je predsednik Jeremić u svom prvom intervjuu za *Trener*.

Filip Somić

Pomoć obolelim od ALS

Od predsednika Ivana Jeremića ekskluzivno smo dobili informaciju o pokretanju jedinstvene humanitarne akcije. Evo o čemu je reč:

– Za nas u udruženju veliki je gubitak bio odlazak Ace Petrovića. Mi i dalje imamo osećaj da se moramo nekako njemu odužiti. Na inicijativu Igora Kokoškova, njegov brat Nenad nam se obratio sa idejom da organizujemo humanitarnu akciju za obolele od ALS ne bismo li tim ljudima koji u najtežim uslovima boluju nekako olakšali tretman. Celu akciju je odobrila i podržala porodica pokojnog predsednika Ace Petrovića. Zato ćemo u Beogradu, na prigodan način, napraviti aukciju dresova NBA igrača i lopti, iz NBA lige, a sav prihod ćemo iskoristiti da pomognemo obolelima makar kupovinom aparata za disanje. Aukcija će se održati u vreme kvalifikacija za Olimpijske igre u Beogradu, a podržao ju je u potpunosti, u ime KSS, i predsednik Dragan Đilas.

Svi naši NBA asovi, na čelu sa Vladom Divcem, podržali su ovu humanitarnu akciju i većina njih nam je već poslala svoje dresove, patike, lopte i druge rekvizite koji će se naći na aukciji početkom jula. Takođe, u ovu akciju biće uključeni i brojni privrednici. Ovo je takođe apel svima koji nam mogu pomoći u ovoj akciji da nam se pridruže – pozvao je Ivan Jeremić.

Hala sportova na Novom Beogradu nosi ime Ranka Žeravice

Rankov hram košarke

Od kada nas je krajem prošle godine napustio jedan od najvećih svetskih trenera Ranko Žeravica, ideja o preimenovanju neke od sportskih hala ili ulica, tinjala je među prijateljima, poštovaocima, učenicima i u porodici velikog stručnjaka. Hala sportova otvorena je 1968. godine i najstariji je sportski objekat na Novom Beogradu. Nekako, tih godina Žeravica je, trenirajući reprezentaciju Jugoslavije, podizao nivo popularnosti košarke u celoj zemlji, maestralno se suprotstavljajući tadašnjim košarkaškim velesilama Sovjetskom Savezu i Americi. Kao kruna tog perioda, došla je zlatna medalja osvojena u Ljubljani 1970, prva u našoj istoriji. Posredstvom TV prijemnika, košarka je ušla u svako domaćinstvo i izazivala oduševljenje „od Triglava do Djevdjelije“. Žeravica je iskusno prepoznao taj momenat, taj zamah koji je zavladao jugoslovenskom košarkom. Došao je u Partizan, a samim tim i u Halu sportova. Tu, pod svodovima te male, kružne hale u kojoj si imao utisak da možeš da dodirneš igrače, kako je to Zaga Žeravica govorila, Ranko je počeo sa stvaranjem velikog Partizana. Onog koji će narednih decenija postati sinonim za rad sa mladima, uspesima u svim takmičenjima i velikom broju igrača koji su sa uspehom igrali u najjačim ligama sveta, uključujući i NBA ligu. Tu, dakle, pod svodovima baš te hale, Ranko je upario možda i najbolji dvojac koji je evropska košarka ikada imala. Dovoljno je bilo reći Kića i Praja i dalja objašnjenja širom košarkaškog sveta nisu bila potrebna. Da, baš tako, Ranko kao veliki zvezdaš i rekorder po broju pobeda na klupi crveno-belih (170) je praktično udario temelje novom, savremenom, igrački jakom Partizanu. Ali, bila su to druga vremena, drugi odnosi, a Ranko je video mnogo dalje i šire od većine. Dakle, istorija savremenog Partizana predvođena velikim trenerom otpočela je baš u ovoj hali. Hiljade i hiljade sati mukotrpnog rada, odricanja, znoja, prolio je Ranko Žeravica baš u hali koja danas s pravom nosi njegovo ime. Mogao je to biti i Pionir, gde su pred Rankovom Zvezdom padali mnogi velikani košarke, mogla je to biti i Arena za koju su već odavno predlagali da ponese ime nekog od utemeljivača naše košarke ali je izbor pao na Halu sportova. Zaga Žeravica je zadovoljna ovim izborom. Prijatelji Rankovi su zadovoljni. Dakle, izbor je pravi i svaka dalja dilema oko ovoga je izlišna.

Na otkrivanju spomen-ploče mladog umetnika Radoša Radenkovića koji je umetnički precizno pogodio Rankov izraz lica, okupilo se mnogo ljudi. Bili su tu prijatelji iz njegovog Radničkog, njegove

Crvene zvezde, njegovog Partizana. Došli su da i ovog puta odaju počast čoveku koji je mnoge od njih zadužio, naučio ih, stvorio ih, učinio ih boljim košarkašima, boljim trenerima, boljim ljudima.

Predsednik košarkaškog saveza Srbije Dragan Dilas nije krio oduševljenje zbog uspešne realizacije ove akcije:

„Sjajna ideja, a i sjajna inicijativa Aleksandra Šapića, predsednika opštine Novi Beograd, da svi sportski objekti u Srbiji nose ime nekog vrhunskog sportiste. Nama je pripala čast da jedno ovako veliko ime bude vezano za Halu sportova ali ova hala i jeste pre svega košarkaška hala. Mislim da je jako lepo što će ime Ranka Žeravice i na ovaj način biti upamćeno i kad nas više ne bude“.



Životna saputnica Ranka Žeravice, supruga Zaga, bila je, razumljivo, i srećna i uzbuđena zbog ovog događaja:

„Prvo, oduševljena sam ovim što se desilo. Odlivak je fantastičan, nisam očekivala da će biti tako kvalitetan. Umetnik mi je obećao da će mi pokloniti jedan primerak za muzej koji se pravi, a posvećen je Ranku. A drugo, i pored lošeg vremena, došlo je toliko ljudi, onih pravih zaljubljenika i poštovaoca Ranka i košarke da sam zaista oduševljena. Hvala svima“.

I zaista, hvala svima onima koji neguju i čuvaju uspomenu na velikog trenera, čoveka, pregaoca, umetnika na košarkaškom polju. Nadamo se da će se Rankov duh, njegovo znanje i pobjednički mentalitet, preneti na sve one reprezentacije i timove koji se budu pripremali i igrali u ovoj jedinstvenoj hali, Hali sportova Ranko Žeravica na čijoj spomen ploči piše: „Olimpijski i svetski šampion, košarkaški prosvetitelj“.

B. Manojlović



Dimitris Itudis, trener CSKA: Predavanje sa BCB– 2015

Trening u pripremnom periodu

beogradska trenerska Klinika je imala tu čast i zadovoljstvo da prošloga leta ugosti, po prvi put kao samostalnog predavača, čoveka koji je već dosta puta na njenim predavanjima i učestvovao. Naime, ovo je prvi put da je mladi ali veoma uspešni grčki trener Dimitris Itudis samostalno držao predavanje na Klinici. Do sada je već nekoliko puta, kao asistent našeg Željka Obradovića, učestvovao asistirajući mu dok su zajedno radili u Atini. Obradović je Itudisov mentor, ali pre svega izvanredan prijatelj.

Itudisu je sada već duboko u drugoj sezoni trenerskog angažmana u velikom moskovskom gigantu CSKA, dok je pre toga samostalno radio i u Turskoj gde se po prvi put i dokazao kao glavni trener što je i bila preporuka za Moskovljane da ga dovedu, nadajući se da ove sezone mogu konačno osvojiti titulu na Final 4 Evrolige.

Itudis je držao predavanje na temu: „Trening u pripremnom periodu“.

„Ono što ću sada uraditi je to da ću Vam pokazati ove vežbe, za koje neću potrošiti puno vremena, trajanje samih vežbi biće manje. Tako da ćete biti u prilici da vidite kroz same vežbe kako izgleda sam trening od njegovog početka pa do samog kraja.“

Vežbe zagrevanja su veoma jednostavne vežbe. Vežbe koje ću Vam prikazati se najčešće i koriste u treningu. Tokom sezone se trudimo da menjamo vežbe kako bismo izbegli da trening postane igrači-ma dosadan koristeći ista sredstva (vežbe).

Formiraćemo četiri grupe sa po tri igrača najčešće (vežba „3 na 0“ – dijagram 1), tražimo od igrača da lopta ne dodiruje parket, sami igrači mogu da idu po sve tri linije trčanja u ovoj vežbi bez obzira na njihove pozicije u igri. Naglašavam činjenicu da tražimo samo dodavanje sa grudi i to radimo kako bismo proverili nivo fokusa svojih igrača. Verovatno se pitate da li je i koliko važno da neko od igrača doda loptu o parket u ovoj situaciji. Odgovor je da je važno jer je za nas veoma važno da ceo tim bude potpuno fokusiran i koncentrisan od samog početka treninga i da nas sluša. Ovo je priprema za situaciju u samoj utakmici gde se recimo naletimo na početku četvrtne četvrtine gde se odlučuje pobednik

i gde želimo da fokus igrača bude na najvišem mogućem nivou.

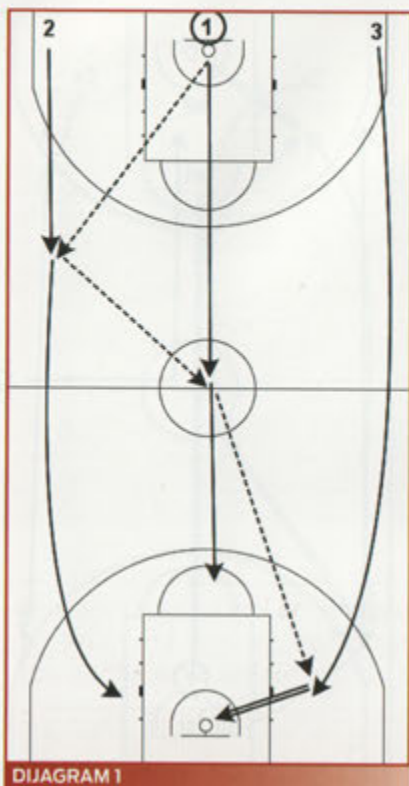
Sada ćemo u sledećem ponavljanju zadati da poslednje dodavanje pre polaganja (završetka) na koš bude dodavanje o parket. Sledeća stvar koju tražim je da se polaganje na koš napravi na „drugi obruč“. Ako se desi da neko umesto polaganja na drugi obruč recimo zakuca loptu sledi kazna. Još



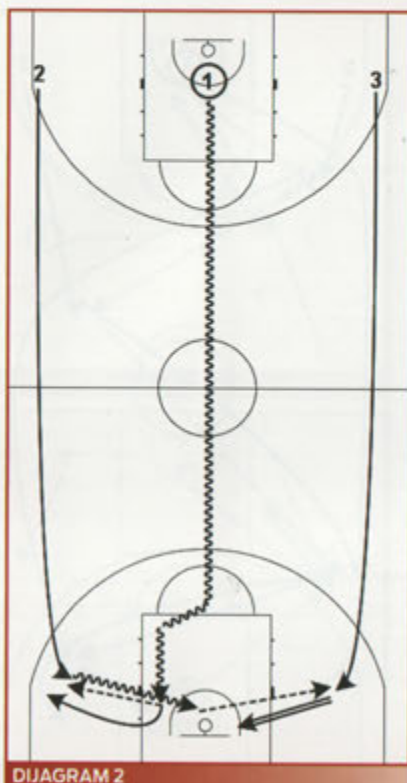
jednom ponavljam da je razlog zbog čega tražimo sve ovo je zbog naše filozofije da od igrača tražimo na treningu da rade stvari onako kako želimo da ih rade i tokom same utakmice, i da smo mi (treneri) ti koji donose odluke kako će se nešto uraditi ili izvesti. Naša filozofija je da se igra jednostavno ali mnoge stvari su određene u zavisnosti od toga kako svaki pojedinac „čita“ određenu situaciju.

Sledeća stvar koju radimo iz iste kretnje je to da nakon inicijalnog dodavanja igraču koji je u sredini i popunjava centralnu poziciju na terenu, igrač (srednji) driblingom dovodi loptu do visine linije za tri poena na suprotnoj strani terena odakle je dodaje na bilo koju od strana dodavanjem o parket, dok će igrač koji završava na koš to uraditi polaganjem „na drugi obruč“.

Sada ćemo početi vežbu na isti način ali ćemo u završnici raditi sledeće. Imaćemo situaciju izolacije za igrača koji je doveo loptu do linije za tri poena –



DIJAGRAM 1



DIJAGRAM 2

on će prodorom napasti koš i izbaciti loptu igraču koji se nalazi na strani koju je napao igrač iz izolacije. Igrač koji primi loptu pravi prodor u sredinu, a igrač koji je izbacio loptu ide uz čeonu liniju da popuni poziciju sa koje je igrač krenuo u prodor u sredinu. Igrač koji sada napada sredinu prodorom izbacuje loptu igraču na strani koju napada nakon čega sledi završnica šutem (šutem trećeg igrača). Dakle imaćemo situaciju prodora i izbacivanja lopte spolja dva puta (dijagram 2). Nakon upućenog šuta na koš tražimo od svih igrača da idu na skok za loptom.

Vežbu možete promeniti tako što ćete početi sa prodorom sa pozicije na strani, naravno u zavisnosti od onoga što je Vama potrebno. Isto tako možete tražiti i prodor ka čeonj liniji, pa čak i rani „pick and roll“ u tranziciji iz ove postavke sa tri igrača.

Poslednji deo našeg zagrevanja pre samog rastezanja je ono što mi zovemo „kris kros“ (ili „osmica“), sa četiri dodavanja i polaganjem (vežba gde se nakon dodavanja trči iza leđa igrača kome je lopta dodata – praktično kao „osmica“ izgleda kretanja svakog od trojice igrača). Prilikom izvođenja vežbe situacije gubljenja lopte (greška u koracima ili loše dodavanje) ili promašaja nisu dozvoljene! Sada radimo sa samo tri dodavanja i bez mogućnosti driblinga – dodavanje sa grudi. Koristite teren na pravi način i raširite se po terenu prilikom istrčavanja (dijagram 3). Ako vidite da postoji potreba za dodatnim trčanjem ovo je opcija za to pre nego što pređemo na rastezanje – radimo tri dužine ovu vežbu uzastopno (tri dodavanja sa grudi, bez driblinga i dodavanja o parket).

Ovo je sada trenutak gde se naše zagrevanje završava i će kondicioni trener raditi rastezanje sa

igračima. Samo trajanje rastezanja je u rasponu od sedam do najviše deset minuta.

Nakon rastezanja koristimo tri različita načina da uđemo u trening.

Jedan od načina je da pređemo na napadačke osnove što pre svega znači šuterske vežbe, deleći ekipu na dve grupe – visoki igrači na jednom košu a niski na drugom.

Nakon rastezanja drugi način da se uđe u trening je da se pređe naš kontranapad i napad iz tranzicije. Da bi ovo bilo izvodljivo naš kondicioni trener bi sa nekim vežba trčanja još pripremio ekipu kako bi igrači momentalno mogli da uđu u trening na što intenzivniji način. Ovde moramo imati dobru saradnju između košarkaških trenera i kondicionog trenera, tako da kondicioni trener mora

uvek znati šta sledi neposredno nakon rastezanja.

Najbolji način da se uđe u dalji trening nakon rastezanja je vežbama „1 na 1“ na polovini terena ili po celom terenu.

Pokazaću Vam drugi način za ulazak u nastavak treninga – situacije u kontranapadu, konkretno kroz vežbu „3 na 2“ sa prelaskom u „2 na 1“.

Sada ćemo biti određeniji i prilikom otvaranja kontranapada „3 na 0“ i tražićemo od igrača koji „vuče“ loptu (driblingom kroz sredinu) da je uvek doda spoljnjem igraču (niskom igraču, beku) koji će završiti akciju. Mali igrač mora da stvarno sprintuje jer zna da je on taj koji će završiti akciju. Ponovo smo veoma određeni sada i svaki put tražimo od niskog igrača da završi akciju. Sada će igrač koji je skakao inicijalno za loptom na košu i napravio prvo („outlet“) dodavanje biti taj koji završava svaki put (kao „trejler“). Tokom treninga radićemo ovu vežbu četiri puta (četiri dužine) – tako da će visoki igrač poentirati četiri puta.

Sada ćemo raditi „3 na 0“ sa završetkom šutem iz driblinga igrača koji vodi loptu (praktično „coast to coast“ situacija) gde će ostala dva igrača ići na skok pokušavajući da se izборе ranim zagrađivanjem i ostvarivanjem bolje pozicije u borbi za skok za loptom. Jedna od stvari koja mora da se naglasi u ovoj vežbi je zagrađivanje – od niskog igrača tražimo da bude agresivan i da što pre (ranije) dođe u kontakt sa višim igračem. Ako pokuša da ga zagradi leđima bliže košu to će biti nemoguće. Jedini način da ostvari nešto je da iscenira foul u napada od strane visokog igrača u ovoj situaciji.

Još jedna stvar koju treba naglasiti je to da se broji procenat postignutih šuteva. U ovoj situaciji

naš tim šutira na koš osam puta. Kako bi nastavili dalje i prešli na sledeću vežbu moraju da pogode 6 od 8 šuteva u ovoj vežbi. Ako ne postignu 6 pogodaka već daju manje – nastavljamo iz početka sve dok se postavljena granica ne ispuni.

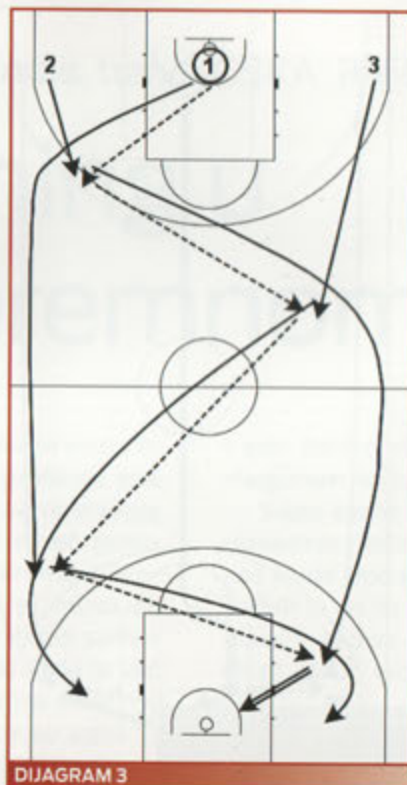
Sledeća opcija u ovoj vežbi je skok šut spoljnog igrača i zgrađivanje malog protiv velikog igrača. Ponovo je postavljen cilj da se postignem minimum 6 od 8 šuteva.

Sada sledi deo vežbe gde radimo opciju gde želimo da naglasimo ono što spremamo za sledeću utakmicu. U ovom sada slučaju radimo rani post up, gde ćemo rano spustiti loptu na niskog posta, a igrač koji dodaje loptu nakon dodavanja protrčava na suprotnu stranu kako bi odbranu držao okupiranom i ne samo fokusiranom na poziciju niskog posta. Nisko igrač kreće sa

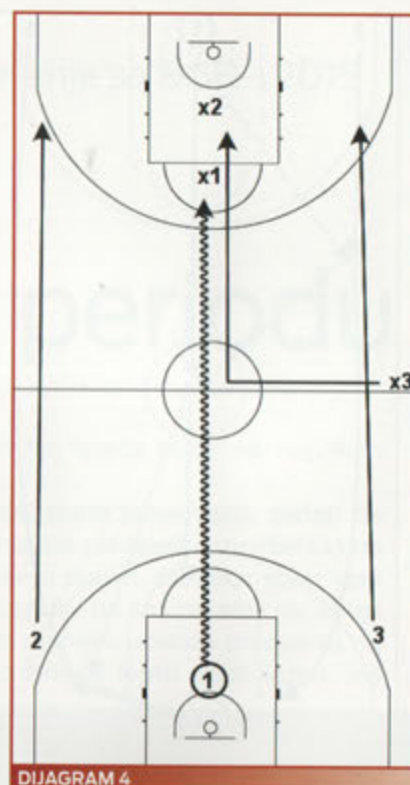
utrčavanjem i kretnjom tek kada post spusti loptu u dribling. Sledeće što se radi je opcija sa postavljanjem blokade spoljnjem igraču nakon što lopta ode na niskog posta – dakle dodavač postavlja blokadu za drugog niskog („mali za malog“ blokada).

Sada ćemo raditi opciju protiv odbrane sa kojom ćemo se suočiti u sledećoj utakmici. Konkretno radićemo rani „pick“ u tranziciji na strani.

Sledeća vežba koju radimo je „3 na 2 + 1 kontinuirano“. Zapravo pravilo za trećeg odbrambenog igrača je da mora sa sredine terena prvo da dođe do kruga na sredini terena pa da se potom pridruži dvojici saigrača u odbrani. On sprintuje u krug na sredini terena, dodiruje ga rukom kada lopta pređe polovinu terena (dijagram 4). Sada ćemo raditi kontranapad kroz sredinu i za to postoje dve opcije. Situacija je 3 na 2 i imamo prednost. Mnogi treneri vole i žele da se lopta doda napred što je pre moguće. Ovo je nešto što u mom timu ne želimo i objasniti Vam zašto. Ako dodamo loptu ranije to će značiti da treći odbrambeni igrač započinje ranije sa svojim vraćanjem nazad u odbranu. I šta onda imamo – situaciju 2 na 2. Zapravo nemamo prednost ako rano dodamo loptu jer je igrač koji dotrčava nakon ranog dodavanja u nivou sa trećim odbrambenim igračem i nikakva brojčana prednost praktično nije ostvarena. Ono što želimo da kao napad uradimo u ovoj situaciji je da loptom napredujemo kroz sredinu i da vežemo na taj način jednog od odbrambenih igrača (nateramo ga da izađe na igrača sa loptom i priđe mu) i to je ono što nam daje prednost i situaciju 2 protiv jednog igrača. Ako igrač ne priđe to nam omogućava otvoren šut sa linije u nivou slobodnih bacanja, a



DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 4

to je nešto na čemu smo radili u prethodnom delu treninga.

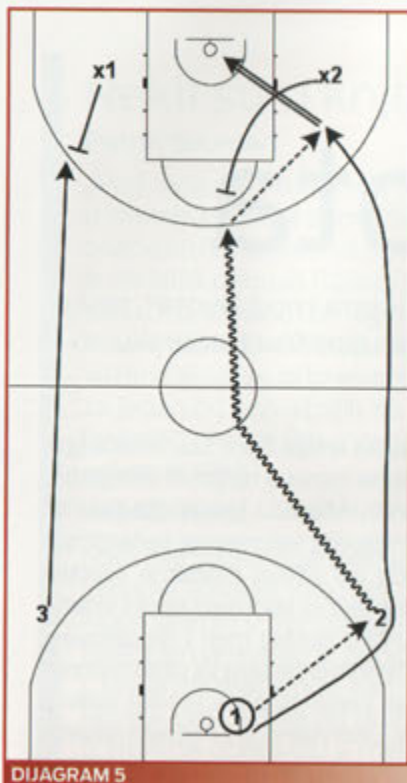
Nakon završetka ovog segmenta treninga prelazimo na slobodna bacanja i pauzu za osveženje.

Kada ovo vežbu radimo po prvi put u pripremnom periodu postavljamo 5 minuta na satu i ono što želimo da uradimo je vidimo konačan rezultat nakon tih 5 minuta. Poeni se broje kao na utakmici (za 2 i 3 poena) ali je svako promašeno polaganje minus 10 poena! Vežba je praktično 3 na 0 situacija ali gde sva tri igrača koja istrčavaju uzimaju šut – jedan igrač sa strane završava polaganjem loptom kojom su i krenuli u kontranapad sa svoje polovine, a preostala dvojica napadača dobijaju lopte od sledeće trojke koja ih „sačekuje“ za skok šut sa distance – ekipa sabira poene po malopre naglašenom obrascu (dijagram 5). Nakon što ekipa koja „sačekuje“ doda dve lopte igračima u napadu, trči na suprotnu stranu sa jednom preostalom loptom u svom posedu (jer je svaki od igrača ima loptu u rukama inicijalno) i na isti način sva trojica idu u realizaciju na suprotnoj polovini.

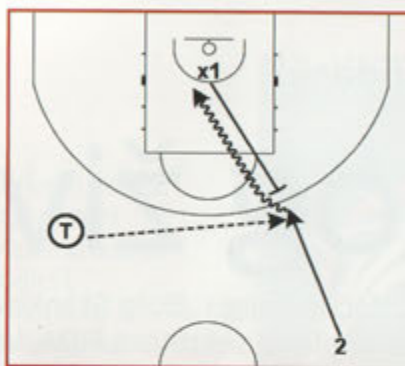
Nakon prvog izvođenja ove vežbe želimo da budemo sve bolji i bolji po ćemo pokušavati da postignemo svaki put više poena što ćemo i beležiti. Radi se o takmičarskoj vežbi u kojoj će igrači uživati.

Nakon ovakvih šuterskih vežbi koje su se odvijale na celom terenu ući ćemo u situacije „1 na 1“ na polovini terena – visoki na jednoj a niski na drugoj strani terena.

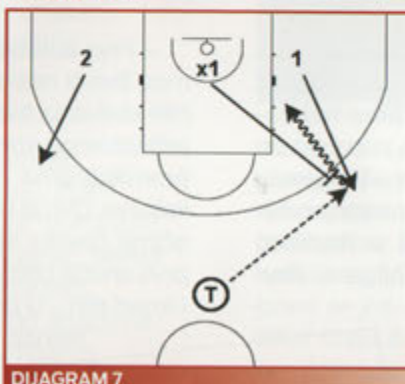
Ovo je konkretno vežba prilaska igraču koji treba da primi loptu. Lopta se nalazi kod trenera a odbrambeni igrač startuje sa čeonje linije dok je



DIJAGRAM 5



DIJAGRAM 6



DIJAGRAM 7

napadač na polovini terena. Odbrana treba da proceni da li će ranije ili kasnije prići, i ne postoji ograničenje u broju driblinga nakon prijema lopte od trenera (dijagram 6). Limitirano je vreme trajanja napada u ovom slučaju sekundama. Trener odlučuje da li će napadaču dati 5, 7 ili čak 8 sekundi za realizaciju nakon prijema lopte, ali bi morali da igraju pod pritiskom odbrane. Napomena za odbranu je prilazak igraču – konkretno u pripremnom periodu insistiramo na usmeravanju igrača u napadu u sredinu naročito ako se nalaze u nivou produžetka linije slobodnih bacanja ili iznad nje. Kasnije smo primenjivali potpuno drugačiji sistem prilaska igračima i usmeravanja – na stranu, i to je i bio jedan od ključeva našeg uspeha jer bismo počeli pred sezonu sa jednim sistemom a završavali bismo je sa potpuno drugim sistemom odbrane pojedinih situacija. Jako verujem da jedan tima na najvišem nivou takmičenja ne može da bude uspešan sa samo jednim sistemom i načinom igranja u obrani. Treba raditi na mnogo različitih stvari i treba imati puno opcija i ovo je deo prilagođavanja svom igračkom sastavu i prilagođavanja na protivnike.

Sledeća vežba prilaska u odbrani je ta da na pljesak po lopti napadači se šire i istrčavaju van linije za 3 poena, odbrambeni igrač ne zna na koju će stranu lopta inicijalno otići (dijagram 7). Nakon prvog odigravanja 1 na 1 i vremenskog limita, znamo na koju će stranu lopta otići sledeći put (na suprotnu stranu) gde ćemo nakon prilaska igraču sa loptom usmeriti istog na čeonu liniju. Napadač nakon prijema lopte mora da bude spreman da napadne – iz položaja trostruke pretnje. Često će

odbrambeni igrač, ako ste okrenuti ka košu, iskočiti dozvoljavajući Vam probor.

Na suprotnoj polovini terena visoki igrači rade vežbe čija je dužina 3 minuta. Postoji mogućnost da se rade 3 ili 4 vežbe u trajanju od po 3 minuta.

Na ovoj situaciji konkretno radimo puno na treninzima. Odbrambeni igrač je na poziciji na strani pomoći, Kada smo u napadu želimo da smo u kontaktu, i imamo dve opcije u zavisnosti od odbrane – da idemo visoko ili nisko. Još jedna stvar je bitna za odbrambenog igrača – on se ponaša kao da je već napravio tri lične greške. Moramo naučiti svoje igrače da igraju bez faulova kao da su u igri gde postoji limit od 5 faulova – nemojte im dozvoliti da prave faulove na treningu. Još jedna stvar se mora naglasiti a to je da se igrač na

visokom postu drži na rastojanju dužine ruke – ne preblizu jer je to faul ili lako obilaženje, a ne ni predaleko jer je rastojanje veliko i sledi otvoren šut sa pristojne distance.

Sada ćemo pokazati situaciju „picka“ na strani. Situacija je da odbrambeni igrač agresivno iskače na piku. Ovo je situacija gde imamo 1 na 1 situaciju nakon preuzimanja na piku (iskakanja agresivnog i preuzimanja) gde će visoki biti na „post up“ u protiv nižeg igrača.

Nakon ovih vežbi 1 na 1 imaćemo seriju šuteva sa slobodnih bacanja i pauzi za osveženje.

Ulazimo sada u vežbe u situacijama 4 na 4 i 5 na 5.

Krećemo sa vežbom 4 na 4 ali u njoj ćemo obratiti pažnju i vežbati puno detalja, pre svega zagrađivanje, tranziciju, napadanje i kažnjavanje „mismatch“ situacija. Kako je lopta u vazduhu veliki igrač rotira, rotacija je u pravcu koji trener pokaže. Takođe radimo i na tranziciji, radimo na zagrađivanju, i vežbamo „mismatch“ situacije u napadu uz vremensko ograničenje koje postavimo.

Po završetku rada na zadatim situacijama u delu dok smo radili 4 na 4, prelazimo na takođe izuzetno važan deo treninga gde ćemo raditi u uslovima 5 na 5. U ovoj vrsti vežbi radimo puno na detaljima.

Nakon završetka rada u situacijama 5 na 5 prelazi se na završni deo treninga kada se radi šut. Radi se situacioni šut, slobodna bacanja, ili se radi individualno sa igračima sa kojima je neophodno dodatno vreme i pažnja u cilju poboljšanja šuterskih performansi. Naravno, sve se prilagođava sastavu i potrebama Vašeg tima.

Priredili: **Goran Vojkić** – viši košarkaški trener
Marko Mrđen – viši košarkaški trener

Sećanje košarkaške legende

Igra mog života

Košarkaški savez Srbije (KSS) izdao je knjigu „Bora Stanković – Igra mog života“, prvu autobiografiju dugogodišnjeg generalnog sekretara FIBA, koji je uspešnu trenersku karijeru prekinuo jer je hteo da se liši stresa

bora Stanković – Igra mog života“, prva autobiografija počasnog generalnog sekretara Svetske košarkaške federacije (FIBA), predstavljena je sredinom februara na promocijama u Beogradu i Nišu, a knjiga može da se kupi u Laguninim prodavnicama i oficijalnim šopovima KSS u Rodinim megamarketima. Postoji desetina knjiga o Bori Stankoviću širom sveta, neke su rađene i četvorjezično, ali ovo je prva u kojoj se on obraća čitaocima u prvom licu i to u svojoj 91. godini.

– Knjiga može da bude interesantna, u njoj možete da saznate puno toga o košarci ali i mom životu, koji je bio zanimljiv i dozlaboga uzburkan. Košarka je odgovarala mom temperamentu. Cilj košarkaša nalazi se na tri metra i pet centimetara i oni stalno moraju da gledaju u visinu. Drugi razlog za moj izbor bilo je društvo, mi smo se kroz to naše prijateljstvo borili za ovaj sport – rekao je Stanković u šopu KSS u Rodi na Novom Beogradu, u prisustvu ženske košarkaške reprezentacije Srbije, predsednika KSS Dragana Đilasa, generalnog sekretara KSS Dejana Tomaševića i njihovih najbližih saradnika, kao i desetina nekadašnjih asova.

Novinar i publicista koji je gotovo čitav radni vek posvetio košarci, Vladimir Stanković, u uvodnoj reči je rekao i ovo:

– Ima dosta knjiga o gospodinu Stankoviću i sve su dobre, korisne, informativne, bogato ilustrovane, luksuzno odštampane. Ali, ova je posebna jer je pisana u prvom licu. Ovo je autentična biografija, pisana sa mnogo emocija, sa informacijama iz prve ruke, sa mnogo nepoznatih, neretko dramatičnih detalja iz privatnog života čoveka koji je zadužio jugoslovensku, srpsku i svetsku košarku. Ovo je, na neki način, i „autobiografija košarke“ jer je gospodin Bora Stanković učestvovao u svim važnim etapama razvoja sporta među obručima.

Urednik knjige, dr Vladimir Roganović ističe, pored ostalog, da je ovo „knjiga koja vaspitava generacije“:

– Prva autobiografska knjiga Bore Stankovića Igra mog života nastala je na osnovu njegovih višegodišnjih kazivanja Aleksandru Miletiću. Igra je više čak i od jedinstvenog kompendijuma ispunjenog sećanjima i promišljanjima jednog od očeva moderne svetske košarke. Ovo je knjiga o jednoj sportskoj epohi viđena očima čoveka koji ju je u dobroj meri i modelovao: prvo unutar bočnih i čeonih linija terena, potom pored i iznad njih... U prologu i epilogu priče, unutar svakog njenog reda, ukotvljeno je 12 očevih saveta,

uredno ispisanih u pismu koje je otac Vasilije ostavio sinu Borislavu, godine 1939, u prelomnom času evropske istorije, kada su se na obzorju ukazivali najcrnji oblaci. Onda kada je čovečanstvo iz mira koraknulo u ratni kovitlac, a junak ove povesti iz detinjstva u – život. Kao 12 srećno odabranih igrača jednog košarkaškog tima, 12 su saveta iz tog manuskripta Bori Stankoviću bili oslonac, iscrtavši u vijuganjima njegovog života one znakove, znakove pored puta, koji ga vode punih devet decenija.

Izdvajamo dva poglavlja knjige u kojima je Bora Stanković pisao o svojim trenerskim danima...

Ja kao trener

Odmah posle rata stvorila se takva atmosfera u Beogradu i u Jugoslaviji u kojoj smo svi davali sve za košarku. Mi Beograđani išli smo u unutrašnjost da je propagiramo. Ja sam trenirao, recimo, i ekipu Slavonskog Broda. Išao sam često tamo da pomognem. U Ljubljani sam držao treninge njihovom Željezničaru. To je bio drugi klub, posle Enotnosti – današnje Olimpije. Onda se pojavio Boris Kristančić, koji je bio odličan igrač i koji je postepeno preuzeo trenersku i uopšte vodeću ulogu u slovenačkoj košarci. U Sloveniji u početku košarke nije bilo. Igralo se u Zadru, Rijeci, Zagrebu. I to je to. U Srbiji su još bili Vojvodina i Zrenjanin, a posle su se pojavili Čačak i ostali centri. Jugoslovenska košarka je izrasla na krilima posleratnog entuzijazma koji je vladao u čitavoj zemlji. I ako me pitate šta je dovelo do toga da postane tako velika, rekao bih, pre svega – mnogo, mnogo ljubavi i pogođne društvene okolnosti.



Rekli su o knjizi

Patrik Bauman

„Pod njegovim vođstvom košarka je izrasla u istinski globalni sport. Sa istančanim osećajem za diplomatiju, sa vizijom, uspeo je da NBA pridruži Fibinoj porodici i, konačno, Olimpijskim igrama 1992. To je bio zamajac globalnog razvoja košarke i važan faktor za priznavanje našeg sporta za jedan od najvažnijih na Olimpijskim igrama.“ (Patrik Bauman, generalni sekretar FIBA)

Dejvid Štern

Niko nije toliko doprineo globalnom razvitku košarke kao moj prijatelj, član Kuće slavnih u Springfieldu, Bora Stanković. Našoj igri posvetio je sebe kao igrač, trener i, što je najznačajnije, kao funkcioner. Borina ideja je bila da dozvolimo igračima iz NBA da učestvuju u međunarodnoj konkurenciji. Jer, kao što je jednom rekao: „Možemo da napredujemo samo ako igramo s najboljima“. (Dejvid Štern, počasni komesar NBA).

Još dok sam igrao u Crvenoj zvezdi, pomalo sam se bavio trenerskim pozivom. Kada je osnovan Železničar, a osnovali su ga zapravo igrači Zvezde koji nisu imali mesta u prvom timu, među kojima sam bio i ja, ušli smo u Prvu ligu, 1949. godine. Kad sam prestao da igrati u Železničaru, klub se polako raspao, jer je nestajao entuzijazam koji ga je krasio u početku. Onda sam bio igrač-trener u Partizanu.

Po završetku igračkih dana, stigla je ponuda od BSK-a, budućeg OKK Beograda, da budem trener prvog tima što sam prihvatio. U prvom redu iz finansijskih razloga. Novcem od prodajem zemljišta počeli smo da gradimo jak tim. Imali smo sreću da je u klubu stasala talentovana generacija. Tako je nastao čudesni tim OKK Beograda, koji je bez stranaca imao zapaženu ulogu u Evropi, i koji je igrao kasnije i bez novca. Onih 25 miliona investirano je u izgradnju terena, tako da se tih desetak godina igralo za ljubav i za slavu, a ne za novac. To su za mene najlepší dani koje sam proveo u sportu. U OKK Beograd sam stigao 1953, na poziv njegovog predsednika Miroslava Josifovića koji je bio i generalni sekretar KSJ u to vreme. Posle sam ja došao na tu funkciju.

Jedan novinar me je posle mnogo godina pitao zašto je Aca Nikolić vodio jednu sezonu OKK Beograd a ne ja? Zato što sam već imao problema sa svojim veterinarskim poslom. Direktor Veterinarskog centra Nikola Ivančević mi je te 1964. godine rekao: „Moraš da odlučiš: ili ćeš biti veterinar ili košarka, ne može više zajedno.“ Hteo sam da se povučem u svakom



slučaju, ali i Aca je hteo da se povuče, da se posveti samo profesorskom radu na DIF-u. Pošto smo saradivali i ranije u reprezentaciji, predložio sam da Aca bude trener a ja da se povučem. Aca je to prihvatio samo na godinu dana. Prvenstvo se završilo u jesen, igralo se još napolju, a onda sam ja preuzeo taj Acin tim u Kupu šampiona, pošto mi je Ivančević rekao da se postepeno oslobađam košarkaških obaveza. Poslednji put sam vodio OKK Beograd u polufinalu Kupa šampiona, protiv Zbrojovke iz Brna, gde smo bili eliminisani za jedan poen.

Omiljeni trener(i)

Mnogo sam voleo Robera Bisnela i Acu Nikolića, svakoga na svoj način. Bisnela zato što je košarku shvatao na hedonistički način, jer je jednako kao utakmica bilo važno i to šta će da se pojede i popije posle nje. Aca je bio totalna suprotnost. Ozbiljan i rigorozan.

Trenere delim u dve osnovne grupe. Na prave trenere, učitelje, kao što su bili Nikolić i Žeravica, i trenere poput onih iz NBA ili kakav je bio Novosel koji nije bio učitelj ali jeste animator. Bisnel je bio mešavina. Američki treneri su menadžeri koji dobijaju gotove igrače, stvaraju tim od njih, ali se brinu i o drugim aspektima tima.

Staviti zajedno za sto Nikolića i Žeravicu s jedne strane, a sa druge Novosela i njemu slične, bilo bi veoma interesantno, jer ne verujem da bi imali mnogo zajedničkih tema o svom poslu.

Bobija Najta smatram najvećim američkim trenerom svih vremena. Imao je nezgodan karakter, teroriso je igrače, ali po svom shvatanju košarke, novotarjama i svemu što je pružao, bio je izvanredan stručnjak. Spada u onu ređu vrstu trenera-učitelja, koja je ostavila neizbrisiv trag u univerzitetskoj košarci. Dokazao se i na međunarodnoj sceni, kad je osvojio zlatnu medalju na Olimpijskim igrama u Los Anđelesu 1984. Kad je o Americi reč, njemu uz rame stavljam još jednog mudraca koledž košarke, Dina Smita.

Košarkaška javnost i poštovaoci legendarnog Bore Stankovića veliku zahvalnost duguju novinaru i publicisti, Aleksandru Miletiću koji je priredio ovu knjigu, koju vam iskreno preporučujemo.

P. A. M.



Zoran Prelević, viši košarkaški trener

Napad protiv Match-Up zone 2-3

Autor teksta igrao je košarku u Radničkom iz Beograda i Šibenki iz Šibenika. Nastupao za reprezentaciju Jugoslavije na Balkanskom šampionatu 1976. i Univerzijadi 1977. Diplomirao na Saobraćajnom fakultetu i Višoj trenerskoj školi. Godinama se uspešno bavi trenerskim poslom.

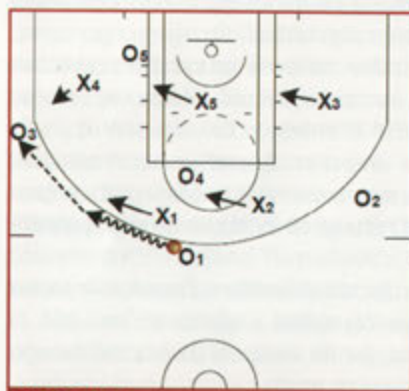


vaki dobar tim potrebno je da zna da se brani sa najmanje tri vrste odbrane. Zašto? Da se promeni ritam igre. Čovek na čoveka bi trebalo da bude osnovni način odbrane.

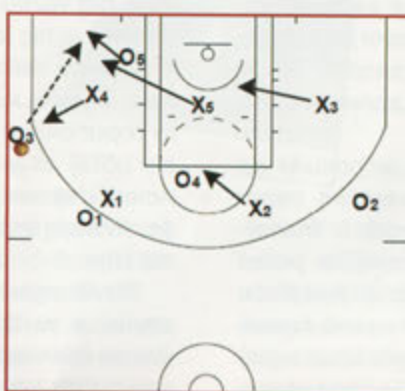
Protivnički tim možemo iznenaditi i zamenom individualne odbrane, zonskom, posle time out-a ili kada se lopta uvodi u igru na našoj polovini ili ispod našeg koša. Ponekad, kada naš igrač izvodi slobodna bacanja, možemo prići agresivno u zonski pre-

sing preko celog terena ili na $\frac{3}{4}$ terena, sa povratkom u neku vrstu zone.

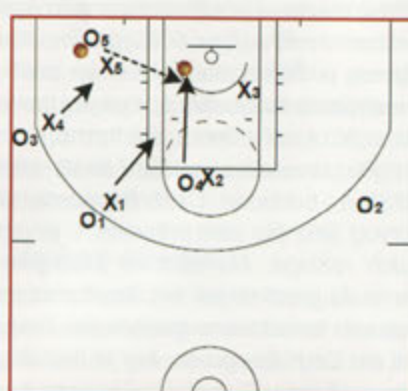
Takođe, možemo igrati match up zonu 2 – 3 kada naš tim vodi sa razlikom većom od deset poena i ne želimo da protivnik smanji razliku brzim napadom. Takva brza košarka je poznata kao Run & Gun (trči i pucaj). Najpoznatiji predstavnik takve igre bio je Golden State Warriors u vreme trenera Don Nelsona. Publika dolazi da gleda takvu košarku i u sezoni 1990/91 bile su rasprodane sve njihove utakmice kod kuće. Pobili su Denver Nuggets 162 – 158 što je NBA utakmica sa najviše koševa u regularnom toku. I današnji Golden State sa trenerom Steve Kerr –om igra sličnu košarku. Stajemo u zonu u želji da nateramo protivnika da odigra sa puno pasova i potroši dosta vremena za svaki šut. Sa druge strane, ako je naš tim opterećen ličnim greškama ili nemamo dovoljno visoke igrače da se suprotstave protivničkim višim igračima u igri



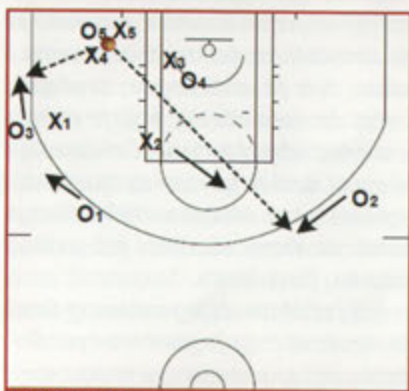
DIJAGRAM 1



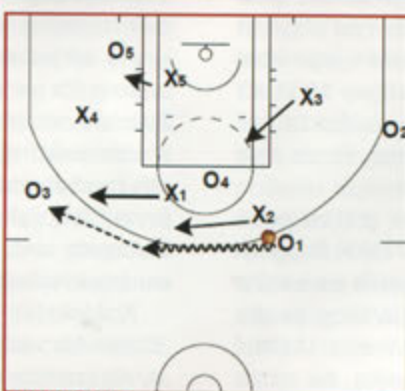
DIJAGRAM 2



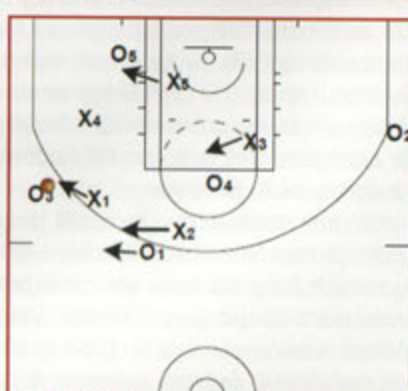
DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 4



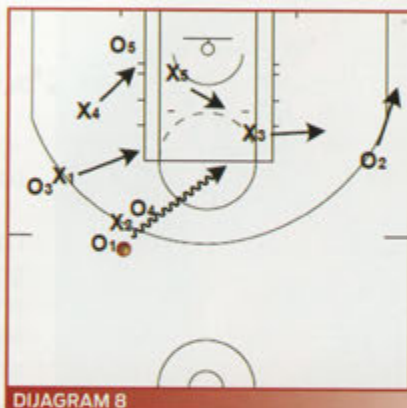
DIJAGRAM 5



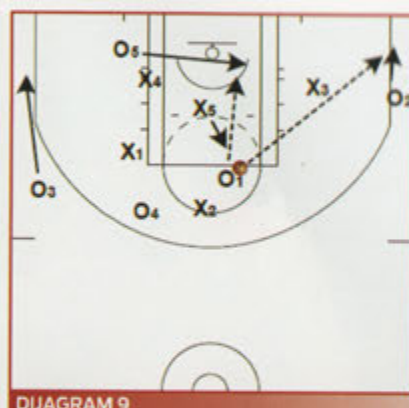
DIJAGRAM 6



DIJAGRAM 7



DIJAGRAM 8



DIJAGRAM 9

jedan na jedan, ili ako vidimo da protivnički tim ne može da ubaci sa odstojanja, tada je za očekivati da se branimo zonom. U savremenoj košarci, je veoma zastupljen pick & roll napad. Izuzetno visoki košarkaši (215 – 220 cm) se teško brane od takve igre (ne mogu da preuzmu, a jako sporo se vraćaju na svog igrača). Ako u timu imamo tako visokog igrača očekivano je da se branimo zonskom odbranom. Setimo se finalne utakmice Euro lige iz 2013. (London) Olimpijakos – Real Madrid 100 – 88. Real je počeo utakmicu izuzetno dobro i vodio je sa 17 poena razlike. Najvažniji period igre bio je kada je centar Reala Mirza Begić (216 cm) ušao na teren. Real je nastavio da igra individualnu odbranu. Begić je igrao samo deset minuta i u tom periodu je, posle visokog pika, Spanulis (Olimpijakos) ubacio tri trojke za redom. Uobičajeno je da se Real sa Begićem na terenu brani zonskom odbranom. Iz nepoznatih razloga se desilo da su nastavili sa individualnom odbranom i Olimpijakos ih je kaznio. Preokrenuo utakmicu i pobedio.

Da bi znali kako da napadnemo 2 – 3 zonsku odbranu potrebno je da poznamo principe takve vrste zone. Najbolju zonsku odbranu igra univerzitet Sirakuza čiji tim već 39 godina trenira Jim Boenheim. Poznaajući kako funkcionišu match up zona 2 – 3, pokušaćemo da objasnimo napad iz formacije 1 – 3 – 1. Prvi uslov za bilo kakvu dobru organizaciju napada je da tim ima spoljašnjeg i unutrašnjeg playmakera. Svi odavno znamo za playmakera, ali hajde da objasnimo ko je unutrašnji, a ko spoljašnji playmaker. Svi uspesi koje je naša reprezentacija postigla ostvareni su kada smo imali odlična oba playmakera. To bi mogli nazvati i play-ovskim tandemom. Setimo se samo tandema Zoran Slavnić – Krešimir Ćosić, pa onda Aleksandar Đorđević – Vlade Divac, Miloš Teodosić – Nenad Krstić. Kao što i ime kaže spoljašnji play igra spolja na većoj udaljenosti od koša i šutira, prodire, asistira sa svoje pozicije. Isto to radi unutrašnji play sa svoje pozicije od visokog posta do samog koša.

Navešćemo i osobine odličnog visokog posta.

1. Odličan šuter sa odstojanja (3 poena), ili sa poluodstojanja

2. Odličan dodavač – niskom postu, igraču koji seče ka košu, ili šuteru spolja
3. Zna da igra jedan na jedan i da iz prodora poentira ili asistira
4. Uvek ide na skok u napadu
5. Zna da igra pick & roll ili pick & pop

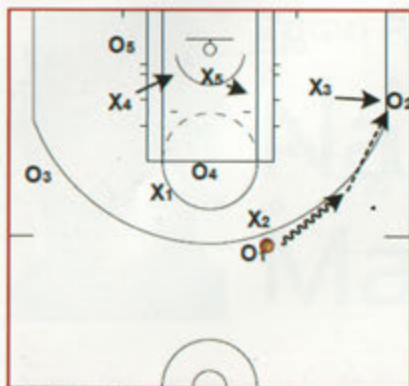
Ako visoki post nema svih ovih pet osobina on nije vrhunski igrač. Nema potrebe da objašnjavamo, samo se setimo kako igra Pau Gasol ili Dirk Nowitzki.

Pre nego što igrače počnemo da učimo ovom napadu, potrebno je da liniju slobodnog bacanja produžimo na obe strane do aut linije. Na ovaj način smo podelili oblast za prijem prvog pasa iznad i ispod linije produžetka slobodnog bacanja. Razlog zašto ovo radimo je jednostavan. Poznajući principe zonske odbrane 2 – 3, znamo da na pas iznad produžetka linije slobodnog bacanja izlazi bek, a na pas ispod produžetka linije slobodnog bacanja izlazi krilo ili krilni centar.

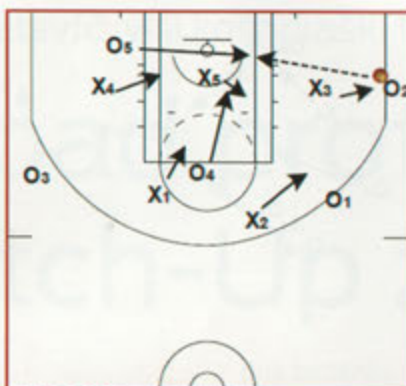
Kao što smo pomenuli zonu ćemo napasti formacijom 1 – 3 – 1. Ovaj napad protiv zone je sastavljen od četiri napada i igramo ga bez ikakvog "zvanja" ili signala. Možemo da ga odigramo i na levu i na desnu stranu. Kako će igrači znati, koji od četiri napada ćemo odigrati, kada nema nikakvog signala? Jednostavno. Playmaker započinje napad. Ako loptu doda (entry pass) igraču iznad produžetka linije slobodnog bacanja na strani gde se nalazi niski post, onda se igra jedna vrsta napada, a ako doda loptu igraču na istoj strani ispod produžetka linije slobodnog bacanja, onda se igra drugi napad. Slično se dešava i ako play doda loptu igraču na suprotnoj strani od niskog posta. U zavisnosti da li je igrač primio loptu iznad ili ispod produžetka linije slobodnog bacanja igraju se još dve vrste napada što zajedno čini četiri različita napada protiv match up zone 2 – 3.

Napad: 1

Napadači su O5 – niski post, O4 – visoki post, O3 – krilo, O2 – bek šuter, O1 – playmaker. Niski post može da igra na levoj ili na desnoj strani. Recimo da je na levoj strani (dijagram 1). Play driblin-



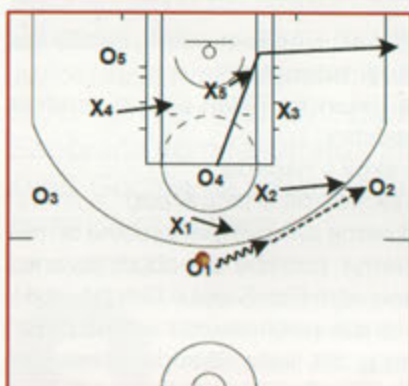
DIJAGRAM 10



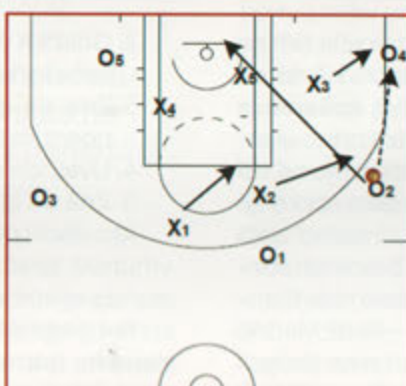
DIJAGRAM 11



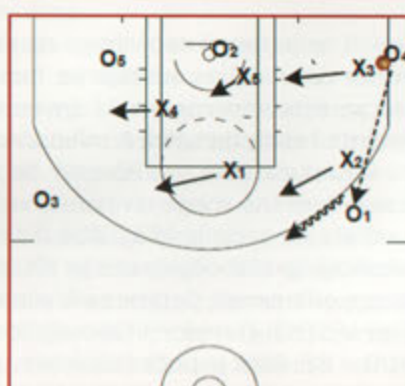
DIJAGRAM 12



DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 14



DIJAGRAM 15

gom prilazi ka levoj strani i vezuje za sebe odbrambenog igrača (X1). Play dodaje loptu krilu (O3), koji se nalazi ispod produžetka linije slobodnog bacanja na strani niskog posta (dijagram 1). Kada je krilo primilo loptu, ko je zadužen da izađe na njega? Odbrambeni igrač (X4), dok će odbrambeni igrač (X5) da odigra odbranu na niskom postu (O5).

Sada će niski post (O5) da izađe u oblast koju nazivamo short corner (dijagram 2). Krilo (O3) će dodati loptu niskom postu (O5) koji mora da primi loptu jednom rukom dok će drugom držati na odstojanju odbrambenog igrača (X5) i mora biti spreman da pročita odbranu i da munjevitno reaguje : šut, pas ili prodor. Naveli smo osobine visokog posta. Ako bi sada nastavili da govorimo o tehničko taktičkoj osposobljenosti niskog posta, play-a, krila to bi nam oduzelo puno vremena. To možemo objasniti na nekom eventualnom praktičnom treningu, jer slika govori više od hiljadu reči.

Kada je niski post primio loptu (dijagram 3) visoki post (O4) se munjevitno spušta ka košu i prima pas o podlogu i poentira. Ako odbrana sprečava dodavanje visokom postu, bek šuter (O2) pronalazi liniju dodavanja za eventualni prijem lopte od niskog posta.

Moguće ja da niski post doda loptu i krilu (O3) (dijagram 4). Stalno ponavljamo munjevitno i spominjemo linije dodavanja. Dobar napad uvek je potrebno da ima dobru prostornost (spacing) i pravovremenost (timing). Sa druge strane svaki igrač, kada primi loptu u zoni šuta, mora primiti

loptu u situaciji trostruke pretnje (triple threat situation). Znači da preči šutom, pasom i prodorom. Stalno napominjemo redosled šut, pas, prodor. Kada dobar igrač primi loptu u zoni šuta, on prvo gleda da šutne. Ako je blizinom odbrane sprečen da šutne, gleda da doda loptu saigraču koji može da primi loptu i šutne. Ako protivnički igrači ne dozvoljavaju ostalim napadačima prijem lopte, tada napadač koji ima loptu, koristi dribling da bi našao bolju poziciju za šut ili za dodavanje. Naravno sve ove radnje napadač sa loptom obavlja bez razmišljanja, refleksno u magnovanju, jer je dobrim višegodišnjim treningom naučio da te probleme rešava u deliću sekunde. I ako je još talentovan i ako razume košarku trenerovoj sreći nema kraja.

Napad: 2

Pogledajmo sada na slici 5 šta se dešava kada play (O1) doda loptu krilu (O3) na strani niskog posta (O5) iznad produžetka linije slobodnog bacanja. Prethodno play (O1) driblingom za sebe vezuje odbrambenog igrača (X2) pa onda dodaje krilu (O3). Vidimo na slici 5 da na krilnog igrača (O3) sa loptom iz zone izlazi odbrambeni igrač (X1). Krilni igrač sa loptom spreman je za šut pas ili dribling. Nećemo to više spominjati do kraja objašnjenja ovog napada, ali svaki igrač sa loptom u zoni šuta mora biti u situaciji trostruke pretnje (triple threat). Na taj način krilo (O3) vezuje za sebe odbrambenog igrača (X1).

Posle dodavanja play (O1) se pomera ka igraču sa loptom pri čemu za sebe vezuje odbrambenog igrača (X2). To vidimo na slici 6.

Sada krilo (O3) dodaje loptu play-u (O1), kome leđni blok pravi visoki post (O4) – dijagram 7.

Play (O1) pravi dva brza driblinga i naskače negde na liniji slobodnog bacanja (dijagram 8). Trenutak pre nego play (O1) završi dribling niski post (O5) iza leđa odbrambenog igrača (X5) menja poziciju, bek šuter (O2) traži liniju dodavanja.

Sada sledi egzekucija. Play (O1) samo treba da u zavisnosti od reakcije odbrambenih igrača (X3) i (X5) odluči da li će da šutira ili asistira beku šuteru (O2) ili niskom postu (O5) – (dijagram 9).



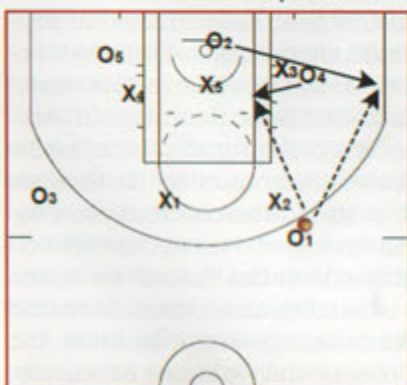
Napad: 3

Pogledajmo šta se dešava ako play (O1) driblingom ode na stranu suprotno od niskog posta i doda loptu beku šuteru (O2) ispod produžetka linije slobodnih bacanja. Sada odbrambeni igrač (X3) izlazi na beka šutera (O2). To vidimo na slici 10.

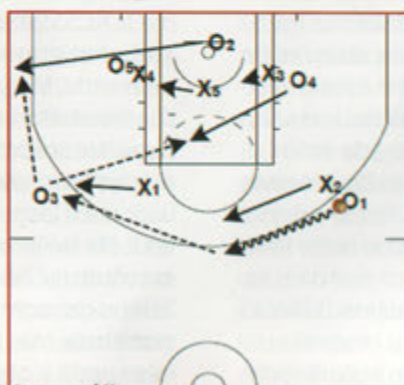
Visoki post (O4) spušta i pozicionira se u reketu da bi naterao odbrambenog centra (X5) da se pozabavi njime. Iza leđa odbrambenog centra (X5) dolazi sa suprotne strane niski post (O5) spreman da primi loptu od beka šutera (O2). Ovo vidimo na dijagramu 11.

Ako odbrambeni igrač (X4) promeni stranu igrajući odbranu na niskom postu (O5), tada ostaje potpuno prazna strana ispod koša suprotno od lopte i postoji mogućnost da bek šuter (O2) doda lob pas krilu (O3) – alley-oop što vidimo na slici 12. Setimo se kako to lepo odigravaju Španci Sergio Rodriguez i Rudy Fernandez. Sve ovo pada u vodu ako bek šuter (O2) ne vidi istovremeno ove tri mogućnosti i ako nemamo dobru prostornost (spacing) i pravovremenost (timing).

Napad: 4



DIJAGRAM 16



DIJAGRAM 17

Poslednji od ova četiri napada u okviru jedin-stvenog napada protiv zone se dešava kada play (O1) doda loptu beku šuteru (O2) na stranu suprotnu od niskog posta (O5) iznad produžetka linije slobodnog bacanja. Odbrambeni igrač (X2) uzima visokog beka (O2) dok visoki post (O4) brzo trči u ugao na strani lopte. (dijagram 13).

Bek šuter (O2) dodaje loptu visokom postu (O4) i utrčava prema košu. Visoki post (O4) u uglu ima loptu u rukama i prva mogućnost je šut ili pas beku šuteru (O2) koji seče prema košu (dijagram 14).

Ako visoki post (O4) ne šutne ili ne doda beku šuteru (O2), vraća loptu nazad play-u (O1), koji se pomerio na stranu lopte, dok bek šuter (O2) u punom sprintu ide do pozicije ispod koša. Play (O1) pravi dva driblinga levom rukom u pravcu odakle je došao pri čemu sve vreme prati pogledom beka šutera (O2), koji za momenat zastaje ispod koša i onda se u punom sprintu vraća na mesto odakle je krenuo (dijagram 15).

Posle dva driblinga play (O1) se okreće i desnom rukom daje loptu beku šuteru (O2) za koga je blok napravio visoki post (O4) na odbrambenom igraču (X3). Bek šuter (O2) može da šutne, a prethodno uvek postoji mogućnost čitanja odbrane i dodavanje lopte visokom postu, ako se odbrana trudi da zaustavi šut spolja (dijagram 16).

U nekom od narednih napada, ako se odbrana adaptirala na izlazak beka šutera (O2) na istu stranu odakle je krenuo, moguće je da bek šuter (O2) ode na drugu stranu i izađe koristeći blok niskog posta (O5). U tom slučaju play (O1) dodaje krilu (O3), koji će dodati loptu beku šuteru (O2) ili visokom postu (O4), koji ulazi ka liniji slobodnog bacanja – dijagram 17.

Trener Partizana Aleksandar Džikić o tajni uspeha

Neću da budem Mesija!

konačno, Džile i Partizan... Preuzeo je posrnulog giganta iz Humske u delikatnom trenutku Aleksandar Džikić je pre nekoliko meseci dobio posao koji je odavno želeo. – Prvi kontakt dogodio se kada su ljudi koji vode Partizan odlučili da naprave promene... Meni je ponuđeno da preuzmem ekipu, a razlozi zbog kojih sam prihvatio potpuno su iracionalni i privatni, nemaju baš puno veze sa trenerskim poslom. Tako je sve počelo... Sa trenerskog aspekta, nije bila najsajnija situacija zbog svega što je u tom trenutku bilo u timu i oko tima, ali ispalo je dobro.

Pet pobeda iz šest mečeva bilo je dovoljno jasno da je Džikić demonstrirao kako ozbiljan trener treba da pristupi poslu.

– Veliki broj trenera iz principa neće da preuzme ekipu na pola sezone, zato što nisu bili u prilici da selektiraju tim. Ponekad je kasno, jer je sezona već

odmakla, ponekad puno razmišljaju o onom što se dešavalo pre njih, pa onda čekaju bolju priliku... Sve su to neki parametri u referentnom sistemu našeg trenerskog posla. Lično, kada je stigao poziv Partizana nisam puno razmišljao, već sam ga odmah prihvatio. E sad, ne znam da li je strah prava reč, ali bojazan od neuspeha mora da postoji i treba je kontrolisati. Ako je kontrolisana, ume da bude vrlo dobar podsticaj.

Od početka sezone čak ni najvatreniji navijači nisu verovali u dobre rezultate Partizana. Međutim, Džikić je po dolasku, posle samo par utakmica i pobeda, potpuno vratio veru u crno-bele.

– Ovo je vrlo specifična sezona za Partizan. Ovako teška, posle više od 20 godina. Dakle, mogla je da krene u bilo kom pravcu. Igrom slučaja, sezona nije počela onako kako smo svi mi koji volimo Partizan želeli, pa je došlo do promene i mog dolaska na klupu. I posle toga, opet rezultati i sve ostalo nisu morali da krenu u željenom pravcu, ali su krenuli u pravom smeru. Vrlo brzo se zaboravilo gde smo bili pre dva meseca. Porasle su i ambicije. Za mene je normalno da želiš mnogo više nego što je realno. Zaboravlja se da nisu isti uslovi u kojima je radio Pera Božić i u kojima sada radim ja..

Svakako da je interesantna i edukativna Džikiće-va priča o prvim koracima po dolasku u Humsku.

– Uvek prvo pokušaš sa takozvanim košarkaškim prilagođavanjima, a za to je potrebno vreme, baš kao i

za dizanje samopouzdanja. Sama po sebi, promena trenera dovodi do veće alertnosti igrača, što je uvek neka vrsta pomoći. Naravno, tu energiju treba dobro usmeriti, jer je taj izvor limitiran i treba ga iskoristiti i usmeriti na pravi način. Mislim da je realno tražiti od igrača da se bore i izlaze sa energijom na teren. E sad, sigurno da neću da ih naučim kompletnoj košarci, ali je preduslov uspeha da želiš da pobediš i da si spreman

da daš sve od sebe. Moj tim je neiskus- san u odnosu na situaciju u kojoj se našao. Igrati u velikom klubu je nova stvar za veliku većinu ovih igrača, a to je potpuno drugačije iskustvo u karijeri. Kada imaš takav miks, pokušaš da isto- vreme pokrivaš dva polja, da se košarkaški usmeriš na rešavanje pro- blema i da što više radiš na tome da tim bude što homogeniji. Mnogo je bitna i psihologija, ona je važna u svakom kolektivnom sportu. To je dvosmerna ulica, odnos između trenera i igrača, vrlo je bitno osetiti koliko blizu i daleko treba

da budeš. Kao sa vatrom... Kad si preblizu možeš da se opečeš, kad si predaleko ne osećaš je uopšte.

Jako je teško predvideti šta crno-beli mogu do kraja sezone uz Superligi...

– Sada sledi nešto što nisam imao u 25 godina trenerske karijere – da u sezoni imamo pauzu koja može da traje jako dugo. Zbog kalendara Evrolige i ABA lige, mnogo će vremena da prođe do početka Superlige. Ne znam da je nekada kalendar takmičenja bio takav, biće to nova situacija za svakog od nas. U svakom slu- čaju, Partizan će Superligu da tretira kao potpuno novo takmičenje. Navijači Partizana su postali pose- bno euforični posle pobede protiv Crvene zvezde u polufinalu Kupa u Nišu, krenule su i priče o tituli.

– Ne zanima me da budem Mesija! Igraćemo Superligu sa četiri ABA ligaša i najozbiljnijim timovi- ma iz KLS, treba biti potpuno realan u očekivanjima. To što mi igramo bolje, nije promenilo kvalitete Crve- ne zvezde, Mega Leksa i Metalca. Ove sezone, razmi- šljamo samo kako da dobijemo prvu sledeću utak- micu. Ne tražimo hleba preko pogače. Kada je reč o dugoročnim planovima, vrlo je bitno da Partizan uspostavi jasnu strategiju i da ona počne da se spro- vodi. Ne pričamo samo o igračima, nego i o logistici i svemu što čini ozbiljan klub. Dakle, stvari na kojima želimo da radimo u narednom periodu su da se klub stabilizuje na zdravim osnovama i da bude štio nezavisniji – objašnjava trener Partizana Aleksandar Džikić.

D. Kontić



Dejan Milojević, trener KK Mega Leks

Lepše je biti trener

Postoji niz razloga zbog kojih nikome nije zasmetalo što se baš Dejana Milojevića raduje i skromno osmehuje posle velikog uspeha, pobeđe u finalu Kupa Radivoja Koraća, zato što je omiljena ličnost.

I još... zato što je, već godinama, egal sa najvećim klubovima u regionu.

Dejan Milojević, nekadašnji šampion Evrope i SR Jugoslavije sa Budućnosti i Partizanom, sada u ulozi trenera.

– Kao igrač sam osvajao titule, ali i sada imam apsolutno istu emociju. Mnogi treneri kažu da nije isto, da je lepše i lakše biti igrač. Meni je, naprotiv, lepše kao treneru, jer sada mnogo više utičem na igru nego što to može i najbolji igrač neke ekipe. Jer, trener bira ko igra i šta se igra. Siguran sam da ovo nije moj poslednji, već samo prvi trofej u karijeri, kaže Milojević.

Igrao je jednostavno i lako, nije previše komplikovao. Na istom insistira kod pulena:

– Najteže je igrati jednostavno. Prvo moraju da shvate šta znaju, zatim šta najbolje rade, a onda da ono što ne znaju svedu na minimum. Tada postaju dobri košarkaši. Kad se na minimum svede potrošnja vremena za donošenje odluka. Najjednostavnije je najbolje.

Iako je pre samo nekoliko dana podigao prvi trofej u trenerskoj karijeri, Dejan Milojević više od pobeđa voli kada vidi da igrači napreduju i rastu u kvalitetne ljude.

– Svi koji su bili u Megi u njoj su napravili iskorak. Razvojni smo klub, naš cilj je da se bavimo nedostacima igrača i da ih ispravimo koliko god je moguće. Naravno, za godinu ili dve koliko je neko u ekipi, nije lako ispraviti sve nedostatke, ali gledamo da najbitnije popravimo. Bitno je i da igrači napreduju.

Dejan Milojević je omiljena ličnost kod igrača, ali i saradnika čije zasluge ne zaboravlja.

– Oni su jednako zaslužni koliko i ja. Srđan Flajs, Vesa Petrović, Žad Patu koji je sad otišao u Kinu i Marko Čosić koji je sjajno pripremio ekipu. Bez njih ne bi bilo moguće napraviti uspeh.

Zanimljivo je poređenje koje je Milojević dao na pitanje da li igrači samoinicijativno ostaju duže na treninzima kako bi postajali bolji:

– Kvalitetan trening je jako bitan, ali treba imati meru, jer su oporavak i odmor jednako bitni kao i treniranje. Ove godine smo u odnosu na prošlu skratili tim-

ske treninge. Ne treniramo preko 75, 80 minuta, ali sa mnogo jačim intenzitetom. Kad igrate presing po celom terenu ne možete da radite isto kao kad igrate pozicionu košarku. Na individualnoj tehnici radimo svakog jutra, igra jedan na jedan je osnova košarke. U isto vreme vežbaš i odbranu i napad.

To što je prošao kao igrač nije dovoljno da bi bio trener, već je samo dobra početna osnova, tvrdi Milojević.

– Mislim da sam danas bolji nego pre četiri godine kada sam počeo, kao što ću za četiri godine biti bolji nego danas. Gledam da učim i iz grešaka koje sam pravio. Svi treneri su imali uticaj na mene. Razlika između najvećih trenera i ovih „malo manjih“ je u detaljima, kod najboljih se u svakom trenutku znalo šta je činiti. Sa njima sam shvatio da detalji čine razliku.

I te kako je znao šta da kaže igračima u finalu Kupa protiv, takođe „njegovog“ Partizana.

– Čovek sam koji ni sina ne pušta da me dobije u „plej-stejšnu“. Partizan je jedan od naših najvećih klubova i izazov mi je da ga pobedim. Takođe, mi je veliki izazov bio da dobijem i Džikića, jednog od mojih najboljih prijatelja, baš zato što ga cenim i poštujem. Dobiti vrhunskog trenera u finalu pred pet hiljada njegovih navijača predstavlja veliki uspeh i ponosan sam na to. Finale je bilo vrlo kvalitetno, jer bez obzira na dobre odbrane, napadi su imali dobar procenat realizacije. Oba tima su ubacivala teške šuteve. Pobili smo na kraju, jer smo bili fizički spremniji.

Okršaj protiv Džikića nazvao je „pokerom otvorenih karata“.

– On je verovatno jedini trener koji do detalja zna šta igram, kao što i ja znam sve o njegovoj igri, jer smo milion puta pričali o tome.

Zanimljivo je da je Milojević bio ubeđen da nikada neće postati trener:

– Ne zbog stresa, već zato što sam mislio da je preteško nositi se sa 12 različitih glava i razmišljanja. Uopšte nisam sebe video u toj ulozi. Kao igrač sam uvek voleo da znam zašto trener nešto radi, nisam bio od onih koji samo klimnu glavom i rade bez analize. Olakšalo mi je to što sam imao mnogo dobre trenere kroz karijeru, a trudio sam se da proniknem u motive njihovih zahteva, zaključuje trener osvajač Žučkove levice.

M. Nešović



Životnu scenu napustio **Srđan Kalembur**, legendarni košarkaš i trener

Odlazak šarmera sa pokrićem

Jedan od osnivača Crvene zvezde, reprezentativac, a kasnije i uspešni trener, Srđan Kalembur otišao je nedavno, 2. februara sa životne scene. Te pionirske dane košarke na ovim prostorima, u Beogradu, Srbiji, pa i tadašnjoj Jugoslaviji, obeležio je svojom igrom, šarmom i ponašanjem. I, nikoga nije ostavljao ravnodušnim, bez obzira gde se pojavljivao. Među prvima je koji je nastavio uspešnu karijeru u inostranstvu, prvo igračku, a zatim i – trenersku. Francuska je praktično bila njegova druga domovina, u njoj je proveo skoro tri decenije. Pravu šansu da se iskaže kao trener, čini se, na ovim prostorima nikad nije dobio. Međutim, nije preterano žalio za tim, pa čak i kad su ga u njegovoj Crvenoj zvezdi zaboravljali... Oni prvi dani posleratni u Beogradu bili su romantični, a njemu i toj prvoj generaciji, košarkaška lopta na Malom Kalemegdanu bila je praktično jedina i prava radost. Veliki entuzijazam donosio je plodove, rasli su zajedno sa igrom pod obručima. Kasnije se zamajac proširio, košarka dobijala sve više pristalica, sticala masovnost, koji je prerastao tokom decenija u svetski kvalitet.



Od Kalemegdana do Nanta

Srđan Kalembur rođen je u Sarajevu 1928 godine, ali se kao dete preselio u Beograd. Bio je talentovan fudbaler, a odmah po oslobođenju opredelio se za košarku i dres Crvene zvezde. Od 1946. do 1954. nastupao je za ovaj klub i osvojio devet titula. Odigrao je 108 utakmica u Zvezdi i postigao 734 poena. Ostao je upamćen kao izvanredno krilo sa dobrom tehnikom i šutom. Za reprezentaciju Jugoslavije odigrao je 47 utakmica. Nastupao je na dva Evropska prvenstva, u Pragu 1947. i Moskvi 1953, kao i na prvom Svetskom šampionatu u 1950. u Buenos Airesu.

Nakon Crvene zvezde karijeru je nastavio od 1958. godine u Francuskoj. Nastupao je za ekipu Nanta niz godina, a potom se posvetio trenerskom poslu u ovom klubu. Vodio je i ekipu Klemonferana. Iz Francuske se vratio 1989, u ovoj zemlji proveo je više od tri decenije.

– Prisećati se tih dana može da bude lepo i tužno. Bili smo praktično samouki, ni ti naši prvi treneri nisu baš imali previše znanja, ali im entuzijazam nije nedostajao. Zato je Nebojša Popović bio "zakon", strog, pravi vizionar i organizator. Znao je da vuče prave poteze i kao trener, ali i uspešni menadžer. Dovodio je trenere iz Bugarske, Mađarske i Francuske, mnogo su nam pomogli. A posebna priča je kada nam je opisivao i skicirao neke poteze i akcije Harlemovaca, koje smo mi opet znali uspešno da kopiramo i prenosimo na naše terene. Ja sam to dobro radio i dovodio publiku do oduševljenja. Kasnije, kada sam nastavio da igram u Francuskoj, a i potom bio trener znao sam to da koristim i primenjujem u praksi. Naravno, mnogo mi je pomogao i Aca Nikolić, svojim sistematičnošću i savetima, mada smo mi

potpuno različiti po karakteru, temperamentu i shvatanju sporta, naglašavao je, ne tako davno u svojim sećanjima pravi virtouz pod obručima i veliki šarmer. Van terena, duhovit i pravi džentlmen, slamao je srca najlepšim beogradskim damama tog doba. Još i danas, šest decenija kasnije prepričava se njegova ljubavna romansa sa košarkašicom i pravom lepoticom Ljubicom Otašević. A mnoge su dolazile na mečeve Zvezde da bi gledale i bodrile

tog crnokosog lepotana, majstora na terenu. – U Francuskoj je počelo drugo poglavlje mog života. Želeo sam da po okončanju karijere budem trener, to sam i ostvario. Imao sam svoje poglede na sport, dobar odnos sa igračima. Trudio sam se da im prenesem svoje znanje, da nauče da budu bolji igrači i ljudi. Mislim da sam u tome imao uspeha. Nisam osvajao trofeje, niti imao neke glamurozne rezultate, ali siguran sam da sam ostavljao dobar utisak. Uvek sam iza sebe ostavljam otvorena vrata i prijateljski odnos sa igračima, upravom, protivnicima, pa i sudijama, govorio je o svojim trenerskim danima Kalembur.

Na prostorima svoje rodne zemlje njegov trenerski trag nije bio baš toliko dubok, koliko onaj koji je ostavio kao igrač. Trenirao je mušku i žensku ekipu splitske Jugoplastike, potom kraće vreme Slogu iz Kraljeva i valjevski Metalac.

Srđan Kalembur ispraćen je na večni počinak uz prisustvo mnogobrojnih prijatelja i poklonika košarke na Novom groblju u Beogradu.

Marina Maljković, posle drugog kruga kvalifikacija za EP

Srećne smo kad smo zajedno

Posle drugog kruga kvalifikacija za Evropsko prvenstvo koje će se sledeće godine održati u Češkoj, možemo da kažemo da su se naše najbolje košarkašice već plasirale na kontinentalni šampionat, i da će tamo braniti titulu šampiona.

Jer, Srbija pred poslednja dva kola – kojima će u novembru biti domaćin u Beogradu i Nišu – ima tri pobeđe i jedan poraz. To znači da su naše devojkice već sada obezbedile najmanje drugu poziciju u grupi. Prema sistemu takmičenja kvalifikacija za EP, dalje idu prvaci svih devet grupa i šest najboljih drugoplasiranih ekipa. Zbog odlične koš razlike, gotovo da je nemoguće da Srbija ne bude među tih šest, ali bićemo optimisti i reći da će naše devojkice dalje otići kao lideri grupe. Zato je potrebno da Ukrajinu u Nišu pobeđe sa više od tri razlike.

Da će februarska akcija biti dosta drugačija i mnogo teža od novembarske, istakla je Marina Maljković, selektorka našeg tima, na okupljanju reprezentacije. Po završetku akcije, ponovila je:

– Imali smo dva gostovanja, u Ukrajini i Nemačkoj, gde su nas čekali timovi koji potpuno drugačije igraju na domaćem terenu. Osim toga, pred najteži meč – protiv Ukrajine u Kijevu – imali smo problema sa povredama. Zato je bilo važno da sve vreme održimo visok nivo koncentracije.

Međutim, meč u Ukrajini Srbija je igrala bez Sonje Petrović i izgubila je.

– Igrale smo mi i ranije loše, nismo uvek bile izvanredne. Čak smo i na Evropskom prvenstvu imale neka loša izdanja, pa i poraze, ali smo znale kako da se grupišemo, da zaigramo kao tim sve zajedno i da uprkos svim problemima pobeđujemo.

Kao što je selektorka i očekivala, ekipa je ekspresno reagovala i slavila u Nemačkoj.

– Koncentracija i želja kod naših igračica su bile na vrhunskom nivou i to je odlučilo meč u Vaserburgu. U takvom ambijentu, kakav vlada na utakmicama Nemačke, nije moguće pobediti bez koncentracije. Za razliku meča protiv Ukrajine, devojkice su u Nemačkoj potpuno ispunile zadatke.

Osim što su iz februarske akcije izvukle tri boda, selektorka smatra i da je naučena vredna lekcija.

– Na tim mečevima smo videle koliko smo motiv postale za sve ekipe. To je prosto neverovatno. Ali, osnovna pouka koju trebalo da izvučemo iz ovih utakmica je da kada igramo kao što smo igra-

le protiv Ukrajine, onda možemo da izgubimo od svakoga. Moramo da budemo jače uprkos problemima.

Naše košarkašice su kvalifikacije za Evropsko prvenstvo shvatile maksimalno ozbiljno. Ali, kako u konkurenciji Ukrajine, Nemačke i Luksemburga, a posebno posle odličnog starta u novembru, njihov plasman na Evrobasket nije mogao da dođe u pitanje, bila je to odlična prilika da već sada krenu pripreme za Olimpijske igre u Rijuu.



– Prija nam da se više družimo, da nije prazna sezona, da se ne viđamo samo leti... Kada su se mnogi žalili na ove „prozore“, ja nisam kukala već sam rekla da ćemo se ponašati onako kako je FIBA odlučila. Postoji neki razlog zašto je to tako. Meni se sviđa taj značaj koji reprezentacija dobija u tom određenom periodu, tri puta godišnje. U najskorijem periodu saznaćete i naš program priprema za Olimpijske igre, koji je malo promenjen. S obzirom na dobro iskustvo iz više akcija u toku godine, želimo da nastavimo u tom ritmu i malo češće da okupljamo reprezentaciju.

Dodala je:

– U tim danima smo srećne što smo zajedno, što smo u svojoj zemlji, svom gradu... Zajedno se dobro osećamo, možemo dobro da radimo. Bitno je da ne zaboravimo na koncentraciju i na naše ponašanje koje uvek mora da bude na najvišem nivou.

Maljkovićeva je želela da naglasi:

– Bio je poseban osećaj i puno srce, jer smo baš mi prve trenirale u Hali sportova pošto je ona ponela ime čika Ranka Žeravice.

B. Kostreš



Doc. dr Nenad Trunić

Aktivnosti igrača pre prijema lopte i u momentu prijema bez korišćenja blokade koje omogućavaju lakše poentiranje

Autor je: FIBA Europe Coaching Certificate program lecturer, Fakultet za fizičku kulturu i menadžment u sportu, Univerzitet Singidunum, Beograd



DNOS TEHNIKE I TAKTIKE: tehnička i taktička obuka treba da se dešavaju istovremeno. U momentu objašnjenja i učenja tehničkih elemenata, treneri moraju davati informacije igračima kada i kako koristiti te elemente, to je već obuka taktičkog razmišljanja i stvaranje uslova za učenje rešavanja problemskih situacija u igri.

Pošto igrači oko 80% od vremena provedenog na terenu provedu bez lopte, važno ih je naučiti kako da se kreću i šta da rade kada igraju bez lopte. Stajanje u mestu olakšava odbrani posao i dovodi je u odličnu situaciju pomoći na igraču sa loptom, dok adekvatno kretanje napadača bez lopte otežava poslove odbrani i dovodi napadače u situacije lakog poentiranja u momentu ponovnog prijema lopte.

Napadač bez lopte mora u svakom trenutku da ima u vidnom polju loptu i direktnog odbrambenog igrača.

1. Demarkiranje i poentiranje kada se napadač nalazi na prvom pasu od lopte

Demarkirati se, „pročitati“ poziciju odbrambenog igrača i odmah napasti koš. Treba bar na momenat izbaciti odbrambenog igrača iz željene pozicije i iskoristiti taj trenutak za poentiranje.

Demarkiranje

1. U malom prostoru

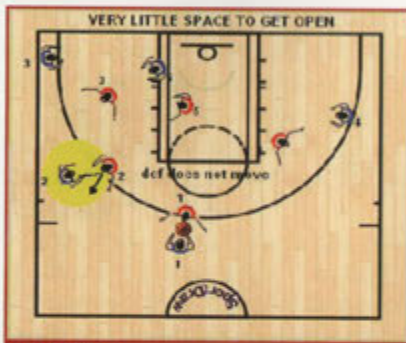
- Napadač se nalazi u malom prostoru sa niskim postom koji zauzima prostor za utrčavanje i sa igračem u uglu koji sprečava demarkiranje ka korneru.
- Situacije koje se mogu sresti su: odbrambeni igrač se ne kreće i napadač treba da napravi tri koraka; napraviti korak bližim stopalom lopti ka igraču i zatim rotirati istim stopalom i napraviti treći korak

ka lopti da bi se napravio prostor između napadača i odbrambenog igrača. Stajna noga je noga bliža lopti i pri izlasku se obavezno pokazuje ruka i mesto gde se želi primiti lopta. Po prijemu se zauzima pozicija trostruke pretnje i napada (dijagram 1).

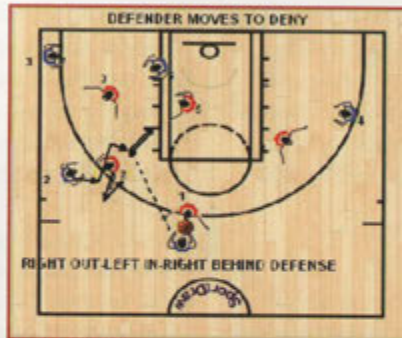
- Sledeća situacija je kada se odbrambeni igrač kreće i zatvara prijem pasa: prvi korak je bližim stopalom lopti sa pokazivanjem ruke (u ovom slučaju desne), drugi ka košu sa pokazivanjem mete tj. leve ruke i treći korak je iza odbrambenog igrača.
- Sledeća situacija je kada odbrambeni igrač pravi kontakt i u tom slučaju je raspored koraka isti ali se pravi zadnji pivot i dolazi u poziciju između odbrambenog igrača i koša (dijagram 2).

2. Sa prostorom za kretanju

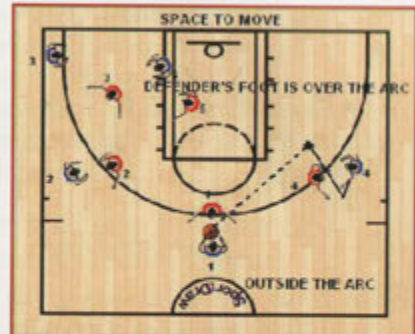
- Kada postoji prostor između lopte i napadača, prilazak lopti skraćuje dodavanje a ne smanjuje efikasnost napada. Moguće su tri situacije: kada se kretanja nalazi van linije za 3 poena i tada napadač treba da trči ka lopti po liniji za 3 poena i da u momentu leta lopte „pročita“ poziciju odbrambenog igrača: ako je stopalo odbrambenog igrača preko linije za 3 poena napadač treba da napravi odraz nogom bližom lopti i da utrči iza leđa odbrambenog igrača (dijagrami 3 i 4).
- Ako se napadač kreće po liniji za 3 poena ima nekoliko opcija. U slučaju kada se samo ruka odbrambenog igrača nalazi na liniji dodavanja, napadač se bližim stopalom odbrambenom igraču odbacuje u stranu i prima loptu na spoljnoj poziciji.
- Ako je prostor između lakta i njegove glave na liniji dodavanja, to je znak za napadača da se odrazi stopalom bližim lopti i da utrči iza leđa odbrambenog igrača uz promenu ruke kao mete za prijem pasa.
- Ako se napadač kreće unutar linije za 3 poena, treba da napravi klasično „V demarkiranje“, da se odrazi unutrašnjim stopalom ili daljim od lopte i da pod ostrim uglom a nikako po istoj liniji po kojoj je pravio fintirajuću kretanju, uz promenu ritma izađe i primi loptu. Izlazna putanja kretanja mora da preseče putanju kretanja odbrambenog igrača. Bitno je pokazati ruku prilikom demarkiranja, kao mesto i momenat prijema pasa (dijagrami 5 i 6).



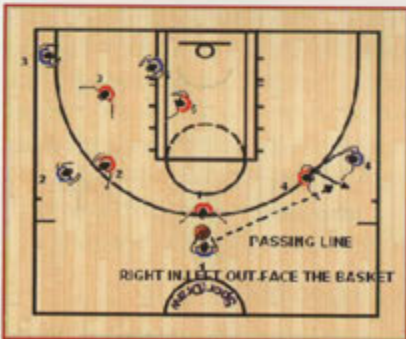
DIJAGRAM 1



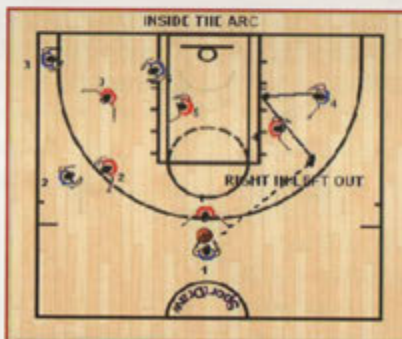
DIJAGRAM 2



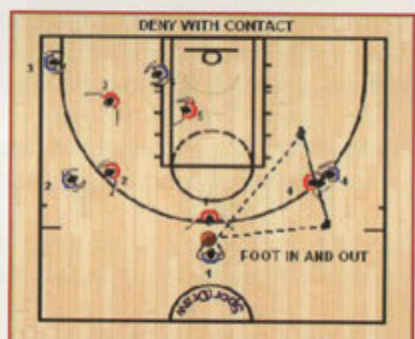
DIJAGRAM 3



DIJAGRAM 4



DIJAGRAM 5



DIJAGRAM 6

3. Odbrambeni igrač u potpuno zatvorenom stavu

Ako je odbrambeni igrač u potpuno zatvorenom stavu sa naglašenim kontaktom, treba ga korakom dovesti u „mrtvu poziciju“, postaviti stopalo između njegovih i zadnjim pivotom se demarkirati za prijem lopte. Da bi bila čista situacija za sudije, za vreme fintirajuće kretnje podići ruke i ne gurati odbrambenog igrača.

4. Sa prostorom iza igrača

U slučaju kada postoji prostor iza napadača, on treba da ostvari kontakt sa odbrambenim igračem stopalom bližim lopti (na dijagramu levo stopalo) i da se odrazi sa njega ka korneru gde dobija lob pas posle bočne kretnje i zauzima poziciju trostruke pretnje ili prodire ka košu (dijagram 7).

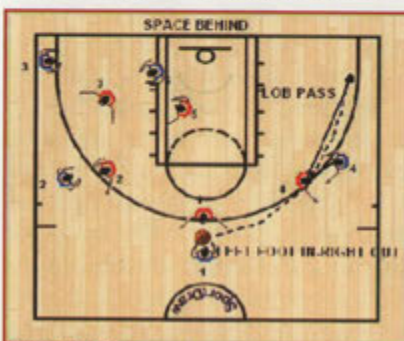
5. Sa pozicije niskog posta

Ako se kreće sa pozicije niskog posta, ide se po liniji reketa, pravi se odraz bližim stopalom odbram-

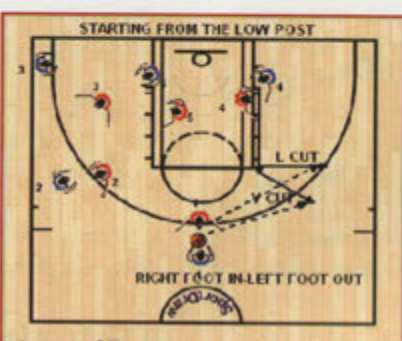
benom igraču i prima lopta. U momentu demarkiranja koje je „V ili L cut“ se vrši promena ritma i pokazuje dalja ruka od odbrambenog igrača za prijem lopte. Varijanta je sa demarkiranjem uz zadnji pivot (dijagram 8).

Prijem lopte, čitanje pozicije odbrambenog igrača i napad

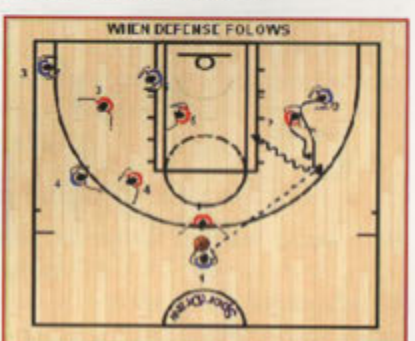
Najčešća greška je da napadač primi loptu i ne napadne koš pozicijom „trostruke pretnje“ (triple threat position), bez obzira da li treba da sačeka utrčavanje saigrača ili da doda loptu. Realizacija svih zadataka će biti lakša kada se ima na umu ideja o napadu odbrambenog igrača prilikom svakog prijema lopte. Treba „čitati“ greške odbrane u novom uspostavljanju pozicije i momentalno kažnjavati neadekvatne položaje odbrambenog igrača. U momentu leta lopte napadač mora perifernim vidom da vidi i poziciju odbrambenog igrača a ne samo loptu, da bi mogao da stvori koncept napadačke akcije, već u momentu prijema lopte.



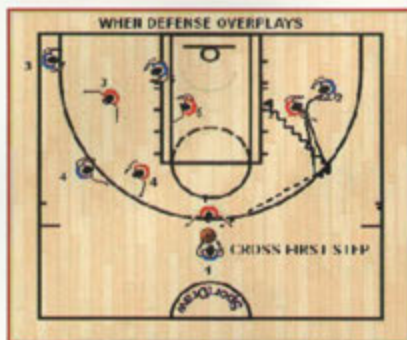
DIJAGRAM 7



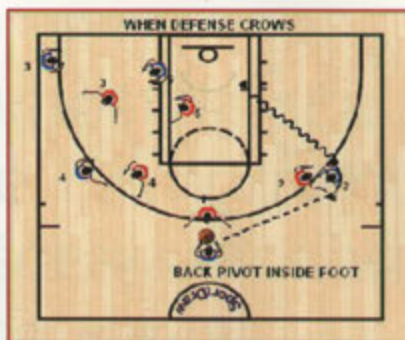
DIJAGRAM 8



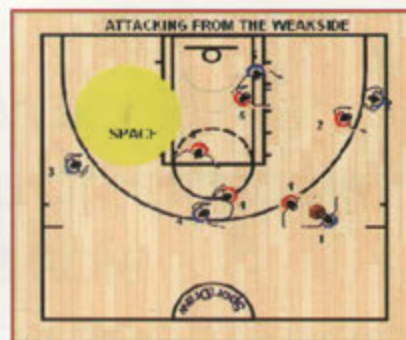
DIJAGRAM 9



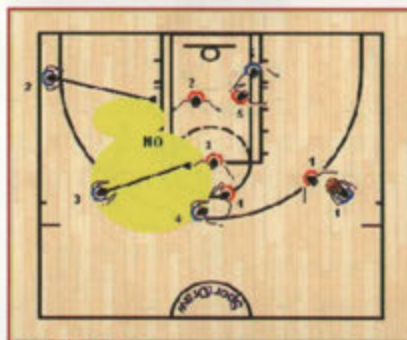
DIJAGRAM 10



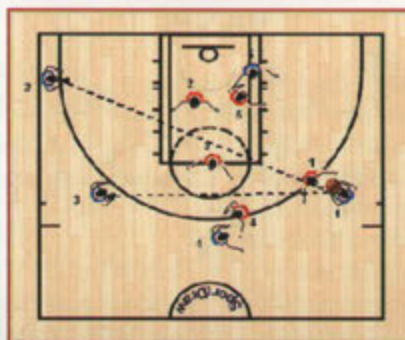
DIJAGRAM 11



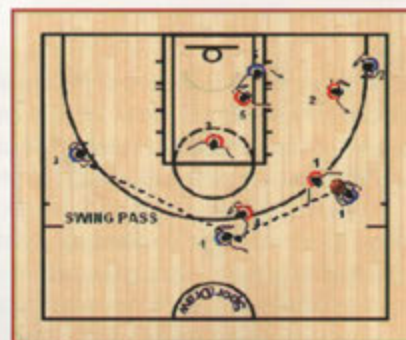
DIJAGRAM 12



DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 14



DIJAGRAM 15

6. Kada odbrana ide za igračem

U slučaju kada odbrambeni igrač prati napadača i ide za njim jednostavno treba odmah po prijemu lopte nastaviti započetu putanju i spustiti dribling ka košu. Treba voditi računa o usklađivanju prvog koraka sa driblingom da se ne bi napravila greška u koracima (dijagram 9).

7. Kada odbrana zatvara prijem pasa

Kada se po prijemu lopte odbrambeni igrač vraća u odbrambeni stav, treba ga odmah napasti ukrštenim polaskom u dribling, sa loptom u najnižoj mogućoj poziciji i odrazom sa stopala bližeg lopti. Putanja mora biti direktno ka košu a nikako lučna (dijagram 10).

8. Kada je odbrana blizu u momentu prijema lopte

Kada odbrambeni igrač stoji blizu napadača u momentu prijema lopte najbolji način napada je zadnji pivot oko unutrašnjeg stopala i prodor (dijagram 11).

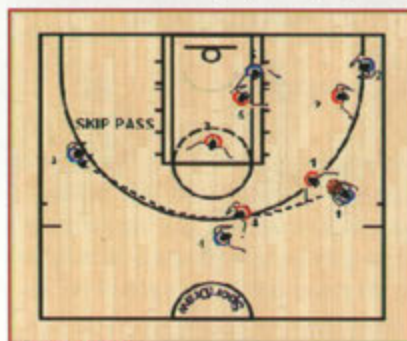
Načini realizacije posle prijema lopte mogu biti:

- Ako je odbrambeni igrač pored napadača može se napraviti dribling ka košu i odskok od igrača (step back) da bi se stvorila situacija neometanog šuta sa srednje distance. Varijanta je „step back“, promena ritma i dribling ka košu.
- Ako je savladan direktan čuvar dolazi se do drugog odbrambenog igrača koji izlazi na igrača sa loptom i napadač može da napravi brzu prednju promenu pravca i da poentira ili da napravi roling i poentira.

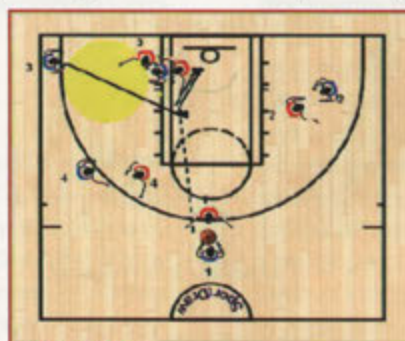
II. Napad sa strane pomoći

Prilikom napada sa „strane pomoći“, postoji veći prostor između napadača i odbrambenog igrača i zadatak napada je ta taj prostor svrsishodno iskoristi. Sposobnost poentiranja sa strane pomoći znatno otežava zadatke kolektivnoj odbrani.

U najvećem broju slučajeva ostajanje na strani pomoći, uz adekvatnu promenu pozicije je najbolje rešenje za napad (dijagram 12).



DIJAGRAM 16



DIJAGRAM 17



DIJAGRAM 18

Prilaženje lopti olakšava posao odbrani dok adekvatno kretanje uz zadržavanje pozicije na strani pomoći otežava odbrambene zadatke (dijagram 13).

Drugi princip je da napadač na strani pomoći mora uvek da bude okrenut ka lopti i u vidnom polju igrača sa loptom da bi mogao da dobije pas od njega (dijagram 14).

U momentu leta lopte posle „swing“ ili „skip“ pasa sa strane lopte na stranu pomoći, napadač mora u momentu leta lopte da vidi poziciju odbrambenog igrača i da ga odmah napadne po prijemu lopte. Princip ponašanja napadača je različit nego prilikom prijema lopte na „strani lopte“. U situacijama kada se lopta prima na strani lopte redosled aktivnosti napadača je prijem lopte, „čitanje“ pozicije odbrambenog igrača i napad, dok je u situacijama prijema lopte na „strani pomoći“ redosled aktivnosti sledeći:

- a) „čitanje“ položaja odbrambenog igrača,
- b) prijem lopte i
- c) napasti odbrambenog igrača.

Rad nogu

U momentu prijema lopte na strani pomoći napadač mora voditi računa o nekoliko detalja:

- Mora biti u otvorenom stavu sa pogledom ka lopti da bi video loptu i poziciju direktnog čuvara za vreme leta lopte.
- Treba da napravi zaustavljanje u jednom koraku naskokom ka lopti.
- Napadač mora da pokaže „metu“ dodavaču, tj. da ka pravcu doletanja lopte postavi otvoren dlan šuterske ruke, da bi bio spreman da šutira odmah po prijemu lopte. Šuterskom rukom se zaustavlja dodavanje a drugom rukom prihvata lopta (dijagrami 15 i 16).

Igrač koji prima loptu mora da bude sa savijenim kolenima i da ima bar jednu nogu (bližu košu) okrenutu ka košu u momentu leta lopte, da bi što brže mogao da napadne prodorom ili šutem. Šuteri za 3 poena ne treba da postavljaju stopalo bliže košu previše blizu liniji za 3 poena jer je moguće njeno gaženje u momentu zaustavljanja, što eliminiše opciju šuta za 3 poena. Napadač mora za vreme leta lopte da bude u poziciji trostruke pretnje ali bez lopte. Za vreme leta lopte napadač mora da se kreće da bi skratio dodavanje i bio spreman na akciju odmah po prijemu lopte (bočno kretanje sa dokoracima). Dok je lopta u letu i stopala treba da budu u letu da bi se nasukočilo ka njoj.

Varijante položaja stopala su dijagonalna i paralelna ali se savetuje paralelna pozicija i zaustavljanje naskokom ka lopti u jednom kontaktu iz nekoliko razloga:

- Naskok u jednom kontaktu u momentu prijema lopte dovodi napadača u poziciju trostruke pretnje, što je najbolji stav za napad.
- Naskokom u jednom kontaktu se „pune“ noge za šut i stvara uslov za maksimalni vertikalni skok.

- Zaustavljanje u jednom kontaktu je brže od ostalih načina zaustavljanja (u dva kontakta ili u jednom „sa privlačenjem pivotne noge“).

- Naskok u jednom kontaktu omogućava napadaču da obe noge mogu da budu stajne prilikom polaska u dribling ili pivotiranja.

„Čitanje“ pozicije odbrambenog igrača-prijem lopte i napad

Kada je reč o igri na strani pomoći najbolji način napadanja je da se u toku leta lopte „čita“ pozicija odbrambenog igrača i da se krene u napadačku akciju u momentu prijema lopte. Dakle, odluka o akciji napadača se donosi za vreme leta lopte, kada se „čita“ pozicija odbrambenog igrača, a napadačka akcija počinje već u momentu prijema lopte.

Kada je napadač na strani lopte onda je raspored: primi loptu, pročitaj poziciju odbrambenog igrača i napadni.

Kada se prima lopta na strani pomoći raspored aktivnosti je: pročitaj poziciju odbrane, primi loptu i napadni.

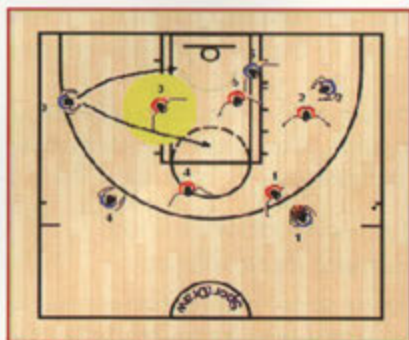
Vrste aktivnosti napadača u momentu prijema i „čitanje“ odbrane:

- Ako odbrambeni igrač kasni-hvatanje i šut.
- „Proletanje“ je vrsta odbrambene akcije kada je odbrana u većem kašnjenju i ima za cilj da ometa šutera ili da ga natera na prodor uz pomoć saigrača u odbrani. „Proletanje“ se radi tako što odbrambeni igrač ne trči direktno na napadača već pored njega sa jedne ili druge strane. Napadač u toj situaciji mora da proceni putanju odbrambenog igrača i da napadne sa strane podignute ruke. U ovoj situaciji napadač mora da bude strpljiv i da sačeka momenat kada stopala odbrambenog igrača napuste tlo, da bi ga tada napao driblingom u suprotnu stranu.
- Prilaženje korektne odbrane posle rotacija zahteva „čitanje“ pozicije isturene noge i (ili) ruke odbrambenog igrača i momentalni napad ka toj strani.

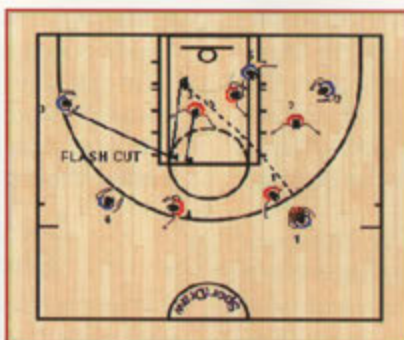
Kada napadač na strani pomoći dobija neprecizan pas, ne bi trebalo obe noge da udaljuje sa mesta gde se nalazi, već se u tim situacijama savetuje isturanje ruke kojom se hvata lopta i noge sa iste strane ka lopti uz zadržavanje pozicije stajne noge, da bi se zadržalo rastojanje od koša. U momentu prijema lopte, ako odbrambeni igrač krene ka lopti (što je najčešći slučaj) prednjim ili zadnjim pivotom oko stajne noge se napada koš na stranu isturene noge odbrane (napadaju se leđa odbrambenog igrača).

Kada utrčavati ka lopti?

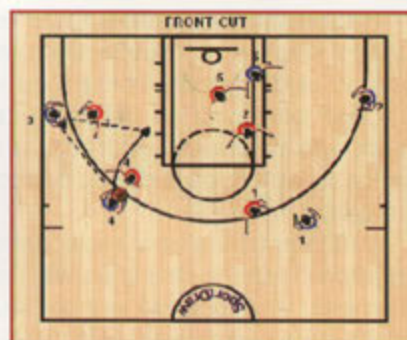
- Odbrambeni igrač se nalazi previše ispod linije dodavanja (dijagram 17).
- Odbrambeni igrač je previše blizu napadača na strani pomoći i treba utrčati ispred ili iza njega (dijagram 18).



DIJAGRAM 19



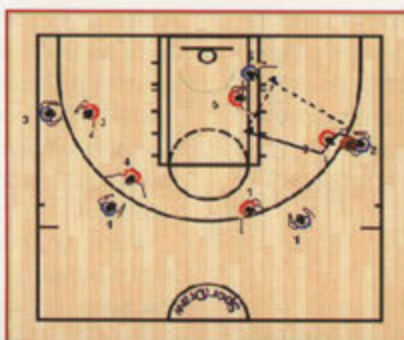
DIJAGRAM 20



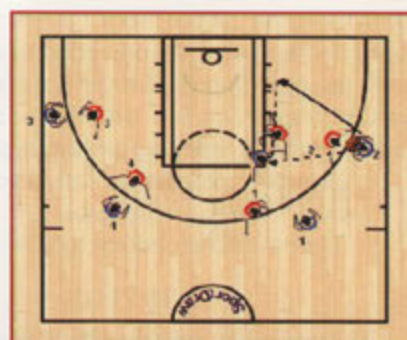
DIJAGRAM 21



DIJAGRAM 22



DIJAGRAM 23



DIJAGRAM 24

- Protiv zonskih odbrana utrčavanje ka lopti u tzv: „džepove“ odbrane (dijagram 19).
- Posle „flash“ kretnje ka lopti uz promenu pravca i prijem lopte. Ako se vidi samo ruka odbrambenog igrača prilikom „flash“ utrčavanja, radi se otvaranje spolja a ako se celo telo odbrambenog igrača postavlja na liniju dodavanja, utrčava se iza leđa odbrambenog igrača (dijagram 20).

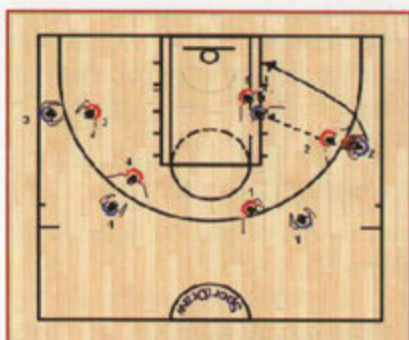
III. Napad posle dodavanja

Kada se doda lopta i ostane u mestu čini se usluga odbrambenim igračima koji ne moraju da koriguju svoj položaj na terenu, već ostaju u istoj poziciji i mogu se fokusirati na pomoć na igraču sa loptom. Ako napadač nastavi sa kretnjom posle dodatog pasa, eliminiše se mogućnost kvalitetne pomoći na igraču sa loptom a napadač otvara opcije ponovnog prijema lopte i poentiranja. Većina odbrambenih

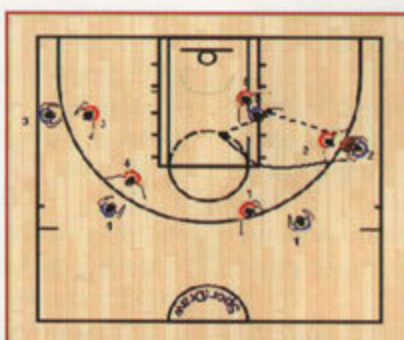
igrača se opusti i podigne stav kada direktni čuvar doda loptu. To je najbolji momenat za napadača da nastavi kretnju i kazni pasivnost direktnog protivnika. DODAVANJE SPOLJNOM IGRAČU; utrčavanje ispred odbrambenog igrača (FRONT CUT) i utrčavanje iza leđa odbrambenog igrača (BACK DOOR CUT)(dijagrami 21 i 22).

DODAVANJE POST IGRAČU; odbrambeni igrač ostaje sa napadačem: ako je reč o pasu sa bočne pozicije na poziciju niskog posta, onda treba napraviti utrčavanje sa gornje strane odbrambenog igrača (dijagram 23).

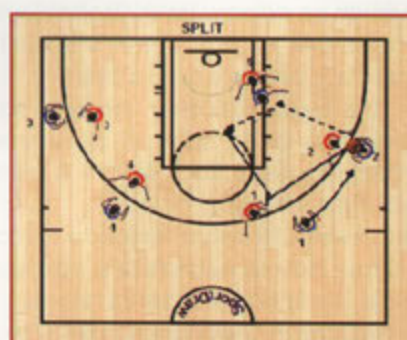
Ako se doda lopta sa spoljne pozicije na poziciju srednjeg posta mora se voditi računa o rastojanju između dva igrača. U slučaju utrčavanja sa donje strane napadača treba da ide preko prvog skakačkog mesta a u slučaju utrčavanja sa gornje strane, treba da pretrči preko pozicije „lakta“. Napadač treba da traži kontakt posle pasa, da bi isprovocirao promenu pozicije odbrane i utrčao u nebranjenu pro-



DIJAGRAM 25



DIJAGRAM 26



DIJAGRAM 27

stor (dijagram 24). Kada se utrčava na „dupli pas“ (give and go play) ne treba nikada fintirati utrčavanje iza leđa već ga uvek uraditi. Opcija utrčavanja posle pasa na post igrača je „split“ saradnja perimetralnih igrača (dijagrami 25, 26 i 27).

Ako odbrambeni igrač udvaja posta: u slučaju pomoći ili udvajanja na niskom postu, napadač koji je dodao pas mora da promeni poziciju ali uvek da bude u vidnom polju post igrača. Najbolja je opcija postavljanja iza leđa direktnog čuvara u momentu njegovog pomaganja na post igraču. Kretanja napadača treba da bude lučna („banana cut“), da bi naskočio direktno na loptu i bio u boljoj poziciji za prodor ili šut u momentu prijema povratnog pasa od post igrača (dijagrami 28 i 29).

Kod prijema povratnog pasa od post igrača, napadač posle promenjene pozicije ima opcije šuta ako je odbrana u kašnjenju, napadanja isturene ruke i (ili) noge prilikom vraćanja odbrane i finte šuta ili prodora ka košu u slučaju „proletanja“ odbrambenog igrača u povratku. Ako je leva ruka odbrambenog igrača gore, napadač polazi u desnu stranu a ako su desna ruka i (ili) noga isturene napred, napadač pravi polazak u svoju levu stranu, iza leđa odbrambenog igrača.

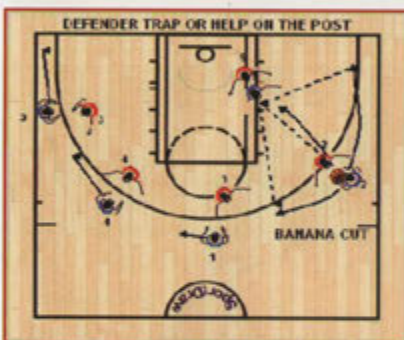
IV. Korišćenje prednosti prilikom prodora driblingom

Dobar spoljni igrač u situaciji kada nema loptu u svom posedu ne čeka da lopta dođe do njega, već svojom kretanjem stvara uslove da bude u povoljnoj poziciji za prijem lopte. Prodor driblingom igrača sa loptom zahteva od ostalih igrača da „čitaju“ pozici-

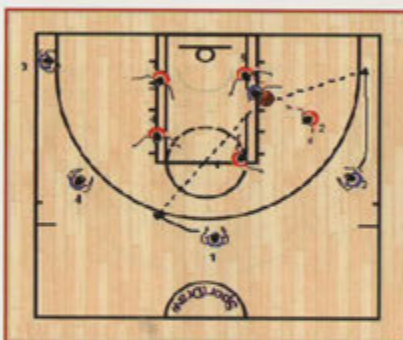
ju driblera, njegovog direktnog čuvara i položaj direktnog protivnika u odbrani, da i se reagovalo kretanjem koja može dovesti do najbolje moguće pozicije u momentu prijema lopte. Bez obzira na tip igrača, poziciju u timu, uzrasnu kategoriju, pol ili stil igre, prodor driblingom se pojavljuje više od bilo koje igrovne situacije. To znači da postoji veliki broj mogućnosti za poentiranje igrača bez lopte, ako znaju da se svrsishodno kreću za vreme prodora. Sa druge strane, pogrešno kretanje, ne samo da eliminiše mogućnost poentiranja, već dovodi do gubljenja lopte i smanjenja verovatnoće postizanja poena za igrača sa loptom. Kada se prodire sa driblingom ni jedan od napadača ne sme da stoji i posmatra akciju driblera, već mora, u zavisnosti od pozicije svih odbrambenih igrača a najviše direktnog čuvara, da traži mesto i način koji su adekvatni za trenutnu situaciju na terenu.

Postoji nekoliko principa pri kretanju igrača bez lopte prilikom prodora koji treba da se primene u igri:

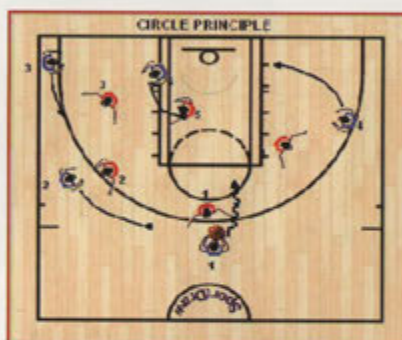
- Najvažniji princip kretanja igrača bez lopte kod prodora driblingom je da uvek budu u vidnom polju driblera i na taj način otvore mogućnost prijema pasa.
- Ako direktni čuvar igrača bez lopte obrati pažnju na loptu, okrene se ka njoj i za trenutak izgubi iz vidnog polja direktnog protivnika, napadač mora da kazni grešku i stvori uslove za poentiranje.
- Kada odbrambeni igrač okrene glavu ili krene ka lopti, to je automatski znak za igrača bez lopte da se kreće, da poveća rastojanje od njega ili da utrči ka košu u prazan prostor.
- Prilikom prodora igrača sa loptom ostali igrači u većini slučajeva treba da prave kružnu kretanju u



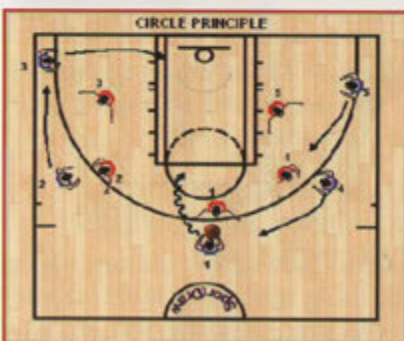
DIJAGRAM 28



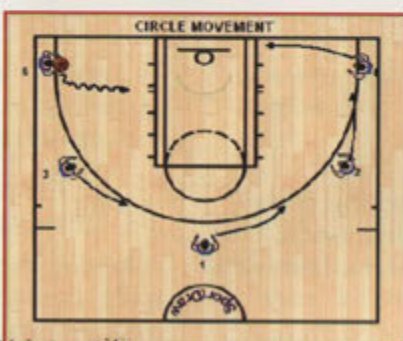
DIJAGRAM 29



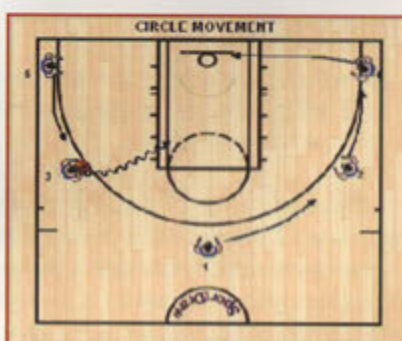
DIJAGRAM 30



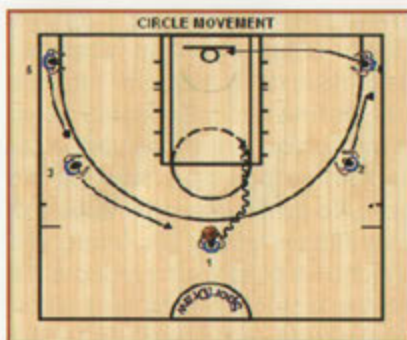
DIJAGRAM 31



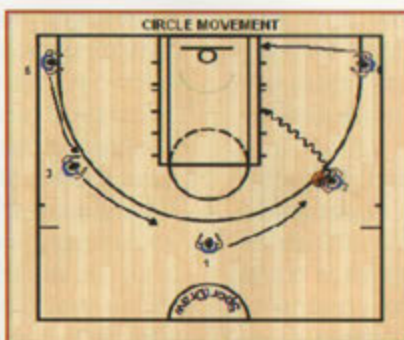
DIJAGRAM 32



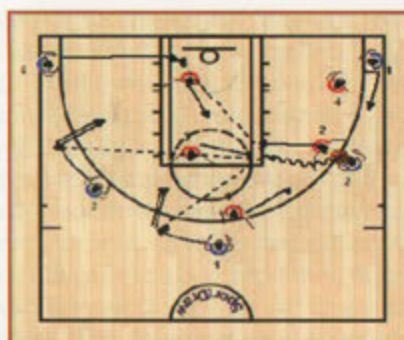
DIJAGRAM 33



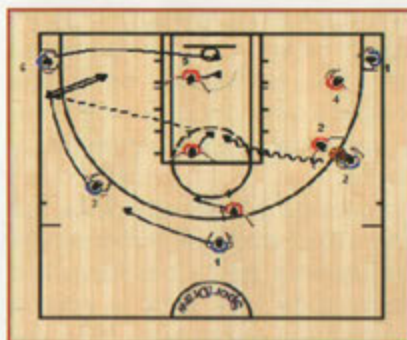
DIJAGRAM 34



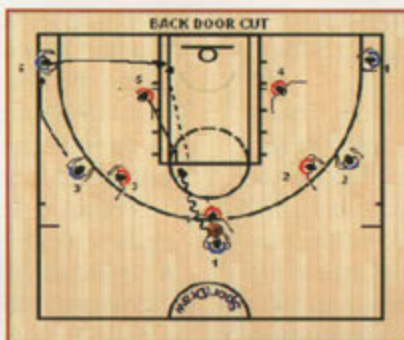
DIJAGRAM 35



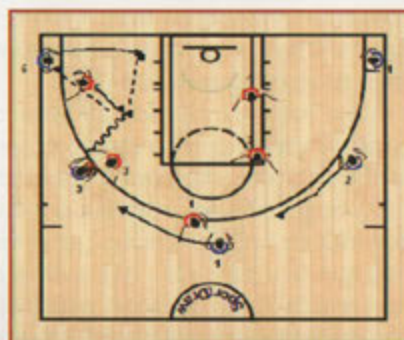
DIJAGRAM 36



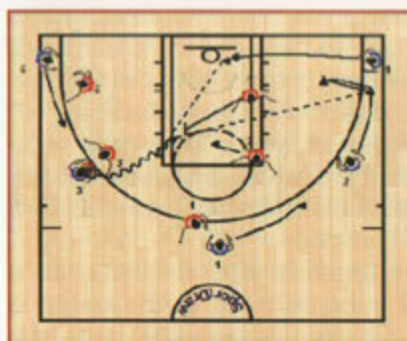
DIJAGRAM 37



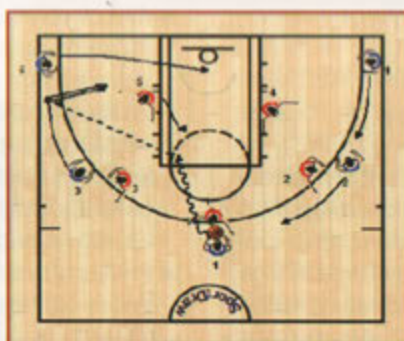
DIJAGRAM 38



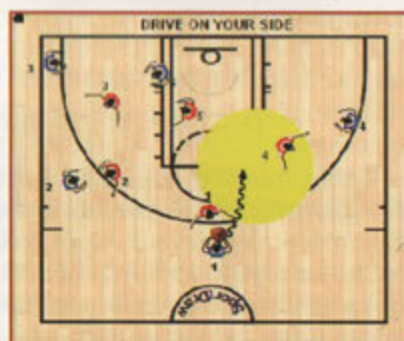
DIJAGRAM 39



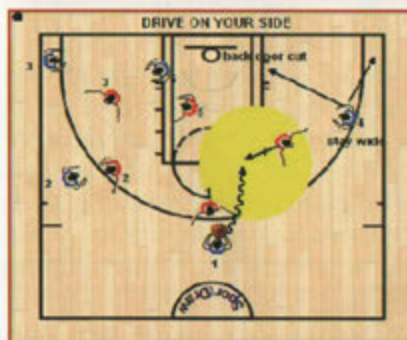
DIJAGRAM 40



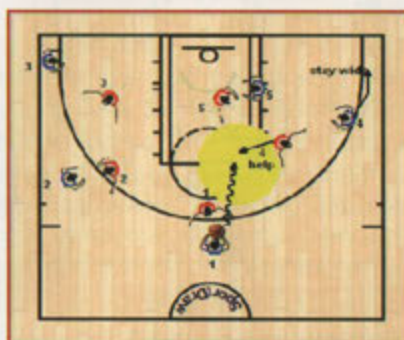
DIJAGRAM 41



DIJAGRAM 42



DIJAGRAM 43



DIJAGRAM 44



DIJAGRAM 45

smeru driblinga, jer je to suprotan pravac od kretanja odbrambenih igrača ili smera odbrambene kretnje i rotacije igrača.

Osnovna kružna kretnja prilikom prodora driblingom u igri sa pet spoljnih ili perimetralnih igrača:

Ako se prodor driblingom pravi u desnu stranu svi napadači kruže na desno a ako se prodor pravi u levu stranu, svi igrača kruže na levo. Ako se napadači kreću u suprotnom smeru od smera trenirane kret-

nje odbrane, imaju veće šanse da prime loptu u otvorenoj poziciji i da neposredno po prijemu lopte budu opasni po koš (dijagrami 30-41).

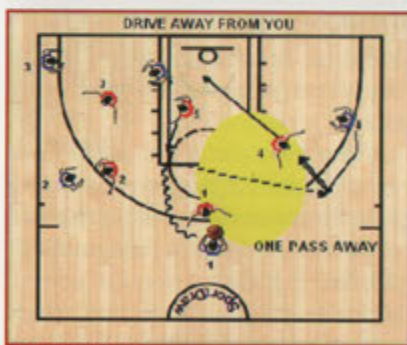
Prodori koje treba prepoznati i adekvatno se kretati za prijem lopte

Prodor driblingom, „vezivanje“ odbrambenog igrača i pas na slobodnog igrača su suština razumevanja ovog segmenta igre. Ali postoji više različitih situacija koje napadači treba da prepoznaju. Koji

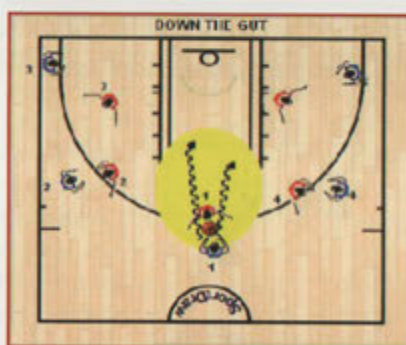
odbrambeni igrač će biti „izazvan“ da pomogne zavisi od vrste prodora i odbrane koja se igra.

Vrste prodora su sledeće: prodor ka igraču bez lopte je situacija kada se igrač bez lopte nalazi na „prvom dodavanju“ i igrač sa loptom prodire ka njemu. Ako odbrana pravi ranu ili plitku pomoć, napadač ima opciju utrčavanja iza leđa odbrambenog igrača, ako nema saigrača na istoj strani, odnosno širenja u kornjer (udaljavanje od direktnog čuvara) i oslobađanje pozicije za šut sa distance (dijagrami 42, 43 i 44).

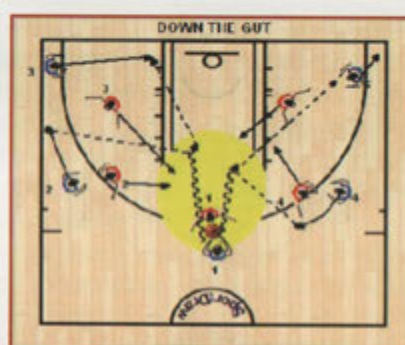
Prodor na suprotnu stranu od igrača bez lopte je situacija kada se igrač bez lopte nalazi „na prvom pasu“ a igrač sa loptom prodire na suprotnu stranu od njega. U tom slučaju napadača sa strane pomoći ide dalje od svog igrača, odnosno ako njegov protivnik pomaže po dubini on se udaljava od njega i koriguje poziciju da bi primio pas posle zaustavljenog prodora saigrača. Igrač sa loptom bi trebalo da se zaustavi naskokom na dve noge i da posle zadnjeg pivota izvrši dodavanje jednom rukom (u slučaju na dijagramu desnom rukom).



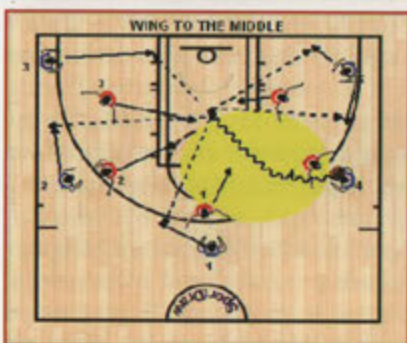
DIJAGRAM 46



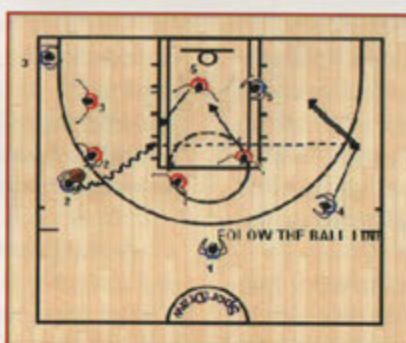
DIJAGRAM 47



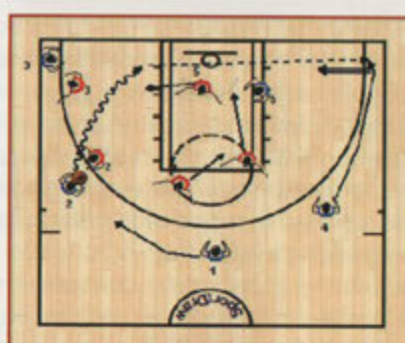
DIJAGRAM 48



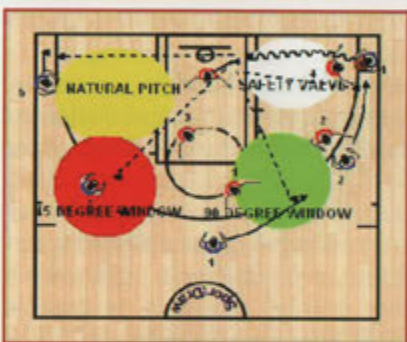
DIJAGRAM 49



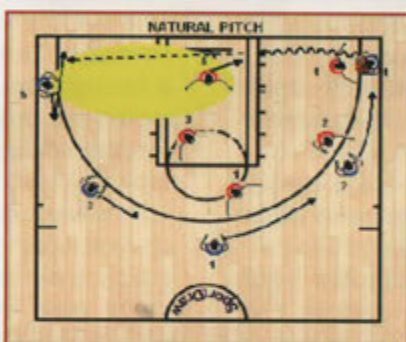
DIJAGRAM 50



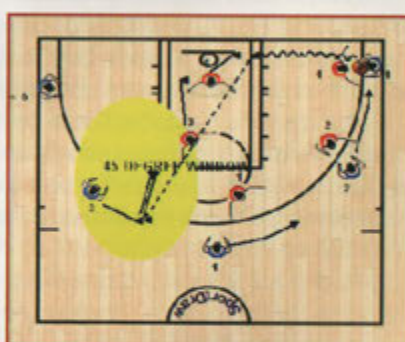
DIJAGRAM 51



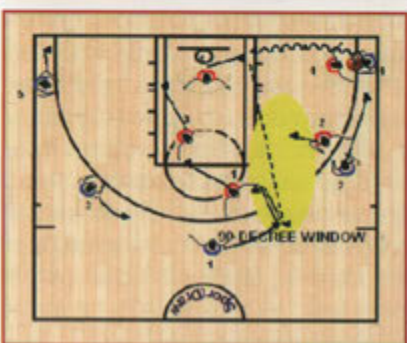
DIJAGRAM 52



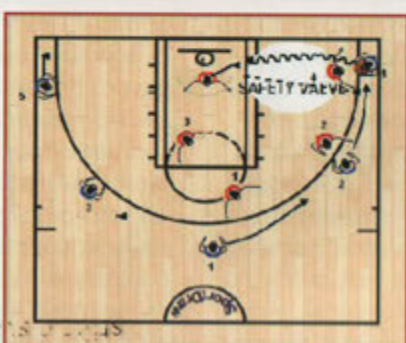
DIJAGRAM 53



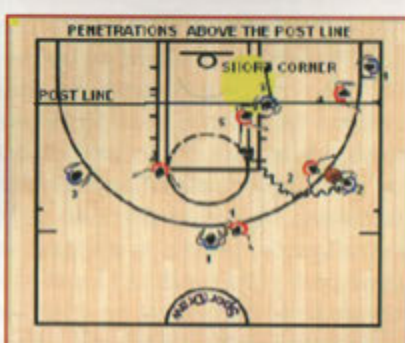
DIJAGRAM 54



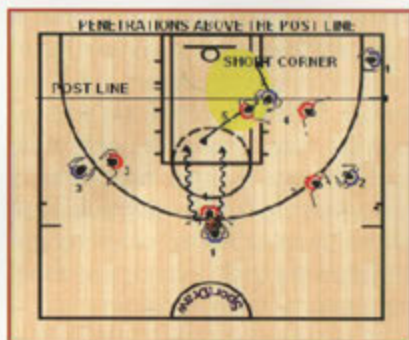
DIJAGRAM 55



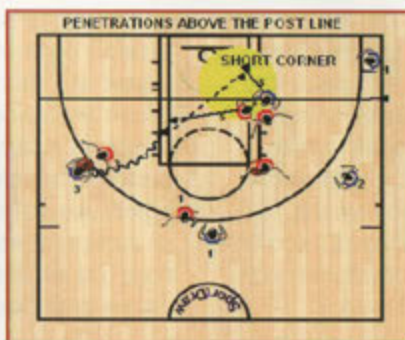
DIJAGRAM 56



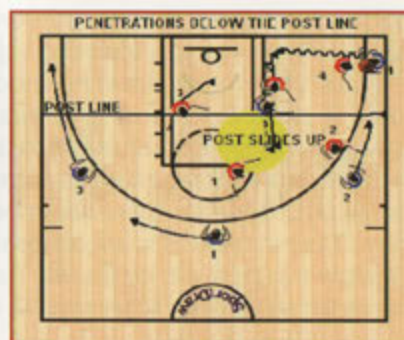
DIJAGRAM 57



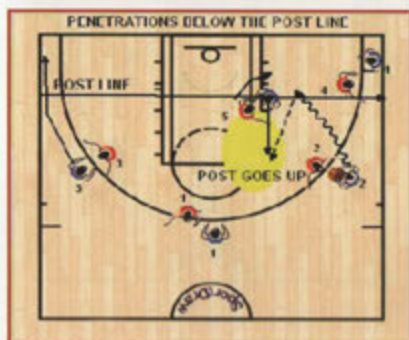
DIJAGRAM 58



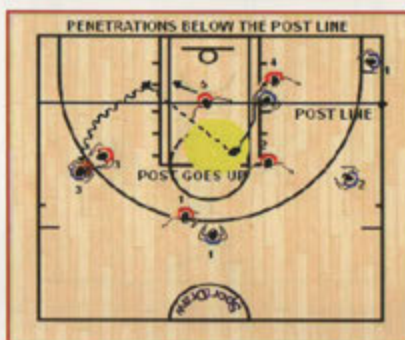
DIJAGRAM 59



DIJAGRAM 60



DIJAGRAM 61



DIJAGRAM 62

Prodor kroz centralnu zonu terena preko linije slobodnih bacanja. U tom slučaju svi napadači treba da „čitaju“ pozicije direktnih čuvara i da idu na suprotnu stranu od kretanja direktnog čuvara (dijagrami 47 i 48).

Prodor sa krila kroz sredinu je prodor sa krila koji se završava na gornjoj polovini reketa. Kretanja napadača su sledeća:

- Krilni igrač sa strane sa koje je krenuo prodor ima opcije utrčavanja iza leđa odbrambenog igrača (BACK DOOR CUT) ili pomeranja na suprotnu stranu od pomoći za situaciju otvorenog šuta spolja.
- Spoljni igrač „sa prvog pasa“ pomera se suprotno od kretanja svog čuvara, šireći od lopte.
- Igrač iz kornera sa strane pomoći ima opcije utrčavanja iza leđa (u slučaju rane pomoći) ili pomeranja u kornere (u slučaju kasne pomoći).
- Spoljni igrač sa strane pomoći ide dalje od direktnog čuvara koji pomaže i pomera se široko za šut za 3 poena.

Prodor sa krila ka čeonu liniji je prodor kojim igrač sa loptom ulazi u donju polovinu reketa. Ova vrsta prodora može da počne sa kornere pozicije ili sa krilne pozicije. U tom slučaju krilni igrač sa strane pomoći otvara pas paralelan sa čeonu linijom (BASELINE PASS), igrač sa bočne pozicije popravljajući ugao za prijem lopte spuštajući se na liniju dodavanja, a samo igrač sa strane početka prodora se pomera za driblerom i otvara mogućnost da se u slučaju zaustavljanja driblera na dve noge, doda pas na istu stranu. Što se tiče saradnje dva krilna igrača, pravilo je da igrač sa strane pomoći uvek prati nivo prodora i lopte igrača koji prodire i otvara liniju dodavanja na 45 stepeni u slučaju prodora kroz sredinu, odnosno otvara pas uz čeonu

liniju na prodor po dubini igrača sa krilne pozicije (dijagrami 49, 50 i 51).

Kretanje igrača bez lopte prilikom prodora driblingom ka čeonu liniji. U tom slučaju moraju se otvoriti 4 linije dodavanja (dijagrami 52, 53, 54, 55 i 56):

- dodavanje uz čeonu liniju (jednom rukom iz driblinga),
- dodavanje pod uglom 45 stepeni u odnosu na prodor,

- dodavanje pod uglom od 90 stepeni u odnosu na prodor i

- osiguravajući pas u slučaju uspešnog odbrambenog zaustavljanja prodorom (zaustavljanje na naskokom na dve noge, pivot i pas jednom rukom).

Kretanje post igrača prilikom prodora driblingom:

- Ako igrač sa loptom prodore iznad nivoa posta, post se pomera u tzv. „kratki kornere“, tj. udaljava se od direktnog čuvara. Ako direktni čuvar ide na pomoć gore, napadač ide dole, ako ide na pomoć sa leve strane, post se udaljava na desno (dijagrami 57, 58 i 59).
- Ako igrač sa loptom prodire ispod nivoa posta, post se penje na gornju poziciju, udaljavajući se od odbrane ili odlazeći iza leđa odbrambenog igrača.

U ovom radu su prikazane najčešće opcije kretanja bez lopte u momentu pre prijema lopte i u trenutku primanja lopte, bez korišćenja blokada na strani lopte i strani pomoći. Naravno da postoje neki izuzeci i kretnje koje nisu navedene u ovom radu i odnose se, pre svega, na situacije "čitavanja odbrane" kod rane ili kasne, plitke ili duboke pomoći, kod kojih postoje druge opcije kretanja. Koristeći naveden repertoar aktivnosti bez lopte, igrači drastično povećavaju mogućnosti poentiranja u momentu novog prijema i stvaraju svojim kretanjem povoljnije situacije za igrača sa loptom. Već u uzrastu pionira, treba navikavati igrače da koriste navedene kretnje, postanu familijarni sa njima da bi u kasnijim fazama karijere, lakše savladali ostale mogućnosti kretanja bez i sa blokadama, na strani lopte i strani pomoći.



Aleksandar Džikić, KK Partizan

Raspored igrača u napadu, kretanja igrača bez lopte („spejsing“)



Govoriću vam ovoga puta o rasporedu igrača na terenu u napadu, kao i o kretanju bez lopte u napadu u cilju otežavanja pozicija odbrambenim igračima protivničke ekipe. Želim da prvo neke stvari rasčistimo na samom početku. Spejsing nije samo raspored igrača na terenu, treba uzeti u obzir i njihov raspored u odnosu na linije terena, njihove položaje u odnosu na koš, u odnosu na samu odbranu, ali i raspored igrača u odnosu na tendencije odbrane.

Tendencija napada je da sa što manje igrača nateraju odbranu da igra na što većem prostoru (da odbrana pokriva što veći prostor). Cilj odbrane je suprotan ovome navedenom – da sa što manje igrača pokriju veći prostor na kome se napadači nalaze. Zato je raspored u napadu veoma važan.

Spejsing je nešto sa čim morate da upoznate svoje igrače što pre u odnosu na samu sezonu – naravno, kada govorimo o seniorskoj ekipi. Naravno da će od trenera do trenera zavisiti ideja o pozicijama koje treba popunjavati u napadu. Ja ne kažem da je ovo što radim i što ću Vam pokazati potpuno tačno, ali je način na koji ja radim i koji je meni i mojim ekipama dao rezultat.

Za početak bih rekao nekoliko reči o početku napada: recimo da je lopta skinuta skokom u odbrani i da se kreće u rani napad. Vrlo je bitno, ne vezano za to na koji način želimo da otvorimo tranziciju (po sredini, sa strane, ...). Prva stvar koju hoću da uradim je da primim loptu i to hoću da je primim na strani – dovoljno daleko od bočnih linija i same čeonine linije, a opet dovoljno daleko os srednjih lini-

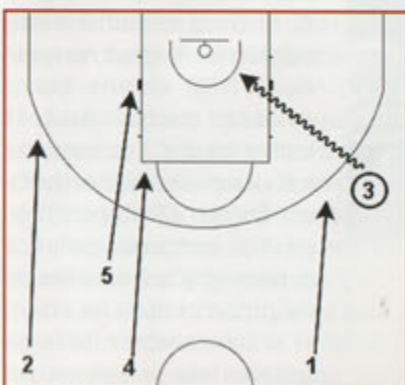
ja terena zbog činjenice da se odbrana najčešće vraća kroz sredinu terena, takođe želim da lopta bude dovoljno daleko od srednje linije trčanja pratećeg igrača (trejlera). Ako u momentu prijema možemo da budemo u poziciji da bez puno pivotiranja vidimo ceo napadački deo terena ispred sebe onda smo na pravom putu.

Da li će se lopta preneti u polje napada dodavanjem ili driblingom u zavisnosti je od sastava Vašeg tima, odnosno individualnih karakteristika Vaših igrača. Ne postoji tvrdo definisano šta ja hoću – vrlo je jednostavno – imaš tim i prema tom timu gradiš svoj način igre. Voleo bih da svi možemo da selektiramo timove prema načinu na koji sami volimo da igramo, ali to je stvar koja se retko dešava.

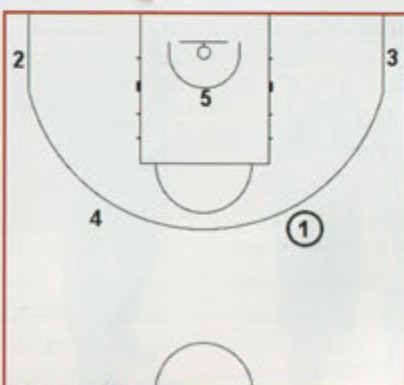
Zadatak igrača je da primi prvi pas. Spoljni igrači – njihov posao je da sa što manje filozofije naprave što više prostora igraču sa loptom u kome on može da manipuliše sa loptom. Poenta je da linije lopte i linije dodavanja budu što je moguće duže, a samim tim i prostor za manipulaciju veći.

Na strani lopte vrlo je bitna pozicija igrača koji istrčava. Prednost kontranapada je osim brojčane nadmoći i činjenica da nije formirana strana pomoći, dakle očekuje se od igrača koji je primio loptu na strani da napadne. Ako mogu da dirigujem svojim igračima, tražim od njih da se napada čeonina linija i da se stavi pritisak na odbranu.

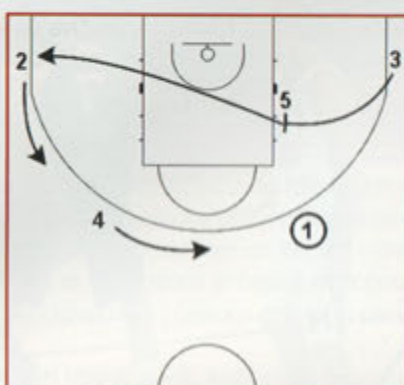
Situacija u kontranapadu da se izbacilo lopta napred a da centar nije ispred lopte – smatram da je to gubitak vremena. U koliko se dolazi do toga da se napada čeonina linija u kontranapadu – želim da imam beka u suprotnom kornoru, a igrač koji je dodao loptu



DIJAGRAM 1



DIJAGRAM 2



DIJAGRAM 3

napred u kontranapad (najčešće igrač na poziciji 1) želim da ide u leđa igraču koji napada čeonu liniju, ali opet da bude dovoljno daleko od bočne linije, na poziciji od 60 stepeni u odnosu na koš.

Prvi visoki (igrač na poziciji 5) napada „kućicu“ na strani pomoći. I dobijate jedan od rasporeda ako se napada driblingom po čeonj liniji (dijagram 1).

Ako igrač nije dodao loptu ispred sebe u kontranapad, već je povukao driblingom, igrač na poziciji 3 ne prestaje da trči i ide ispod linije gde se „lomi“ linija za 3 poena. Vrlo često tražimo da bude u nivou sa tablom što nam stvara probleme kasnije u eventualnom prodoru uz čeonu liniju jer smo preblizu iste. Generalno, to je neka pozicija gde želimo da se zaustavi igrač na strani pomoći. Ima dovoljno rastojanja da igrač sa loptom ako želi počinje da pravi prednost i ima dovoljno rastojanja i vremena da prepozna u koliko pomoć dolazi sa mog igrača (igrača 3). Tražim od prvog visokog da se pozicionira u reketu (igrač 5) ali ne preduboko. Drugi visoki (igrač 4) ostaje u nivou sa loptom. Na pozicijama iznad trećeg skakačkog mesta gde ima dovoljno mesta da se ide još dva koraka unazad – dakle, povećavamo prostor koji odbrana mora da pokrije. Ostavljamo sebi dovoljno prostora da u šut uđemo koristeći noge (dijagram 2).

Kada ostvarimo ovaj raspored videćemo da smo ušli u raspored gde praktično imamo 4 igrača spolja i 1 igrača unutra (bez obzira da li su to igrači 4 ili 5). Odbrana je kroz godine evoluirala, a i same fizičke sposobnosti igrača i ono što smo ranije brojali, takozvana dodavanja (1.dodavanje – centralna pozicija, 2.dodavanje – pozicija 45 stepeni, ...) sada sa ovim načinom odbrane i fizičkim predispozicijama igrača pada u vodu. Ovaj malopre prikazani raspored igrača u napadu dovodi odbrambene igrače da su na pozicijama od jednog ipo dodavanja. To je raspored koji maksimizira prednost u brzini ako je ima. Ako hoću da igram 1 na 1 i hoću da napadam ovo je raspored iz kojeg to hoću da uradim. Ili, da

pokušam da objasnim geometrijom pozicije igrača – ako zamislimo da je čeonu liniju pomerena malo u teren i prolazi kroz centar obruča gde je to nulta linija, onda su pozicije naših igrača na sledećim stepenima zamišljanih uglova na toj liniji: na nultom stepenu, na 60 stepeni, na 120 stepeni i na 180 stepeni.

Lično mislim da bez obzira na sve napad bez dubine nije dovoljno dobar. Dubinu možeš da ostvariš prodorom ili pozicionom ogrom na centra. Generalno, da probamo da spustimo loptu pre nego što je uspostavljena odbrana. U koliko ne možemo da primimo loptu direktno u srcu reketa igrač će pokušati da izađe na ivicu reketa. Ova distanca (između igrača 5 i 3) je premala da bi igrač 1 mogao sa sigurnošću da doda loptu nisko (direktno na niskog postu). Pokazala se kao vrlo zahvalna sledeća kretnja gde igrač 3 istrčava ispred visokog (5) praveći „grub“ blok (ispred, a ne iza) gde igrač 3 svojom kretnjom pomaže igraču 5 da primi loptu na niskom postu (dijagram 3).

U koliko igrač nije primio loptu sa dve noge u reketu nije realno očekivati da će sa jednim driblingom ostvariti poziciju odakle se povećavaju šanse za realizaciju.

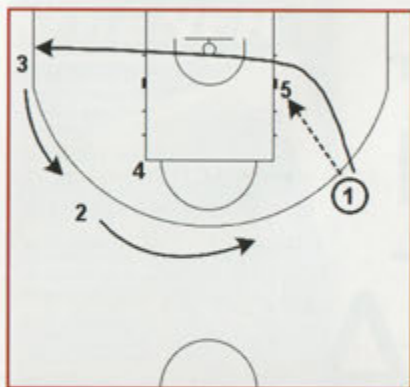
Posle dodavanja želim da igrač 1 utrči (bez obzira sa koje strane u odnosu na igrača 5 koji ima loptu).

Može da se igra u rasporedu sa 4 igrača spolja, ali ovaj sada raspored je već sam po sebi „gust“. Više odbrambenih igrača spolja je lakši način da se organizuje odbrana. Nakon dodavanja igraču 5, igrač 1 ide oko igrača 5 ka čeonj liniji. Kada je igrač 1 ispraznio reket, igrač 4 može da utrči na stranu pomoći, a od igrača 2 želim da bude visoko pre nego što igrač 5 krene sa driblingom (dijagram 4).

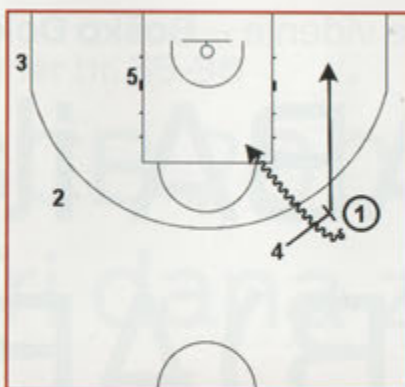
Zadatak igrača 2 je sledeći: da bi igrač 5 igrao „1 na 1“ on ne mora da vodi računa o strani lopte (jer je prazna). Generalno pozicija na kojoj je igrač 4 na niskom postu je „mismatch“ situacija (dovode se uvek sitniji odbrambeni igrač). U momentu kada

igrač 5 počinje da igra – prvo uputstvo je da napadaš sredinu. Igrač 2 će se pomeriti sa svoje pozicije i popraviti ugao prema igraču 5 istog trenutka kada odbrambeni igrač na igraču 2 (X2) okrene glavu (makar i za trenutak). U koliko igrača 2 pomerimo još više prema strani (bočnoj liniji ka 45 stepeni) re-post je potpuno realan, i prodor igrača 2 kroz sredinu potom. Lopta na strani – u tom slučaju lakše je odbrani da je usmeri na čeonu liniju.

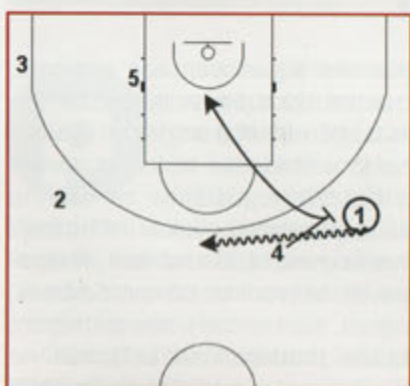




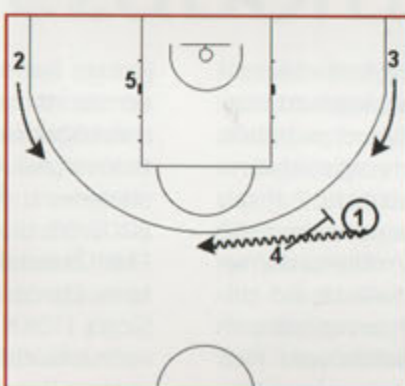
DIJAGRAM 4



DIJAGRAM 5



DIJAGRAM 6



DIJAGRAM 7

Odbrana probleme u igri „1 na 1“ na niskom postu igrač 5 rešava ili pomoću pomoći spolja, ili sa igračem u sredini reketa. U ovom slučaju pomaže se spolja na niskom postu.

Puno igrača pravi sledeću grešku – igrač sa strane pomoći treba da krene ka reketu i protrči dalje, ali bi trebalo da stane oko trećeg skakačkog mesta i zaustavi se da vidi dalji razvoj situacije.

Vraćamo se na momentat kada je dodata lopta u kontranapad ispred (igraču 3). Igrač 3 napada čeonu liniju, igrač 5 se spušta nisko u reket na ivicu reketa na strani pomoći. Igrač 3 nije ništa uradio (nije ostvarena nikakva prednost) i vraća loptu igraču 1.

Sada ćemo govoriti o pick and roll-u u ranom napadu.

Posle dodavanja igraču 1, igrač 3 odlazi na suprotnu stranu i dešava se da se pick u izolaciji. Igra se pick and roll sa praznim kornerom na strani lopte i rasporedom koji sledi (dijagram 5).

U koliko je ugao prazan postoji mogućnost za beka da napada obuć najkraćom mogućom linijom preko bližeg „lakta“ reketa zbog toga što visoki ima dovoljno prostora da se otvara.

Da smo imali igrača u uglu onda bi igrač sa loptom napadao simetralu terena tako što bi se visoki spustio u reket (dijagram 6).

Da se vratimo na početni pick sa praznom stranom. U momentu kada je igrač sa loptom napao lakat reketa igrač sa prvog dodavanja mora da popravi svoju poziciju i da svojom kretanjom bude

opasan po svog odbrambenog igrača kako bi mu dao manje prostora da pomogne na igraču sa loptom (igrač 1). Ako se igrač koji brani igrača 5 nalazi usko uz njega onda igrač 5 zauzima poziciju tačno ispod obruča, ali ako se pozicionirao dalje od njega braneći prodor igrača sa loptom ka sredinu reketa, igrač 5 mora da prati kretnju ostalih odbrambenih igrača i konkretno ako odbrana na igraču 4 (blokeru) stiže i izlazi na njega napolje na kretkom korneru – istog momenta napadač 5 se „uvaljuje“ i „seda u krilo“ svom odbrambenom igraču u srcu reketa.

U zavisnosti od toga kako igraju odbranu na prvom dodavanju, odbrambeni igrač može da igra u poziciji trougla ili u poziciji malo bliže sredini terena (kontrolišući prvo dodavanje).

U zavisnosti od reakcije igrača u odbrani koji čuva igrača 5 na

niskom postu, od pick and roll igrača sa loptom lopta može otići na prvo dodavanje (igraču 2) pa će je on zatim proslediti na niskog posta ako se igrač 5 pozicionirao na ivici reketa ili čak bliže košu. Ako igrač 5 odluči da ne može da se pozicionira i odvuče svog odbrambenog igrača na suprotnu stranu postoji mogućnost da igrač 2 (sa prvog dodavanja) napadne direktno prodorom koš. U momentu prodora igrača 2 igrač iz ugla (igrač 3) prati ponašanje „svog“ odbrambenog koji pomaže na ovom prodoru. Ako je rano krenu – back door pravi igrač 3, ako je kasnije krenuo staje u uglu.

Ako imamo igrača u uglu terena na strani lopte gde se odvija pick and roll – raspored posle počka je sledeći (dijagram 7).

Iz ovog rasporeda mora se „čitati“ ponašanje odbrane i prema tome ulaziti u sledeće kretnje.

Posle određenog broja pokušaja odlaska ka sredini, igrač 4 koji postavlja inicijalnu blokadu može da promeni ugao blokade i da igrač sa loptom krene ka čeonj liniji da napada, da se potom uz kontakt sa svojim blokerom (igračem 4) vrati ka sredini terena (reketu – liniji slobodnih bacanja).

Ako odbrana ne dozvoljava igraču da ide ka sredini i da ga agresivno usmerava ka bočnoj liniji, bloker (igrač 4) zauzima mesto visoko ka kapići i ide dodavanje ka njemu, a on potom prosleđuje loptu na suprotnu stranu (igraču 2) i potom odlazi u pick tom igraču.

Priredili: Goran Vojkić – viši košarkaški trener
Marko Mrđen – viši košarkaški trener



Moje viđenje – **Boško Đokić**

ABA ili (B)ABA

Upravo pred izlazak ovog broja časopisa „Trenner” ponovo je pokrenuto pitanje da li je srpskoj košarci potrebno ABA (i zašto ne), ili reorganizovano KLS takmičenje (i zašto da)? Pisao sam puno o tome, ali nije zgoreg da ponovim neke stavove. Dakle, glasam za dobro osmišljenu domaću ligu od 18 timova pod „kapom” Saveza, što zbiorom od 34 utakmice, uz plej of osam prvoplasiranih klubova (naravno i plej aut), modifikovani Kup Radivoja Koraća, pripremne i turnirske mečeve (šta to beše „Trofej Beograda”?) daje brojkicu od šezdesetak mečeva u sezoni. Posledično, mlađi igrači imaju prostora da ovde tancuju blizu hiljadu minuta godišnje, umesto po okolnim trećerazrednim ligicama gde ima nešto više novca, ali ne i basket napretka, odnosno perspektive. Onda će se desetak „Aleksa Avramovića” pojaviti godišnje, a ne jedan u deceniji... Dalje, ostaće u zemlji i trenerski potencijal koji može završno brušenje talenata, finu glazuru da izvrši i – istovremeno – da dograđuje sebe. Preciznije, lakše će nadareni kouči, poput Dejana Milojevića, dolaziti do svojih prvih finala i trofeja... Primedba da tu nema interesovanja sponzora, publike i medija nestaće u prvoj sezoni, jer dolazak Zvezde, Partizana, Mege, FMP-a i ostalih u bilo koji srpski grad motivisaće firme i pojedince da nađu svoj deo kolača u ovom karavanu. Elem, za najviše četiri godine, jedan olimpijski ciklus, oko 2020. leta – Prva liga Srbije bila bi u pet, šest najjačih u Evropi, po igračkom potencijalu svakako. Sad je pravo vreme da se to uradi, „struka” pre ostalih mora da nađe izgubljenu energiju, entuzijazam i jedinstvo, odnosno – šta to beše Stručni savet?

Krucijalni adut zagovornika ABA javnog trgovačkog društva (adekvatan naziv) je – da je to i dalje najjača liga na balkanskom basket arealu, što je misaona prevara za neuke navijače, jezička doseška. Naravno da je, recimo, po šest prvoplasiranih ekipa iz španskog i turskog prvenstva – spojenih jednim takmičenjem – uvek „jače” od ostatka dotičnih liga, ali ja na taj „argument” gledam drugačije. Naime, petnaestak sezona jadranske srozalo je

gotovo sve klubove eks jugoslovenskog prostora, samim tim i nacionalne ligice, što se lako razumno može dokazati. Logično, treba pogledati kvalitet timova „nekad i sad”, a statistika i istorijat govore sledeće: u Prvoj ligi SR Jugoslavije za sezonu 2002/03. plasman je bio upravo ovakav – Partizan, FMP Železnik, Crvena zvezda, Budućnost, Hemofarm, Lovćen, Zdravlje, Vojvodina, Lavovi, Spartak, Sloga i OKK Beograd. Komentar i nije potreban, većina tavori („kupuje, prodaje, kladi se”), neki ne postoje (Hemofarm, Lavovi), pojedini su prolazili (ili prolaze) kroz turbulentne oblake – Partizan, Zvezda, FMP, Vojvodina...

Ili, u sezoni 2003/04. Jadranska liga kao takmače imala je i pojedine klubove o čijem sadašnjem stanju ne moraju doktori ništa stručno da kažu, može da se vidi „od oka” – Slovan, Laško, Lovćen, Refleks, Zagreb, Split, Banjalučka pivara, Široki... Da ne lamentiram nad sarajevskom Bosnom, nekadašnjom i sadašnjom snagom Cibone i Olimpije, da ne mozgam dalje. Da li su Cedevita i Mega „adekvatna zamena” za potonuće nekoliko evropskih šampiona i više baaaš stabilnih klubova (i zašto nisu), treba li da se radujemo što će naredna Evroliga imati jednog predstavnika iz ABA takmičenja (i zašto ne), a da su u početku bila tri takva – prvaci Srbije, Hrvatske i Slovenije. Konačno, kakav je to mazohizam, boli li kad sebi zabijaš ekser u zdravu nogu, a teraju te da praviš ozareno lice...

Mislio sam da posvetim ovoj temi samo nekoliko redova, ali me „povuklo”, sad moram da notiram sve što mislim. Da uprostim problem postavljanjem pitanja na koje opet niko direktno neće odgovoriti: da li bi, uz istu količinu novca, turska liga i klubovi tipa Banvit, Konjaspor, Turk Telekom, Gaziantrop, Beşiktaş, Trabzon, Istanbul (...) bili jači ili vidno slabiji da Fenerbahçe, Efes, Galatasaray, Darüşafaka i Karşıyaka, recimo, ne igraju domaće nego neko evropsko-azijsko kompilacijsko nadmetanje? Namerno nisam uzeo za primer španske klubove. Na kraju, ono malo pametnih će shvatiti moju poruku kroz sentencu – „zalivao, ne zalivao – uvenuće”...



Trenner br. 35-36

BCB 2005 – Tri dana za nezaborav

Prilike su diktirale da „Trenner“ na koji se podsećamo u ovom broju, po mnogo čemu bude poseban. Izašao je kao dvobroj, krajem septembra 2005, neposredno po završetku Basketball clinic Belgrade – 2005. Upravo taj događaj koji od starta sa našim časopisom funkcioniše po sistemu „spojenih sudova“, učinio je ovaj broj posebnim.

Od brojnih zanimljivosti koje donosi ovaj broj, izdvajamo intervju sa Majk D'Antonijem, tada, šefom struke u Finiks Sansa i trenerom godine u NBA. Iz zanimljivog razgovora, koji smo uradili uoči njegovog dolaska na BCB-2005, izdvajamo:

– Zaista sam srećan što dolazim u Srbiju i Beograd. Za tu zemlju me vezuju mnoge lepe i „ružne“ uspomene (smeh, prim. Autora). Jedan od omiljenih igrača koje sam trenirao, svakako je Saša Đorđević. Sa predstavnicima srpske košarke imam imam dugu istoriju takmičenja. A i Beograd mi se svideo kao grad, tako da sam siguran da će biti sjajno izaći na teren i obratiti se tolikom broju trenera. Intervju, koji sadrži još niz zanimljivosti, sa uglednim gostom, uradio je naš saradnik Ivan Bogunović (St. 14-19).

Muška ekipa KK Partizan, vođena strategom Duškom Vujoševićem, četvrti put za redom osvojila je šampionsku titulu SCG, što je gotovo bilo očekivano. (St. 36-39). Međutim pravi podvig napravio je trener

Miroslav Popov, sa ŽKK Hemofarm, šija je ekipa mimo svih prognoza, pre prvenstva i posle petogodišnje pauze osvojila duplu krunu. (St. 40-41).

Zabeležili smo i veliku radost koju su nam priredili juniorski reprezentativci, vođeni selektorom Stevanom Karadžićem, osvajanjem zlatne medalje na Evropskom prvenstvu, na koju smo predugo čekali. Posebno dramatičan meč bio je sa juniorima Hrvatske koji je u razgovoru za Trenner istakao i selektor Karadžić:

– Bili smo na dnu i uspeli da se vratimo u život. Posle tog meča, kao da smo saznali preko noći. Ova generacija nije naučila

da igra takve utakmice, neizvesne i rezultatski potpuno otvorene svih 40 minuta. Dobro je da su igrači naučili da preuzimaju odgovornost na sebe u ključnim momentima. (St. 42-43).

Bez obzira na specifičnost trenutka u kome se ovaj dvobroj pojavio, nisu izostavljene stručne teme, koje

su vremenom postale i dominantni deo Časopisa. Iz ovog na koji se podsećamo, izdvajamo: Duško Ivanović – Rad sa visokim igračima. (St. 46-51).

U prebogatom sadržaju ovog dvobroja zabeležili smo da su juniorke SCG na Svetskom prvenstvu u Tunisu osvojile srebrnu medalju, što nam nije uspevalo šesnaest godina, kada je ovo prvenstvo u pitanju. Ekipu je vodio legendarni selektor Zoran Kovačić – Čivija, a asistirala mu je Marina Maljković. (St. 52-53).

Preporučujemo: Vratite se ovom dvobroju iz septembra 2005.

M. P. Polovina

Karadžić iskovao zlato

Juniori SCG najbolji



Često golu demantirao reagu nastava na 100. rođendanu trenera Karadžića je Juniorsko prvenstvo, koje igrači dupli osvojili, puzin 17



Miroslav Popov ŽKK Hc

Šampionu i kup

Posle petogodišnje pauze, košarkašice Hemofarma, po treći put u klubskoj istoriji, osvojile su „duplu krunu“. Malo je ko verovao pred početak sezone da uštanke mogu da osvoje i jedan trofej, a kamoli dva. Na



intervju

Majk D'Antoni, šef struke Finiks Sansa i Trenner godine u NBA ligi

Svaki trener mora da pronade svoj put

Majk D'Antoni, glavni trener u ekipi Finiks Sansa u Beogradu nastavlja nastaviti, osvojivši zlatnu medalju, uz pomoć trenera Dana Hovana, Džordž Hovana i Lenja



Trener Nenad Čanak velikim uspehom skrenuo pažnju na sebe

Juniori Mege u EU eliti

trener Mega Leksa, Nenad Čanak, sa juniorima ovog tima ostvario veliki uspeh plasiravši se na završni turnir juniorske Evrolige na kome će učestvovati osam najboljih ekipa.

Još jedan uspešan i darovit igrač, seo je na trenersku klupu.

– Pred sam kraj karijere, razmišljajući šta dalje, shvatio sam da najbolje što znam da radim i u čemu se osećam prijatno jeste košarka. Poslednjih nekoliko godina karijere već sam zapisivao neke treninge i ideje i to je bio prirodni put da posle igračke karijere uđem u trenerske vode. Ne mogu da kažem da sam imao trenerske uzore, jednostavno sam imao izuzetno kvalitetne trenere u karijeri od kojih sam pokupio neke stvari koje valjaju, a bilo je onih trenera od kojih vidiš šta

ju. Radio sam najbolje što sam znao, uspeali smo da se plasiramo na fajnalejt Evrolige, i to je to. U januaru je došlo do rastanka.

Tražili smo od Čanka da pojasni tajnu trijumfa na kvalifikacijama za fajnalejt i šta je donelo taj uspeh.

– Otišli smo tamo, priključio nam se stariji Aranitović, Aleksandar. Dve nedelje pre turnira pridružio nam se i Gruzijac Goga Bitadze. Uspeali smo njih dvojicu da integrišemo u tim, a sa njima smo dobili dodatni kvalitet koji je podgrevao nadu da ćemo moći nešto da uradimo u Rimu. Prvu utakmicu protiv Milana odigrali smo dosta stegnuto, protiv šuterski dobrog protivnika koji nas je iskažnjavao nekim trojkama, ali ni mi nismo imali uvid u prave mogućnosti Milana. Izgubili smo utakmicu koju je trebalo rutinski da privedemo kraju. U poslednjoj, četvrtoj, nismo dobro koristili neke bonus faulove, primili smo šest trojki i izgubili utakmicu. Izgubili smo šest razlike, nismo jurili penal završnicu faulovima nego smo jednostavno pustili da bude što manja razlika. Posle tog meča trebalo je podići igrače psihički, a ja sam nekako potajno očekivao da bi Malaga mogla da iznenadi Milano. Imali smo sreće sutradan ujutro što su Malaga i Milano igrali pre nas, pa smo mi taj okršaj gledali i navijali za Malagu, koja je nadigrala Milano i pobedila. Nas je čekala utakmica sa Venecijom koju je po svima parametrima trebalo lagano dobiti jer smo bolji od njih u svim elementima. Meč je međutim bio veoma težak. Imao sam iks faktor s klupe, mladog Bogdana Nedeljkovića koji je ubacio dve važne trojke kad je prvi put ušao u igru, a da nije igrao ni protiv Milana. Dobili smo meč i pred drugi duel toga dana imali sve u svojim rukama. Što se drugog meča tiče, ispostavilo se da smo bili fizički mnogo spremniji od Malage koja je potpuno pala u drugom poluvremenu i dobili smo je nekim nerealnim rezultatom sa četrdeset poena viška, a uspeali smo da odmorimo i standardne igrače koji provode više vremena na terenu i da odmorni sačekamo finale.

Finale je bilo priča za sebe. Utakmica je krenula dosta loše po nas, međutim, uspeali smo da do poluvremena uđemo u egal zahvaljujući karakteru igrača i 'iskustvu' Aranitovića kome je to već treći turnir i koji je skupio ekipu oko sebe i preuzeo odgovornost. Celo drugo poluvreme smo odigrali u egalu i zaslužno dobili utakmicu.

Tako smo priveli kraju ovu priču o uspehu. Na žalost Nenad Čanak neće voditi ovu ekipu i na završnom turniru. On je krenuo ka novim uspesima, kao član stručnog štaba KK Partizan.

F. Simić



ne valja. Imao sam sreću da radim i sa Duškom Vujoševićem, Darkom Rusom, Velimirom Gašićem, Pedulakisom iz Grčke, Strujom Lukajićem, Trajkovićem, Džikićem, imao sam jednu veliku grupu izvanrednih trenera i da sam bio pametniji i ranije počeo da zapisujem neke stvari umesto da se oslanjam na pamćenje bilo bi mi još lakše, ali svaka škola se plaća, zato sada pišem sve.

Mega je bila debitantski trenerski posao našeg sagovornika.

– Jeste. Pozvao me je Miško Ražnatović. Tri godine je trajala ta saradnja, ne mogu da kažem igrom slučajaj, jednostavno je i Mega rasla kao klub i došla do toga da bude stabilan ABA ligaš, a ove godine i učesnik plej-ofa. U dogovoru sa ljudima iz kluba došlo do moga premeštaja sa mesta pomoćnog trenera i počeo sam da vodim mlađi pogon Mege, kadetsku i juniorsku selekciju. Bilo mi je drago što klub ima poverenja u mene, da mi daje tako talentovanu generaci-



Priredio: Čedomir Maričić, viši trener košarke

Evroligaški podsetnik

Do sada smo više puta predstavljali razne napadačke i odbrambene setove mnogih klubova iz NBA ili NCAA lige. Evroliga je pomalo bila i zapostavljena, a sigurni smo da ima dosta onih koji evroligašku košarku vole i cene više od američke. Zbog toga ćemo ovoga puta prikazati neke ofanzivne postavke koje su Real Madrid i Barcelona koristili u prošloj evroligaškoj sezoni.

Tekst je preuzet sa sajta

<http://basketballcoachingtoolbox.com>



Real Madrid

Ekipa Real Madrida je od starta sezone 2014/2015 najavila svoje šampionske ambicije. Kombinacija brze napadačke košarke i agresivne odbrane donela je u njihove vitrine još jedan šampionski pehar.

U pohodu na taj trofej imali su nekoliko napadačkih setova koji su im donosili rezultate. Prikazaćemo neke od njih.

Set 1

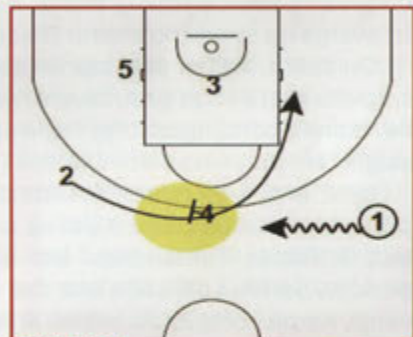
Trener Real Madrida Pablo Laso ovaj set koristi za bekove šutere, kao što je Džej Si Kerol (JC Carroll). Bek šuter (igrač broj 2) započinje ovaj napad sa pozicije ispod koša, gde koristi blokadu od strane saigrača broj 4. Kada primi loptu od saigrača broj 1, odmah mu vraća (Dijagram 1) i protrčava na suprotnu stranu, koristeći uzastopne blokade od strane saigrača broj 4 i 5 (Dijagram 2). Ova opcija zahteva dobru fizičku pripremljenost i stabilnost u šutu



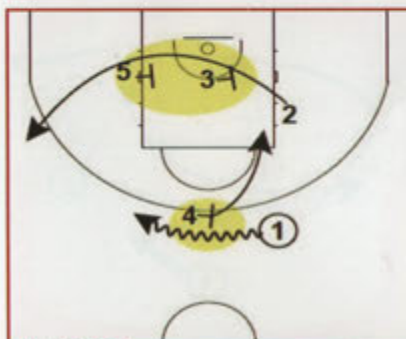
DIJAGRAM 1



DIJAGRAM 2



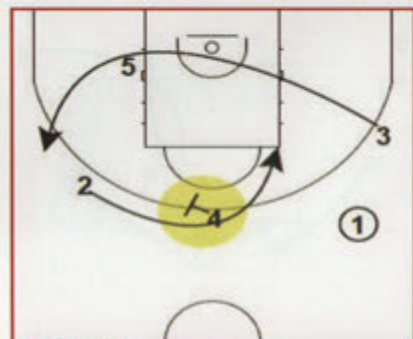
DIJAGRAM 3



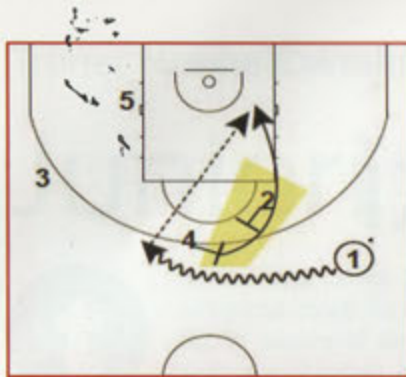
DIJAGRAM 4



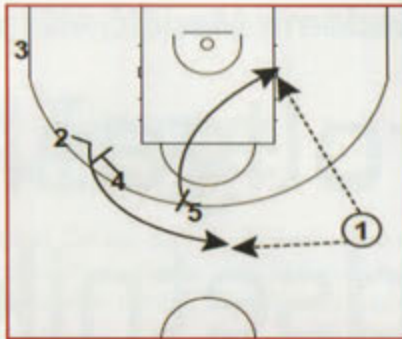
DIJAGRAM 5



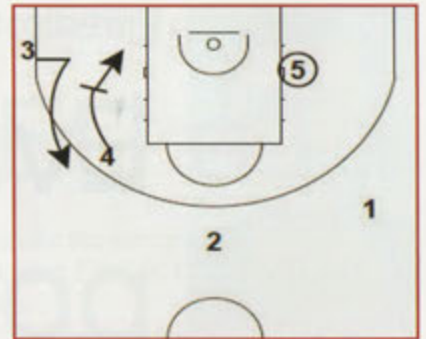
DIJAGRAM 6



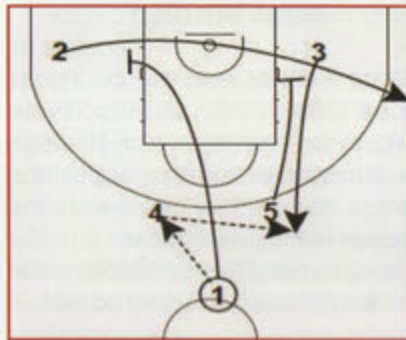
DIJAGRAM 7



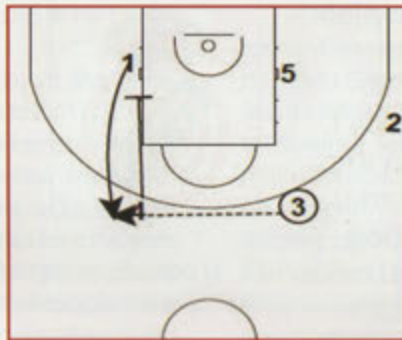
DIJAGRAM 8



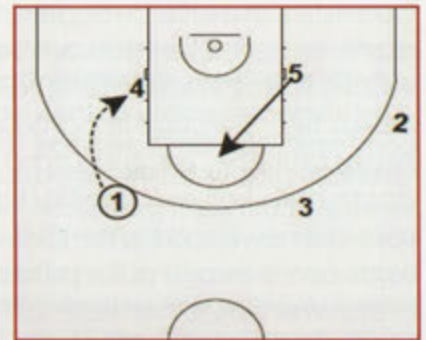
DIJAGRAM 9



DIJAGRAM 10



DIJAGRAM 11



DIJAGRAM 12

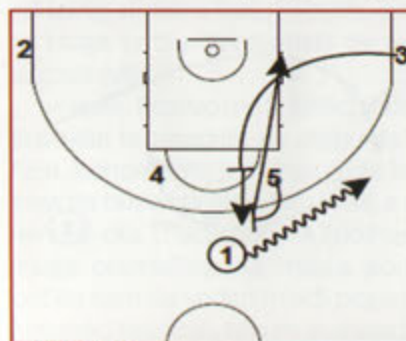
spolja. Ova opcija je često korišćena i za Rudija Fernandez (Rudy Fernandez).

Set 2

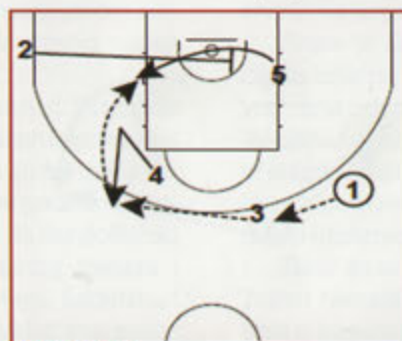
Ovaj set počinje sa Serhio Ljuljom (Sergio Llull) kao plejmejkerom na desnoj strani. Igrač broj 2, Džej Si Kerol koristi blokadu na sredini koju mu postavlja igrač broj 4, Felipe Rejes (Felipe Reyes) i utrčava ka poziciji niskog posta, ali sa idejom protrčavanja na suprotnu stranu (Dijagram 3).

On zatim, koristi uzastopne blokade od strane saigrača broj 3 i 5 za protrčavanje na suprotnu stranu. Istovremeno, igrač broj 1 igra „pick and roll” sa saigračem broj 4 na sredini terena (Dijagram 4).

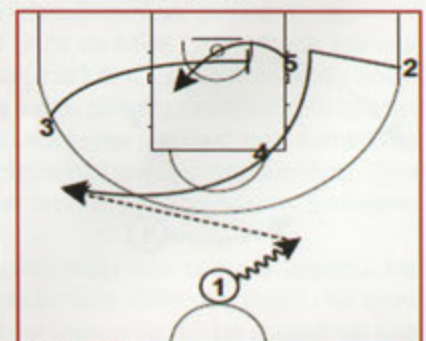
Igrač broj 4 se posle blokade otvara ka košu i ponovo postavlja blokadu, ovog puta za saigrača broj 3, Rudija Fernandez, koji izlazi na spoljnu poziciju. Serhio Ljulj sada ima dve opcije za dodavanje, Kerolu, broj 2, na jednoj, ili Fernandezu, broj 3, na drugoj strani (Dijagram 5).



DIJAGRAM 13



DIJAGRAM 14



DIJAGRAM 15

Set 3

Ova opcija je iz istog seta, sa „povratnim pick-om” za odigravanje alej-apa (alley-opp).

Igrač broj 2 koristi blokadu od strane igrača broj 4 i utrčava ka reketu, Igrač broj 3 oslobađa stranu (Dijagram 6).

Igrač broj 1 udriblava ka sredini i igra „pick and roll” sa saigračem broj 4, u ovom slučaju Salahom Medžrijem (Salah Mejri), koja zatim prima blokadu od leđa od saigrača broj 2 i utrčava ka košu za alej-ap akciju sa saigračem broj 1 (Dijagram 7).

Set 4

Ovaj set je napravljen za izolaciju na niskom postu za dominantnog centra.

Igrač broj 2 utrčava ka sredini terena, koristeći uzastopne blokade od saigrača 4 i 5. Posle blokade, igrač broj 5, u ovom slučaju Janis Burusis (Ioannis Bourousis) se otvara na poziciju niskog posta, gde prima loptu od saigrača broj 1. Igrač broj 1 ima i opciju dodavanja igraču broj 2 (Dijagram 8).

Na neopterećenoj strani, igrači broj 3 i 4 menjaju pozicije, pri čemu igrač broj 4 postavlja blokadu za saigrača 3. Time otvaraju više opcija za saigrača broj 5 (Dijagram 9).

Set 5

Sledeći set je sličan fleks napadu, a cilj mu je da iskoristi sve mogućnosti ove sjajne ekipe.

U ovoj postavci, plejmejker, igrač broj 1 je Sergio Rodriguez (Sergio Rodriguez). On dodaje loptu saigraču broj 4 (Felipe Rejes) i odlazi da postavi blokadu za igrača broj 2 koji se nalazi u uglu terena. Istovremeno, centar, igrač broj 5, postavlja blokadu na neopterećenoj strani, za saigrača broj 3, koji istrčava na liniju za tri poena (Dijagram 10).

Posle dodavanja lopte saigraču broj 3, igrač broj 4 postavlja donju blokadu za igrača broj 1 (Dijagram 11).

Igrač broj 1 odmah pokušava da „spusti” loptu do igrača broj 4 na niskom postu. Igrač broj 5 se penje na poziciju visokog posta (Dijagram 12).

Set 6

Sledeći set je prikaz saradnje igrača na poziciji 4 i 5.

Napad počinje ranim pikom igrača broj 1 i 5. Posle blokade igrač broj 5 se otvara ka košu pritom koristeći blokadu saigraču broj 3, koji izlazi na vrh (Dijagram 13).

Igrač broj 1 dodaje loptu saigraču broj 3, a ovaj dalje saigraču broj 4 koji se demarkirao na liniju za tri poena. Igrač broj 2, koji se nalazio u samom uglu terena, postavlja blokadu za saigrač broj 5, koji se postavlja na poziciju niskog posta na strani lopte, gde prima loptu od saigrača broj 4 (Dijagram 14).

Set 7

U ovoj opciji igrač broj 1 udriblava na desnu stranu i daje pas saigraču broj 2 koji istrčava iz ugla terena na suprotnu stranu. Igrač broj 3 postavlja blokadu u reketu za saigrača broj 5 (Dijagram 15).

Iz ove situacije imamo dve varijante:



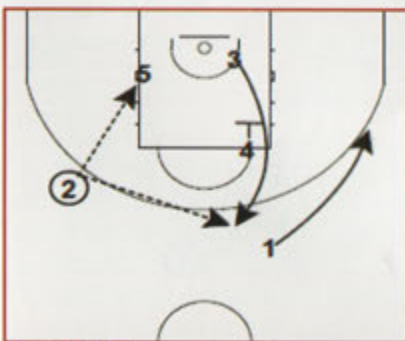
a) Igrač broj 5 koristi blokadu i odlazi na poziciju niskog posta na strani lopte, gde prima loptu od igrača broj 2, ukoliko je povoljna situacija. Ukoliko to nije moguće, igrač broj 2 dodaje loptu saigraču broj 3, koji je prethodno iskoristio blokadu od saigrača broj 4. Igrač broj 1 odlazi na krilnu poziciju (Dijagram 16).

b) Druga varijanta je da igrač broj 5 iskoristi blokadu, ali posle nje odlazi u pik saigraču broj 2 (Dijagram 17).

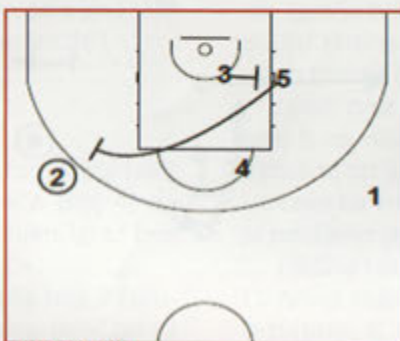
Set 8

U ovoj opciji igrač sa loptom, broj 1 je na levoj strani. Koristi blokadu od strane saigrača broj 4 i ide na saradnju uručenjem sa igračem broj 2. Igrač broj 5 postavlja blokadu u leđa za saigrača broj 3, koji odlazi na suprotnu stranu reketa (Dijagram 18).

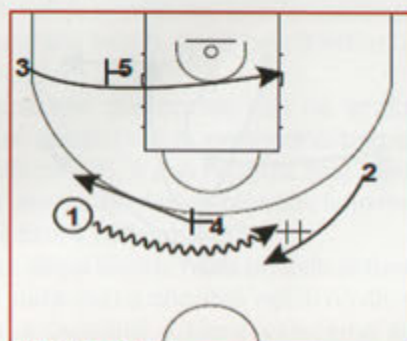
Igrači broj 4 i 5 zatim, postavljaju uzastopne blokade za igrača broj 3, koji izlazi na krilnu poziciju gde prima loptu od saigrača broj 2. Igrač broj 1 se pomera na krilnu poziciju (Dijagram 19).



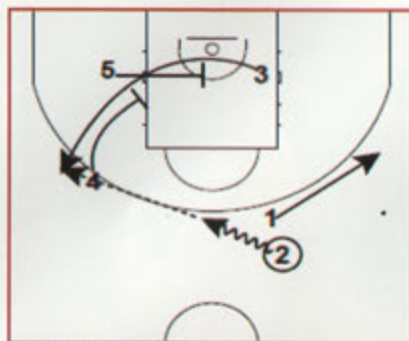
DIJAGRAM 16



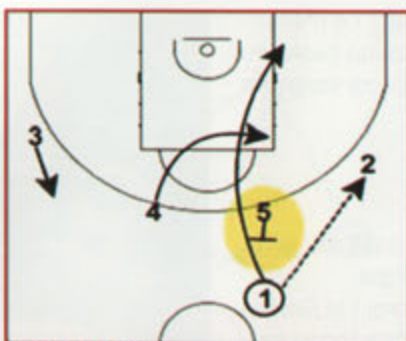
DIJAGRAM 17



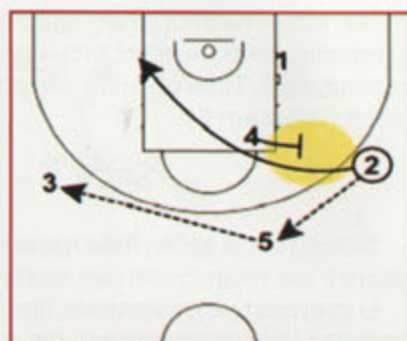
DIJAGRAM 18



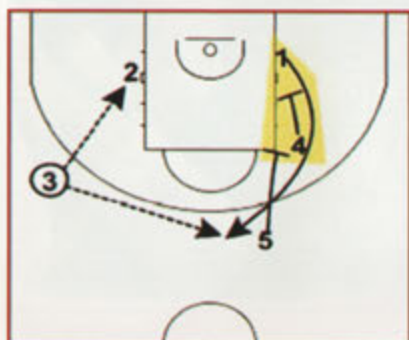
DIJAGRAM 19



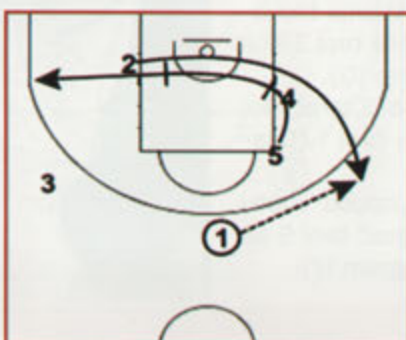
DIJAGRAM 20



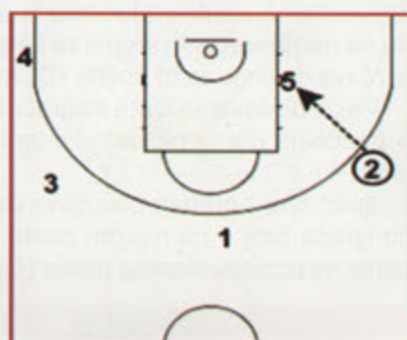
DIJAGRAM 21



DIJAGRAM 22



DIJAGRAM 23



DIJAGRAM 24

Barcelona



Ekipa Barcelone je u evroligašku sezonu 2014/15. ušla takođe sa veoma respektabilnim timom i velikim ambicijama. Ali, nažalost, nije uspela da ih ostvari. Ipak, imali su

sjajnih momenata, velikih utakmica, pa ćemo prikazati i neke njihove napadačke setove.

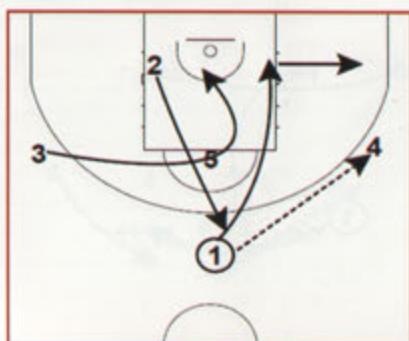
Set 1

Ovaj set započinje iz rasporeda 1-4. Igrač broj 1 dodaje loptu saigraču broj 2 na krilnoj poziciji (klasični „UCLA cut“) i utrčava ka košu koristeći blokadu od strane saigrača broj 5. Igrač broj 4 se spušta na vrh reketa na strani lopte (Dijagram 20).

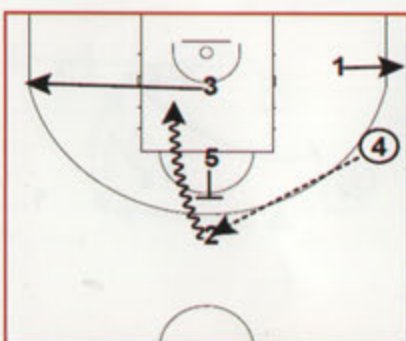
Posle blokade, centar, igrač broj 5 pravi iskorak, da bi primio loptu od saigrača broj 2, a zatim je proleđuje do igrača broj 3. Igrač broj 4 postavlja blokadu saigraču broj 2 koji utrčava ka poziciji niskog posta na strani lopte (Dijagram 21).

Zatim, na neopterećenoj strani, igrač broj 1 koristi uzastopne blokade od strane saigrača broj 4 i 5, izlazi na vrh gde prima loptu od saigrača broj 3 za eventualni otvoren skok šut. Takođe, igrač broj 1 može da napravi saradnju i sa igračem broj 5 (pick and roll). Igrač broj 3 može da doda loptu i saigraču broj 2 na niskom postu, ako je situacija povoljna (Dijagram 22).

Ukoliko ništa od toga nije moguće, igrač broj 2 koristi uzastopne blokade od strane saigrača broj 4 i 5, i izlazi na krilnu poziciju gde prima loptu za otvoren šut, prodor, ili čeka blokadu saigrača za pick and roll (Dijagram 23).



DIJAGRAM 25



DIJAGRAM 26



DIJAGRAM 27



DIJAGRAM 28



DIJAGRAM 29



DIJAGRAM 30



DIJAGRAM 31



DIJAGRAM 32



DIJAGRAM 33

Posle blokade, igrač broj 4 odlazi u ugao terena. Igrač broj 2 dodaje loptu igraču broj 5 na poziciji niskog posta, dok su svi ostali igrači spremni za eventualni povratni pas za šut za tri poena (Dijagram 24).

Ovaj napadački set je poznat od ranije i dosta eksploatisan, ali nije na odmet pomenuti ga ponovo.

Set 2

Igrač broj 1 dodaje loptu saigraču broj 4 i odlazi ka poziciji niskog posta, a zatim u ugao terena. Igrač broj 3 utrčava oko igrača broj 5 ka košu, sa ciljem da primi loptu od saigrača broj 4. Igrač broj 2 se penje na poziciju na kojoj je prethodno bio igrač broj 1 (Dijagram 25).

Igrač broj 3 oslobađa prostor (ukoliko nije primio loptu prilikom utrčavanja). Igrač broj 2 prima loptu od saigrača broj 4, a zatim igra „pick and roll“ na sredini sa saigračem broj 5 (Dijagram 26).

Set 3

Igrač broj 1 dodaje loptu saigraču broj 2, koji koristi donju blokadu od strane saigrača broj 4, pa zatim ide na saradnju uručanjem sa njim. Igrač broj 3 utrčava u reket (Dijagram 27).

Igrač broj 1 prima loptu od saigrača broj 2 (uručenjem) i kreće u dribling u levu stranu. Igrač broj 2 prima blokadu „od lopte“ odstrane saigrača broj 5

i odlazi na neopterećenu stranu. Istovremeno, igrač broj 3 prima blokadu na ivici reketa od strane saigrača broj 4 i izlazi na krilnu poziciju (Dijagram 28).

Igrač broj 1 dodaje loptu saigraču broj 5, a ovaj dalje igraču broj 2. Igrači broj 2 i 5 igraju zatim „pick and roll“ ili „pick and pop“ na strani (Dijagram 29).

Ukoliko igrač broj 5 nije dodao loptu na stranu igraču broj 2, može da je vrati nazad do igrača broj 1 i da sa njim odigra „pick and roll“ (Dijagram 30).

Set 4

Ovaj set započinje iz rasporeda 1-4. Igrač broj 1 udriblava na jednu stranu (desnu) i dodaje loptu saigraču broj 2, a zatim pravi „UCLA cut“ koristeći blokadu od strane saigrača broj 4 (Dijagram 31).

Igrač broj 4, posle blokade, pravi iskorak da bi primio loptu od saigrača broj 2, a zatim je dodaje do igrača broj 1, koji je prethodno iskoristio blokadu od strane saigrača broj 5. Igrač broj 3 odlazi u ugao terena (Dijagram 32).

Igrač broj sada ima dve opcije: pas na igrača broj 5 na niskom postu (koji je prethodno primio blokadu od igrača broj 3), ili pas na igrač broj 2 koji utrčava ka vrhu reketa, iskoristivši blokadu koju mu je postavio igrač broj 4 (Dijagram 33).

I jedna i druga ekipa koriste neke od ovih setova i u novoj sezoni, naravno uz dodatak nekih novih, a rezultate, tj. ko je uspešniji u tome videćemo za nekoliko meseci.

Održan Međunarodni festival „Rajko Žižić“

Proslavljen 16. rođendan

Šesnaesti Međunarodni minibasket festival „Rajko Žižić“ održan je od 13. do 17. januara na Beogradskom sajmu. Zbog pomeranja školskog raspusta ekipa iz Srbije bilo je malo manje nego obično. Iako nije oboren rekord od prošle godine kada je na manifestaciji učestvovalo 217 ekipa, Minibasket je ove godine ugostio 203 tima, među kojima su bila deca iz Bugarske, Grčke, kao i iz zemalja bivše Jugoslavije. Četvrti dan takmičenja, 16. januar ujedno je bio i rođendan Minibasketa, koji je nastao tog datuma 2000. godine.

Tom prilikom prisutnima obratio se Rade Georgievski, idejni tvorac ove manifestacije.

„Danas posle 16. godina, za pet dana takmičenja videćemo 203 ekipe. Vi ste izvor i opstanak naše košarke“, poručio je Georgievski minibasketašima.

„Da nismo imali dobre trenere, učitelje ne bismo imali ovakve rezultate. Zato tražimo od vaših trenera da vas pre svega nauče da budete dobri ljudi, pa tek onda da od vas naprave vrhunske košarkaše“, zaključio Gerogievski.

Povodom rođendana Minibasketa i ugledni trener Božidar Maljković imao je šta da poruči najmlađima.

„Možete uspeti samo ako budete slušali roditelje, braću, sestre i trenere. Na terenu isključivo slušajte trenera, a ne tate. Imao sam veliko zadovoljstvo da tri godine treniram velikog igrača i velikog čoveka kao što je Rajko Žižić. Iako je postati dobar igrač, ali teško je ostati dobar košarkaš i dobar čovek do kraja karijere, a Rajko je to bio“, izjavio je Božidar Maljković.

Ispred Košarkaškog saveza Srbije prisutne je pozdravio generalni sekretar Dejan Tomašević, koji se zahvalio svim trenerima i roditeljima koji su izdvojili vreme da decu dovedu na jedan ovakav događaj.

„Ovde vidim mnogo velikih ljudi kojima želim da se zahvalim u svoje, ai i u ime KSS za sve što su uradili za našu košarku. Da nije bilo Ranka Žeravice, Bore Cenića, Bate Đorđevića, Bože Maljkovića i drugih ne bi bilo ni srpske košarke. Ne bi ni Marina sa svojim devojkama osvojila zlato, ne bi ni Saša Đorđević sa svojim momcima bio drugi na svetu. Siguran sam da će te i svi za 15 godina biti prvaci sveta“, izjavio je naš košarkaš.

Bila je to prilika da popričamo sa trenerima iz škola košarke, koji su podelili utiske o stanju košarke, a dotakli su se i značaja ove manifestacije.

Slična situacija je i u Kragujevcu. „Postoji veliki broj klubova u gradu i velika je zainteresovanost dece. Svakim reprezentativnim uspehom raste i broj klinaca koji žele da treniraju košarku. Minibasket je značajan za decu, jer je ovo jedinstvena prilika da igraju na malim koševima, sa malim loptama, tj. da igraju košarku prilagođenu svom uzrastu“, navodi Bojan Erić, trener KK Foka.



Valjevo je oduvek bilo značajno mesto na košarkaškoj mapi Srbije. „Želja dece za baljenjem košarkom sve je veća u gradu, posebno otkad je Metalac postao ABA-ligaš. Klinci su zalučeni košarkom da se često desi da nemamo termine u halama. Ima dosta talentovane dece, tako da je moguće da ćemo imati nekog novog Teodosića. Minibasket je fantastično iskustvo za decu, jer mogu mnogo toga da nauče, da se druže, a ovo iskustvo samo će ih još više motivisati da treniraju i vole košarku“, kaže Uroš Živković, trener KK Student.

Košarkaški klub Zvornik redovan je posetilac Minibasketa, a kakvo je stanje u košarci u gradu na levoj obali Drine, preneo nam je Dejan Gajić.

„Uslovi za treniranje i bavljenje košarkom su teški, samo neko lakše, a neko teže dolazi do toga da se obezbede neki normalni uslovi. Našem klubu dolazi podrška iz opštine, ali i mi se trudimo da obezbedimo neke dodatne sponzore. Ovo je već peta godina kako dovodimo klince na ovaj festival i on je nešto najbolje što postoji. Minibasket je značajan što akcentat stavlja na druženje, zdravo odrastanje, a rezultat je tek u nekom drugom planu“, kaže Dejan Gajić, trener KK Zvornik.

Vladimir Koprivica, dekan Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja i profesor košarke ističe značaj Minibasketa u masovnosti koju ova manifestacija ima.

„Sportski stručnjaci imaju obavezu da prikupe veliki broj dece da se bave sportom. Košarka to radi na izvanredan način, preko Minibasketa. Masovnost ovog festivala je najznačajnija, jer deca treba da budu u sportu. Kod mlađih je osnovni cilj da se prati njihov rast i razvoj, a usput da se uče veštinama. Najvažnije je da deca rastu na pravi način i da se pravilno razvijaju, jer nijedan vrhunski rezultat ne može da nastane ako se ne radi sa mlađim kategorijama“, izjavio je profesor Koprivica.

D. Popović





ISSN 1820-4058

