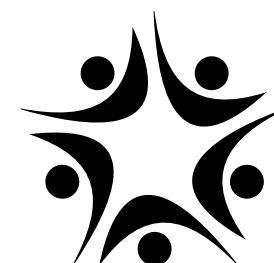


СПОРТ И БИЗНИС

Научни часопис

Број 3.



ФАКУЛТЕТ ЗА СПОРТ
БЕОГРАД

Београд
фебруар, 2017.



КАРАКТЕРИСТИКЕ ТРЕНЕРА НЕОПХОДНЕ ЗА УСПЕШНО УПРАВЉАЊЕ
ТРЕНАЖНИМ ПРОЦЕСОМ У КОШАРЦИ (СПОРТУ)

CHARACTERISTICS OF A COACH ESSENTIAL FOR SUCCESSFUL MANAGEMENT
OF TRAINING PROCESS IN BASKETBALL (SPORTS)

ПАВЛЕ РУБИН

Факултет за спорт и туризам, Департман за спорт, Нови Сад, rubinpavle12@gmail.com

ФРАЊА ФРАТРИЋ

Универзитет „Унион – Никола Тесла“, Факултет за спорт – Смер Тренер у спорту, Београд

МАРА КЕРИЋ

Факултет за спорт и туризам, Департман за спорт, Нови Сад

Сажетак: Тренер управља тренажним процесом са циљем што успешнијег развијања (унапређивања) потенцијала (тзв. „талента“) спортисте. Могућност унапређивања релевантних карактеристика спортиста у одређеном спорту (нпр. кошарци) превасходно је везана за познавање свих фактора (тзв. „једначина спецификације успешности“) који на то (могу да) утичу. У средишту промишљања тренера (требало би да) је спортиста, што имплицира неопходност индивидуализације у раду, чија је супротност - рад базиран на принципу „прокрустове постеље“. Потребно је, осим мултидисциплинарног (оличеног у „једначини спецификације“), применити у што већој мери интер и трансдисциплинарни приступ (да се све више зна о све мањем). Када би обележја која одликују доброг тренера требало да се сведу на два, то би вероватно били: карактер (личност) и знање. Личност је наведена као примарна, јер је мање подложна промени (питање селектирања) од знања – које је потребно непрестано унапређивати. Неопходан (али не и довољан) услов везан је за стицање формалног образовања – оличеног у оптималном контингенту релевантних и међусобно повезаних информација. Циљ је да се омогући прелазак на критичко (па и критизерско, тј. условно речено: дедуктивно-аналитичко) промишљање, уместо много чешће коришћеног („занатског“ индуктивно-синтетичког) приступа: „како су мене учили“. Све то би требало да доведе до промене парадигме да је довољно да тренер ради „најбоље што може“, већ да је потребно да ради: најбоље што се може. Остваривост тога је везана за непрестано улагање напора тренера у сопствено развијање. Стицање свести о сопственом незнању (постављањем питања: зашто мислим о томе тако?) био би неопходан први, најтежи и најважнији корак ка стицању знања, неопходног за стварање тренерске филозофије и успешног тренера.

Кључне речи: Карактеристике тренера, тренажни процес, кошарка

Abstract: Coach is managing the training process with the aim of successful potential (so-called. «Talent») developing (improvement) of athletes. The ability to improve relevant characteristics of athletes in certain sports (eg, basketball) is primarily related to the knowledge of all factors (ie. «Equation of success (performance) specification») that this (may) affect. In the center of coaches deliberation is (should be) an athlete, which implies the need for individualization of work, which is the opposite – of the work based on the principle of «Procrustean bed». It is necessary, in addition to the multidisciplinary (embodied in the «equation of specification“), applied as much as possible inter- and transdisciplinary approach (to know more about less). If the characteristics that describe a good coach should be reduced to two, it would probably be: character (personality) and knowledge. Personality is referred to as primary, because it is less subject to change (the question of selection) than knowledge - that need to be constantly improved. A necessary (but not sufficient) condition is related to the acquisition of formal education - embodied in an optimal contingent of relevant, interconnected information. The aim is to facilitate the transition to the critical (and criticizing ie, conditionally said: deductive-analytical) thinking instead of the more frequently used («craft» inductive-synthetic) approach «as I was taught.» All this should lead to a paradigm shift that it is enough for a coach to be „the best he can «, but that it is necessary that he works: the best it can be. Feasibility of this is related to the constantly making effort of coaches in their own development. Gaining awareness of his own ignorance (asking questions: why think about that?) would be necessary first, hardest and the most important step towards the acquisition of knowledge necessary to create coaching philosophy and successful coach.

Keywords: Characteristics of coach, Training process, Basketball

1. УВОД

Карактеристике које би требало да одликују тренера, неретко су тема чланака (или књига) које се односе на тренажни процес у спорту [1,4,6,7,9,10]. То, наравно, није случајно, јер тренер је, са аспекта кибернетике јединица која управља тренингом (тренажним процесом) тј. sportskom formom [5]. Ова, наизглед тривијална, констатација, ипак би могла да добије (про) дубље(но) значење када се стави у контекст аксиома: да не постоји нико (или ништа) што не може да буде побољшано, али (на жалост) и погоршано. Другим речима, тренер може да утиче (веома) позитивно, али (исто толико, ако не и више) негативно на антрополошки статус спортисте. То указује на потребу да спортски стручњаци, пре свега тренери, (треба да) што више знају о свим релевантним факторима који (могу да) утичу на успешност спортисте у остваривању превасходног циља, у спорту дефинисаног као: победа, обарање рекорда и сл.

Међутим, осим знања, које се, условно речено, „подразумева“, чини се да је још важније да тренера „кресе“ особине, које би требало да поседује здрава личност [2,6]. Као додатни аргумент може да послужи чињеница да је знање могуће унапређивати, а да личност (тј. у овом случају „карактер“) не може битније да се промени. То, у ствари, указује, на важност исправне, тј. успешне селекције тренера, која би требало да се базира на познавању њихових (нај) важни(ји)х обележја.

У спорту је одавно позната важност исправне селекције спортиста, оличена у два „излаза“: задржавање талентованих и „одбацивање“ оних који то нису. Од тренера, у чији делокруг рада иманентно спада селектирање, као једно од најважнијих али и најосетљивијих питања, очекује се да, пре свега, буду довољно стручни (образовани). При разматрању овог питања, намеће се (логичан) закључак да би формално образовање тренера требало да буде неопходан, али се не би могло рећи да је и довољан услов. Школовање тренера би требало да обухвати омогућавање стицања знања о свим неопходним информацијама о развоју (ендогеним факторима) и развијању (егзогеним факторима) као чиниоцима који су неопходни за постизање врхунских резултата спортиста.

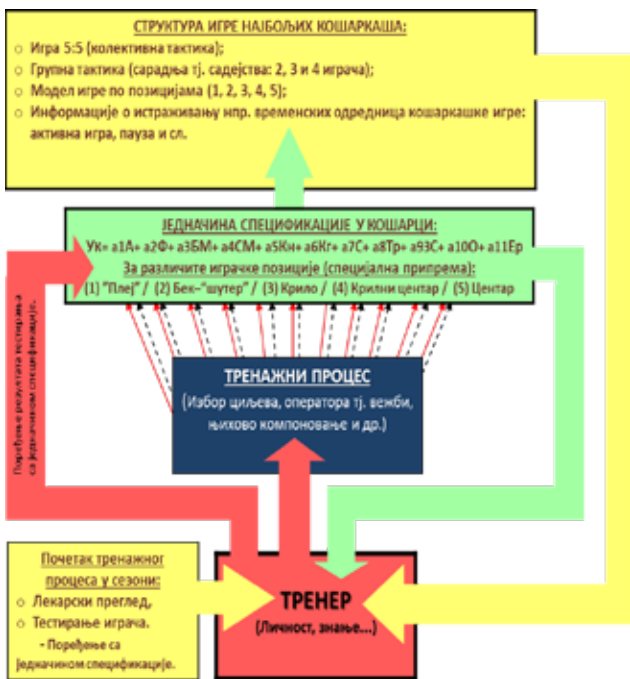
Дакле, парадоксално звучи, али је чињеница да је далеко више обрађивана тема везана за селектирање спортиста, него што је то случај са селектирањем оних који селектирају спортисте, што су, наравно, тренери.

2. КАРАКТЕРИСТИКЕ ТРЕНЕРА НАЈВАЖНИЈЕ ЗА УСПЕШНО РУКОВОЂЕЊЕ ТРЕНАЖНИМ ПРОЦЕСОМ У КОШАРЦИ (СПОРТУ)

У кошарци, као и у другим спортовима (и многим областима којима је предмет интересовања човек) највиши (најкомпликованији, али зато најбољи)

приступ јесте – холистички. То конкретно значи да би тренер требало да се труди да спортисту посматра у целини, са свим његовим карактеристикама, пре свега оним које су најважније за постизање врхунског резултата. Успешан тренер треба да поседује методичку умешност или, ако и када је то највиши ниво, изузетност. Методичка умешност подразумева да се пронађе најбољи пут да би се, у спорту, постигао максимум. Да би то тренер могао – потребно је да уважи специфичне карактеристике сваког спортисте понаособ. То значи да је веома битан принцип – индивидуализације у раду. Требало би да се, при томе, узме у обзир комплетан антрополошки статус спортисте. Стручан приступ сваком поједином спорту, превасходно, захтева постављање једначине спецификације [3,4,5,11] успешности у којој би требало да буду наведени сви фактори од значаја за остваривање успеха. За кошарку би, у тој једначини, фактори (хипотетски) могли да буду наведени следећим редоследом (слика 1): (А) - антропометријске карактеристике (висина тела, још боље је да то буде максимална висина дохвата); (Ф) - функционалне способности (пре свега у кошарци доминирају: анаеробне); (БМ) - базично-моторичке способности (хијерархијски: прецизност гађањем, брзина сложене реакције и др.); (СМ) - специфично-моторичке способности; психо-социолошке карактеристике ((Кн) - конативне карактеристике; (Кг) - когнитивне способности; (С) - социолошке карактеристике)), (Тр) - утицај тренинга, тј. тренера (условно: оператори, тј. вежбе које треба да се циљано бирају и дозирају), (ЗС) здравствени статус, (О) објективни фактор и (Е) грешка (присутна при процени, тј. мерењу човекових карактеристика). Примена овако преференцијално наведених чинилаца од значаја за успешност у кошарци (као изабраном спорту) омогућава успешан индивидуализован приступ тренера сваком спортисти. То значи да би тренер требало да покуша да, узимајући у обзир читав антрополошки статус, сваком спортисти приступи као јединки за себе (са свим њеним врлинама и манама). Крајњи циљ оваквог приступа, требало би непрестано да буде присутан у свести тренера: да се искористи целокупан потенцијал спортисте у сврху остваривања што бољег резултата. Наравно да то имплицира сачињавање, у што већој мери, индивидуализованих планова и програма за сваког спортисту понаособ.

Супротно овоме је становиште да се планови и програми третирају по принципу „прокрустова постеле“ у коју треба укалупити све спортисте, без обзира на њихову специфичност, тј. индивидуалност. Овакав приступ тренера могао би да се окарактерише као најнижи „занатски“, манифестован у синтагми „радим онако како су мене учили“ (на слици 1 неадекватан избор вежби представљен је испрекиданим стрелицама).



Слика 1: Информације (повратна спрега) потребне тренеру за успешно руковођење (управљање) тренажним процесом у кошарци

Извор: Резултати истраживања аутора

Насупрот томе, највиши ниво је тренер-методичар, који се труди (и успева) да пронађе најбољи пут да усаврши, на валидан начин, одређене (изабране) карактеристике спортисте.

Да би све то успешно могао да спроведе, тренера би, пре свега, требало да одликује зрела (здрава) личност. Зреле личности, у које треба да се развију девојке и младићи, према нормама Светске здравствене организације (треба да) одликује [2,6]: способност за уживање у лепим људским достигнућима; процењивање негативних појава и спремност на учешће у отклањању свих негативности; спремност да се кроз живот бори против свих искрслих тешкоћа, све док се не постигну одређени животни циљеви; способност за самостално доношење одлука које су корисне не само за себе већ и за ширу заједницу; постојаност и истрајност у раду, уз улагање максимума сопствених способности у рад који се обавља; прихватање и поштовање етичких и општих принципа и норми које доноси заједница, тежећи напретку; могућност лаког прилагођавања средини уз успостављање хармоничних односа, сарадње и међусобног разумевања са другим особама; равнотежу нагонских стремљења уз кочење свих оних прохтева чије би задовољење кршило важеће друштвене норме; способност за контролисање сопствених емоционалних збивања, тако да њихово пружање и стремљење не захтева ангажовање или наношење штете другима; способност за усклађивање сопствених жеља и стремљења са актуелним ставовима и тенденцијама средине у којој јединка живи; толерантност, стрпљивост и критичност, поштовање мишљења других и подржавање корисних

предлога, без обзира од кога долазе - ако су та мишљења и предлози прожети општим интересом.

Да би тренер могао спортистима, као младим људима, да помогне да стекну наведене особине и способности, потпуно је јасно да најпре мора сам да их поседује.

Када је у питању здрава личност – једна од њених битних карактеристика сигурно је и тежња ка „освајању“ знања. У крајњем, могло би слободно да се каже да би парадигма тренера могла да се сведе на синтагму тренер-философ (у изворном етимолошком значењу: љубитеља знања, тј. мудрости).

Да би тренер могао да изгради своју филозофију, требало би да буде трагалац за знањем, што подразумева активан однос при „филтрирању“ информација у смислу одбацивања неистинитих, тј. нетачних „чињеница“ (предрасуда) [8].

Валидне информације није довољно само усвојити. Требало би их хијерархијски класификовати (међусобно рангирати по значају), схватити (успоставити) њихов међусобни каузалитет (шта из чега проистиче) и корелацију (повезаност). При томе је битно да се увек потражи ваљан одговор на најважније питање: зашто?: [8] толико, тада, на тај начин, нешто, (не) треба да се ради? (табела 1).

Без ваљаних одговора на претходно наведена питања, која би непрестано себи требало да поставља, тренер не би требало да се упушта у обављање свог посла. Потпора за образложење претходно саопштене „препоруче“ може да се нађе у тврдњи да је „најгори тренер онај који је вредан, али не зна (не разуме се у) свој посао“ [8]. Ово је зато што је он, својом вредноћом, у стању да нанесе много више штете спортисти, [8] него да је (тј. када би био) лењ.

Табела 1. Неке карактеристике тренера „занатлије“ и тренера (потенцијално) највишег нивоа: методичара

ТРЕНЕР	
„ЗАНАТЛИЈА“ (занатски приступ)	МЕТОДИЧАР (стваралачки приступ)
Ради исто или врло слично у различитим клубовима са различитим спортистима.	Покушава да, уз претходну анализу комплетног антрополошког статуса, одабере најбољи приступ (од начина комуникације, до избора средстава – тј. вежби).
Прилагођава спортисте вежбама (принцип „прокрустова постеле“).	Прилагођава вежбе спортистима (примена индивидуализације у раду).
Тежи аутократском вођењу тренинга („зато што ја тако кажем“).	Аутократски користи само када је то неопходно (објашњава зашто нешто тражи).
„Шта“ пре него „зашто“, уколико је уопште „зашто“ присутно.	„Зашто“ претходи – „шта“?



Индуктивно – синтетички приступ	Дедуктивно – аналитички приступ.
Прилази систему спортиста (тј. тим) као да је линеаран (очекује увек само један могући „излаз“) након примене оператора (тј. вежбе). То не имплицира потребу праћења стања (форме) спортиста – тестирањем (нема тзв. „повратне спреге“ (Слика 1).	Постоји свест да је систем спортиста (тим) стохастички, тј. да је могућ неограничен број могућих „излаза“након примене тренажног оператора. Имплицира потребу да се непрестано прате ефекти тренажног процеса на стање спортиста (иницијално и транзитивна) (Слика 1).
Ауторитет личности тренера као (особе) саме по себи. Аутократски или чак ауторитаран приступ. Чешћи је модел тренера „чудотворца“ тј. у центру је „ја“ тј. „ко“. Тренер постављен у средиште тренажног процеса.	Нагласак је на ауторитету заснованом на знању. У центру је спортиста, тј. његова успешна трансформација, тј. приближавање моделу шампиона. У центру промишљања и спровођења тренажног процеса је спортиста.
Процена тренажне и такмичарске ситуације базиране на спекулацији.	Трагање за чињеницама базирано на провереним процедурама, инструментима и др. (кинезиолошки приступ).

Извор: Резултати истраживања аутора

Могућност да се испоље сви потенцијали спортисте (у било којем спорту), могу да се сведу на два фактора: Здравствени статус (ЗС) и Конативне карактеристике (Кн) (слика 1). На оба наведена фактора тренер би требало посебно да обрати пажњу. Шире посматрано, одржавање, а зашто не и унапређивање, здравственог статуса спортисте, требало би да буде превасходни циљ тренера. У многим „спортским круговима“ прихваћено је (скоро) као аксиом да је најбољи онај спортиста (што би, пре свега логично је, могло да се односи на селектирање унутар тима, нпр. у кошарци) који је, пре свега, здрав. Међутим, чини се ипак неопходним, да стручна јавност начини додатан: јасан и одлучан отклон од већ (помало и понегде) увреженог мишљења, да је повреда (повређивање) спортисте логичан и (малтене) саставни део тренинга (тј. тренажног процеса). Са друге стране, црте личности о(не) могућавају спортисти да (не)пружи свој максимум када је то најважније. Другим речима, конативне особине би могле да се посматрају као коначни и најважнији „филтер“ за (не)испољавање целокупног потенцијала (тзв. „талента“) оличеног у свим (пре)осталим факторима једначине спецификације успешности у (одређеном) спорту. На оба наведена фактора утицај тренера је (све)могућ. За неповољан здравствени статус спортисте (од акутне до хроничне повреде, па све до претренираности) одговоран је руководилац процесом тренинга, што јесте тренер. Што се тиче црта личности, улога тренера је двојака. Прва је везана за благовремено селектирање (будућих)

спортиста (шампиона) – узимајући у обзир најважнији ограничавајући фактор, што јесу црте личности. Други је везан за директан (очекује се - позитиван) утицај тренера као педагога, на личност спортисте, у смислу да представља модел, на који се, нарочито млади спортиста угледа. При томе би требало узети у обзир да тренери, који су као спортисти били подвргавани најсуровијем приступу тренингу (тзв. „дрилу“), у великој мери бивају у стању да га преузму, као, по њима, једином могућем успешном моделу тренирања.

3. ЗАКЉУЧАК

Није довољно да тренер ради најбоље што (он) може. Требало би да се труди да ради најбоље што се може. Велика већина тренера били су претходно (више или мање успешни) спортисти. За успешан рад у тренерском послу много је битно усвајање дедуктивно-аналитичког приступа (размишљања). То значи да би примере (искуства, доживљаје, сазнања) из „претходног“ спортског живота тренери требало да промишљају (изнова посматрају кроз призму), тј. са аспекта проверених информација (чињеница: пре свега закона, законитости и принципа).

Све ово би могло, другим речима да се назове: преиспитивање приоритета у тренажном раду. То је неопходно са аспекта потребе да се оптимално приступи „трошењу“ јединог ресурса који није обновљив – времена. Једначина спецификације фактора од значаја за успешност у спорту неопходна је за схватање: мултидисциплинарног приступа у раду. За још виши (интердисциплинарност и кросдисциплинарност) и највиши ниво (трандисциплинарност) неопходан је значајан лични ангажман тренера на развијању сопствених компетенција. Истовремено, то подразумева непрестани напор, усмерен ка превазилажењу сопствених ограничења и отклањања мана.

Могло би да се каже да је највећа мана тренера не(довољно) знање, али одмах након „проблематичне“ личности.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Ахметовић, З. (2013). *Основе спортског тренинга*. Нови Сад: Факултет за спорт и туризам. Стр. 208.
- [2] Бакоч, Д. (1988). *Доктор без рецепта*. Београд: Стручна књига. Стр. 748.
- [3] Јовановић, Голубовић, Д. (2003). *Антрополошке основе кошарке*. Ниш: Факултет физичке културе. Стр. 8-10.
- [4] Каралејић, М., Јаковљевић, С. (2008). *Теорија и методика кошарке*. Београд: Факултет спорта и физичког васпитања. Стр. 256; 36-58.

- [5] Малацко, Ј., Додер, Д. (2008). *Технологија спортског тренинга и опоравка*. Нови Сад: Покрајински завод за спорт. Стр. 150; 41.
- [6] Рубин, П. (1987). *Кошарка – методика и техника*. Нови Сад: СИА. Стр. 37-41.
- [7] Рубин, П. (2001). *Кошарка – тактика*. Нови Сад: СИА. Стр. 29-38.
- [8] Рубин, П. (2009). Значај стратешких информација за планирање у кошарци. *Часопис „Спорт Монт“* (стр. 216-222). Подгорица: Црногорска спортска академија. Стр. 220; 218; 221.
- [9] Стефановић, Ђ., Јаковљевић, С. (2004). *Технологија спортског тренинга*. Београд: Факултет спорта и физичког васпитања. Стр. 156.
- [10] Стефановић, Ђ. (2006). *Теорија и пракса спортског тренинга*. Београд: Факултет спорта и физичког васпитања. Стр. 44-48.

- [11] Фратрић, Ф. (2006). *Теорија и методика спортског тренинга*. Нови Сад: Покрајински завод за спорт. Стр. 60-63.

Библиографија

- Адигес, И. (2004). *Управљање променама*. Нови Сад: Прометеј.
- Висел, Х. (2008). *Кошарка - кораци до успјеха*. Загреб: Гопал.
- Котер, П. Џ. (1998). *Вођење промене*. Београд: Желнид.
- Либерман, Д. Џ. (2004). *Стратегије и тактике успешних људи*. Београд: Finesa.
- Табс, С. (2013). *Комуникација*. Београд: Clіo.

Датум пријема чланка: 15.10.2016.
Датум пријема коригованог чланка: 22.12.2016.
Датум прихватања чланка: 30.12.2016.