

G - KOGNITIVNE
SPOSOBNOSTI

&

TM – TAKTIČKO
MIŠLJENJE

Džon Vuden je smatrao da trener treba u svom radu da postigne tri stvari:

1. Da izuči i razume procese učenja.
2. Da nauči da koristi sve prednosti koje mu mogu dati različita pomoćna sredstva u procesu treninga i.

3. Da bude »student« psihologije i da primeni svoje studiranje psihologije i iskustvo u postupanju sa svojim igračima.

Sportska psihologija ili psihologija sporta je primenjena psihologija na sportiste i sportske situacije, odnosno to je područje u kojem se principi psihologije primenjuju u sportu. Ovi principi se najčešće primenjuju u svrhu povećavanja i usavršavanja individualnih i timskih karakteristika i sposobnosti.

Najaktuelniji problemi kojima sportska psihologija treba da se bavi, a za koje su zainteresovani treneri (Singer):

- identifikacija sportista sa idealnim psihološkim atributima koji će činiti dobar tim ili efikasno funkcionisati kao pojedinac,
- razumevanje i tretman mladih sportista,
- brzi napredak sportista od nivoa talentovanih do kvalitetnih,
- motivacija sportista tokom sezone,
- razvoj timskog morala, razumevanje dinamike grupe i liderstva,
- razumevanje psiholoških problema sportiste.

Osnovna četiri razloga za sprovođenje psiholoških ispitivanja i testiranja u sportu (Singer) :

- deskripcija, koja donosi informativnu vrednost o profilu ličnosti sportiste, radi boljeg razumevanja sportiste ili grupe sportista,
- dijagnostika i intervencija, koja donosi moguće informacije koje sugerišu potrebu za specijalno kreiranim programima za eventualnu modifikaciju određenih karakteristika sportiste,
- predikcija, kao indikacija potencijala sportiste koji će biti uspešan u budućnosti,
- selekcija i klasifikacija, u smislu određivanja kratkoročnih predviđanja za mesta u timu,

Kognitivne sposobnosti

Kognicija (Lat. - *cognoscere*, saznati, znati, prepoznati)

Kognicija govori o mentalnim funkcijama i procesima, i stanju inteligencije pojedinca.

Kognitivne sposobnosti definišu intelektualno funkcionisanje.

Među psiholozima koji se bave proučavanjem individualnih razlika i testiranjem kognitivne sposobnosti su na počasnom mestu.

- do početka drugog svetskog rata korišćen je naziv inteligencija.
- 50. i 60-tih godina XX veka - termin kognitivne sposobnosti, uglavnom zbog uticaja Gilforda: ekstremno stanovište o grupnim faktorima koji nisu u korelaciji.
- polovinom 70 –tih inteligencija ponovo postaje prihvatljiv termin.
- najpopularnija psihometrijska teorija, i pored toga što poriče postojanje generalnog faktora, ipak upotrebljava termin inteligencija u svome nazivu,
- “kognitivni” psihologa su počeli da se interesuju za individualne razlike, i nisu bili zainteresovani za fine razlike između pojma inteligencije i kognitivnih sposobnosti.

Teorije inteligencije

Galton, Spearman i Burt - inteligencija je izražena **generalna osobina**, ali se ne poriče mogućnost postojanja **specifičnih** intelektualnih sposobnosti.

Spearman (1904) - teorija dva faktora: **opšti g-faktor** kao osnovni koji se ispoljava u nizu različitih situacija i doprinosi uspešnom snalaženju u njima i jedan ili više **specifičnih** faktora (s) koji se javljaju samo u pojedinim specifičnim aktivnostima.

Thurstone (1938) - intelektualne sposobnosti mogu svesti na **sedam primarnih grupnih sposobnosti** (verbalna sposobnost; specijalna; verbalna fluentnost; numerička sposobnost; faktor memorije; faktor rezonovanja; perceptivni faktor).

Vernon (1950) - hijerarhijski model uključuje četiri nivoa: 1. generalna kognitivna sposobnost → 2. verbalno-edukativna i specijalno-mehanička sposobnost → 3. verbalno-edukativni faktor se grana grana na verbalnu i numeričku sposobnost, a specijalno-mehanički na prostorne sposobnosti, manuelnu sposobnost i sposobnost korišćenja mehaničkih informacija → 4. niz specifičnih faktora.

Reuchlin & Valin (1953) - tri faktora: faktor **perceptivnog rezonovanja**, faktor **simboličkog rezonovanja** (blizak verbalno-edukativnom) i **faktor edukcije** (blizak spacijalno-mehaničkom). U prostoru drugog reda ta tri faktora formiraju generalni kognitivni faktor.

Guilford (1967) - ukrštanjem tri dimenzije inteligencije (operacije, sadržaji i proizvodi) dobio je čak 120 nezavisnih hipotetskih faktora kognitivnih sposobnosti.

Das, Kirby & Jarman, (1975) - iznose kibernetički model koji se bavi procesima koji leže u osnovi kognitivnih sposobnosti, a direktni koreni tog modela nalaze se u opažanju. Oni pretpostavljaju da integracija informacija ima četiri osnovna bloka: **ulaz, senzorni registar, blok centralnog procesovanja i izlaz.**

Cattel & Horn (1978) - bazične intelektualne sposobnosti se grupišu u dva faktora širokog obima: **fluidna inteligencija (Gf)** i **kristalizovana inteligencija (Gc)**. Korelacija između ovih faktora varira u funkciji uzrasta, a kod odraslih iznosi 0.40. Osim centralnih intelektualnih sposobnosti oni su identifikovali još pet generalnih funkcija: vizualizacija (Gv), fluentnost (Gr), kognitivna brzina (Gs), auditivna organizacija (Ga) i auditivna oštrina (Ac).

Momirović i sar. (1978) - kibernetički model, operacionalno definišu inteligenciju kao efikasnost sistema za procesovanje informacija u situacijama kada je potrebno inteligentno reagovanje, koje se odvija kroz sedam funkcionalnih jedinica za procesovanje informacija:

- **receptorski sistem (R)** neophodan za prijem informacija;
- **procesor za dekodiranje, strukturisanje i pretraživanje ulaznih informacija (I)** *perceptivne sposobnosti*;
- **jedinica za kratkotrajno pamćenje (B)**,
- **jedinica za dugotrajno pamćenje (M)**
- **procesor za serijalnu analizu informacija (S)**, odgovoran za sekvencijalne kognitivne procese, *(stečena znanja, verbalne i simboličke sposobnosti)*;
- **procesor za paralelnu analizu informacija (P)** *(sposobnost rezonovanja, specijalizacije i edukcije)*;
- **centralni procesor (G)** čija je osnovna funkcija programiranje, regulisanje i kontrola rada ostalih procesora (donošenje odluka i kontrola sprovođenja).

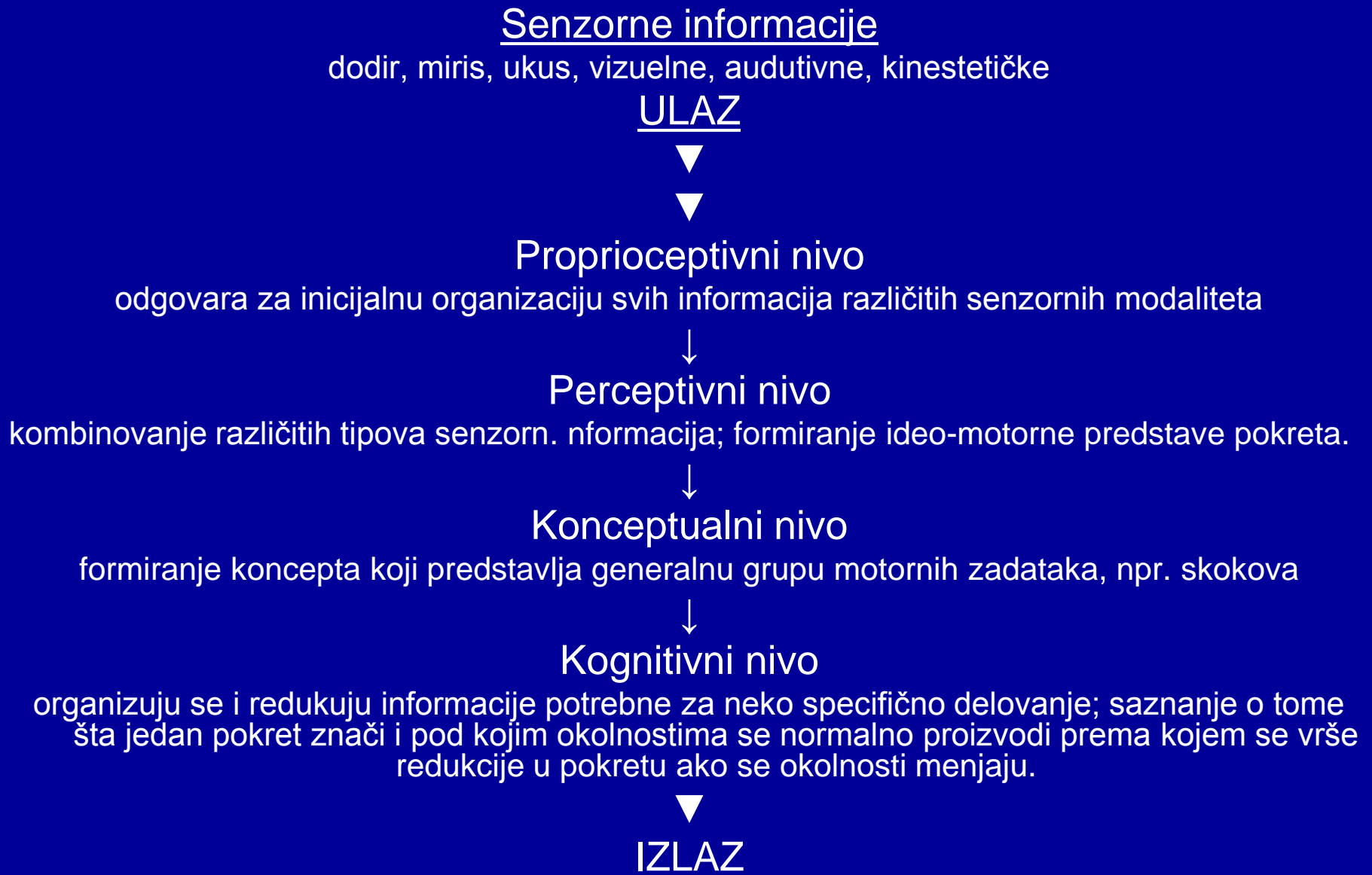
Serijalni procesor liči taksonu faktora u kojem se nalaze: *kristalizovana inteligencija, verbalno-edukativni faktor, simboličko rezonovanje i sukcesivna sinteza*, dok paralelni procesor liči na *fluidnu inteligenciju, specijalno-mehanički faktor, faktor edukcije i simultanu sintezu*, a efikasnost centralnog procesora liči na *generalni faktor inteligencije iz hijerarhijskih modela inteligencije*.

Učenje specifičnih košarkaških motoričkih struktura igre (tehnika igre) se odvija kao i svako drugo motorno učenje, koje predstavlja relativno stalne promene u izvođenju neke motoričke strukture (elementa tehnike) kao rezultat vežbanja ili prethodnog iskustva.

Motorno učenje se preciznije označava terminom psihomotorno učenje. Mišićna aktivnost predstavlja samo manifestno ponašanje. Iza tog ponašanja je obimna centralna kontrola sa svojim operacijama koje ne kontrolišu samo odluku na koji način će se izvršiti neki pokret, nego i zašto će se izvršiti, kada će se izvršiti, gde će se izvršiti i sa kojom amplitudom.

Percepcija novih motoričkih zadataka, njihovo usvajanje (pamćenje), kordinacijska složenost tih zadataka, učenje i razumevanje samih principa igre, sve su to stvari koje zahtevaju dobru osnovu u kognitivnim sposobnostima.

Uprošćeni perceptivni model načina na koji se integrišu i redukuju informacije iz okoline (Rappaport, 1971, prilagođeno)



Kognitivna sposobnost u košarci, u osnovi, podrazumeva sposobnost brzog uočavanja položaja, odnosa i predviđanja akcija igrača na terenu, i saigrača i protivničkih igrača.

Posle registrovanja situacije na terenu igrač je »obrađuje« i na osnovu košarkaškog taktičkog i tehničkog znanja odabira svoju akciju. Na taj način košarkaši rešavaju situacije u igri na osnovu interakcije komponenata motoričkih informacija i taktičkih informacija.

Komponenta taktičkih informacija ima osnovu u kognitivnim sposobnostima i stepenu usvojenosti košarkaških znanja

Vanek, Hošek i Svoboda (1974.) - 824 sportista iz 27 sportskih grana utvrdili da je mentalni nivo sportista značajno viši od mentalnog nivoa opšte populacije, a među sportistima su se isticali **košarkaši** i predstavnici sportova na vodi.

Stojanović (1983.) - 114 sportista (među kojima su bili i košarkaši) utvrdila da se sportisti značajno ne razlikuju po uspehu na testovima opšte intelektualne sposobnosti, ali su sportisti pokazali značajno veći uspeh na testovima **perceptivnih i prostornih kognitivnih sposobnosti**.

Janev (1977.) - 174 sportista (među kojima su bili i košarkaši), koji su imali zvanja od sportista II razreda do majstora sporta (što je bio kriterijum uspešnosti), ispitivao karakteristike intelektualnih sposobnosti sportista u laboratorijski izazvanoj problemskoj situaciji. Kod košarkaša se pokazala pozitivna povezanost **između brzine i tačnosti rešavanja zadataka i sportskih rezultata**.

Havelka i Lazarević (1980.) - 264 sportista iz 18 sportskih grana (među kojima su bili i košarkaši), utvrdili da vrhunski sportisti postižu znatno više rezultate na testovima inteligencije od pretpostavljene srednje vrednosti, dok ostali sportisti postižu neznatno više rezultate od prosečnih.

Csazi (1977) - utvrdio da postoji niska povezanost između opšte inteligencije i uspeha, a visoka povezanost između »igračke inteligencije« i uspeha u igri košarkaša.

Bosnar i Matković (1983.) - utvrdili postojanje pozitivne veze između kognitivnih faktora i uspeha u košarci.

Kunath & Subramanian (1986.) - analitička sposobnost utiče na uspeh, odnosno da igrači koji igraju u kvalitetnijem rangu takmičenja poseduju bolje analitičke sposobnosti u odnosu na košarkaše iz nižeg ranga takmičenja.

Brooks, Boleach & Mayhew (1987.) - pokazali da, osim specifičnih košarkaških varijabli i neke varijable kognitivnih sposobnosti utiču na košarkašku uspešnost, i to se pre svega odnosi na taktičko razmišljanje košarkaša.

Raviv & Nable (1988.) - ispitivali perceptivnu kognitivnu sposobnost košarkaša i utvrdili da elitni košarkaši poseduju bolju vizuelnu perceptivnu kognitivnu sposobnost u odnosu na košarkaše iz nižeg ranga takmičenja i u odnosu na nesportiste.

Fiedler, McGuire & Richardson (1989.) - su ispitivali ulogu inteligencije i iskustva na uspešnost i efikasnost grupnog dejstva, na uzorku od pet košarkaških ekipa i utvrdili da kognitivne sposobnosti imaju značajnu determinišuću ulogu u uspehu tima.

Domino test (D 48)

Test se sastoji od 44 zadatka za rešavanje i 4 za vežbu. Zadaci su u vidu nepotpunih struktura sastavljenih od domina. Cilj je da ispitanik otkrije logički princip po kome su domine složene i na osnovu njega odredi vrednost one domine koja upotpunjuje strukturu a nedostaje. Vreme za rešavanje testa iznosi 25 minuta. Ocenjivanje dobijenih rezultata sprovodi se uz pomoć šablona sa tačnim odgovorima. Broje se tačni odgovori.

Test F1

Test se sastoji od 36 zadataka za rešavanje., 2 za vežbanje i jednog primera rešenog zadatka. Zadaci su sastavljeni od dve grupe tačaka: crnih sa leve strane i veće grupe belih tačaka sa desne strane. Zadatak je da ispitanik medju većom grupom tačaka sa desne strane identifikuje grupu tačaka sa leve strane koja se u njoj krije i da je okruži olovkom. Vreme za rešavanje testa iznosi 5 minuta.

Rezultat se izražava brojem tačno rešenih odgovora.

Test F2

Test se sastoji od 27 zadataka za rešavanje, 3 za vežbanje i jednog primera rešenog zadatka. Zadaci su sastavljeni od dve slike: na levoj strani su nacrtane odredjene geometrijske slike čija ukupna površina odgovara površini kvadrata koji je nacrtan sa desne strane u zadatku. Zadatak se rešava na principu razlaganja kvadrata. Ispitanik mora da razdeli kvadrat tako da dobije istovetne geometrijske slike – delove kvadrata koji su prikazani na levoj strani zadatka. Vreme za rešavanje testa iznosi 7 minuta. Rezultat se izražava brojem tačno rešenih zadataka.

Table 1. Aritmričke sredine i standardne devijacije seniora i juniora

Test	Kategorija	M	SD
D48	seniori	31.862	5.627
	juniori	28.362	6.266
P1	seniori	23.650	5.396
	juniori	21.175	5.518
F2	seniori	19.062	4.729
	juniori	17.500	5.241

Table 2. Rezultati T-testa

Test	t	Sig.
D48	3.717	.001**
PFF1	2.868	.005**
PFF2	1.980	.049**

Seniori su postigli značajno bolje rezultate od juniora

Diskriminativna analiza – najkvalitetniji seniori (1) su postigli značajno bolje rezultate od košarkaša srednjeg (2) i slabijeg kvaliteta (3)

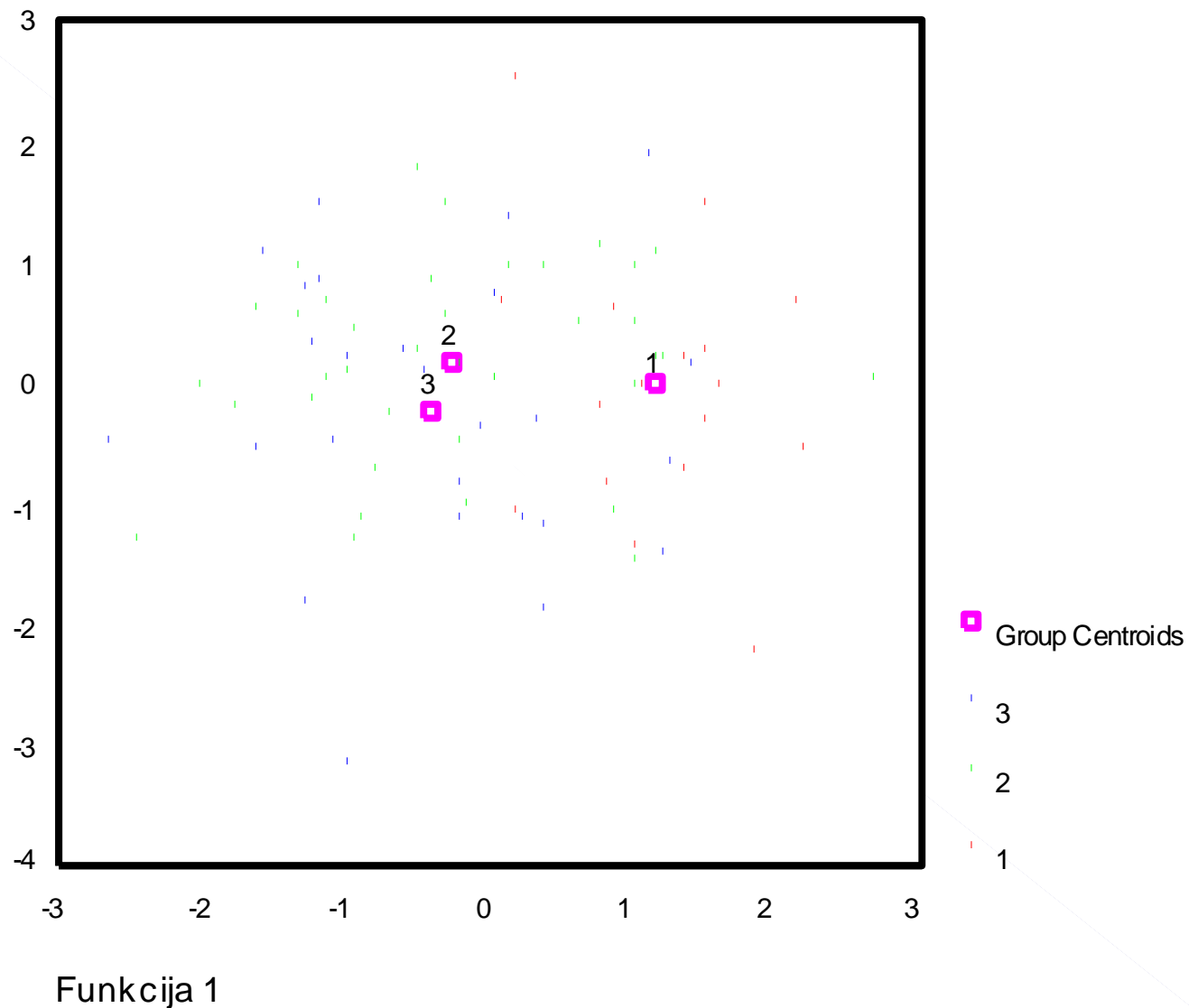


Tabela 4. Deskriptivna statistika grupa - spoljni (1) i unutrašnji (2)

		N	AS	SD
D48	1	50	31.380	5.638
	2	30	32.666	5.609
F1	1	50	22.860	5.337
	2	30	24.966	5.320
F2	1	50	18.440	4.994
	2	30	20.100	4.121

Tabela 5. Rezultati T – testa

	t	Sig.
D48	-.990	.325
PFF1	-1.711	.091
PFF2	-1.533	.129

Spoljni i unutrašnji i grači se značajno ne razlikuju u primenjenim testovima.

TM – taktičko mišljenje košarkaša

Pod ovim pojmom se najčešće podrazumeva sposobnost rešavanja problema u taktici igre (Pavlovič 1977).

- taktičko mišljenje se najčešće povezuje sa sportskim igrama, odnosno kolektivnim sportovima.
- usmerava i vodi taktičko delovanje sportiste.
- specifičan proces mišljenja u čijoj osnovi su **kognitivne sposobnosti**.
- sa druge strane je ono vezano za taktiku, te je neophodno poznavanje **taktike** igre, ali treba naglasiti da je taktičko mišljenje u vezi sa celokupnom pripremom sportiste, a ne samo sa taktikom.

Taktičko mišljenje se ispoljava kroz sposobnost:

- delovanja na protivnika sa idejom da ga dovede u podređen položaj,
- razvoja taktičkog plana grupe i pojedinca,
- pravilnog izbora sredstava i aktivnosti u igri,
- razumevanja i dobre procene igrovnih situacija,
- procene i predviđanja protivnikovih akcija,
- «brzog» mišljenja i brzog rešavanja igrovnih situacija.

Specijalna jednačina taktičkog mišljenja*

$$R_{tkm} = a_1Pe + a_2Ed + a_3KTZ + a_4E$$

gde je:

R_{tkm} – rezultat taktičkog mišljenja

a_1, a_2, a_3, a_4 – učešće pojedinih faktora u jednačini

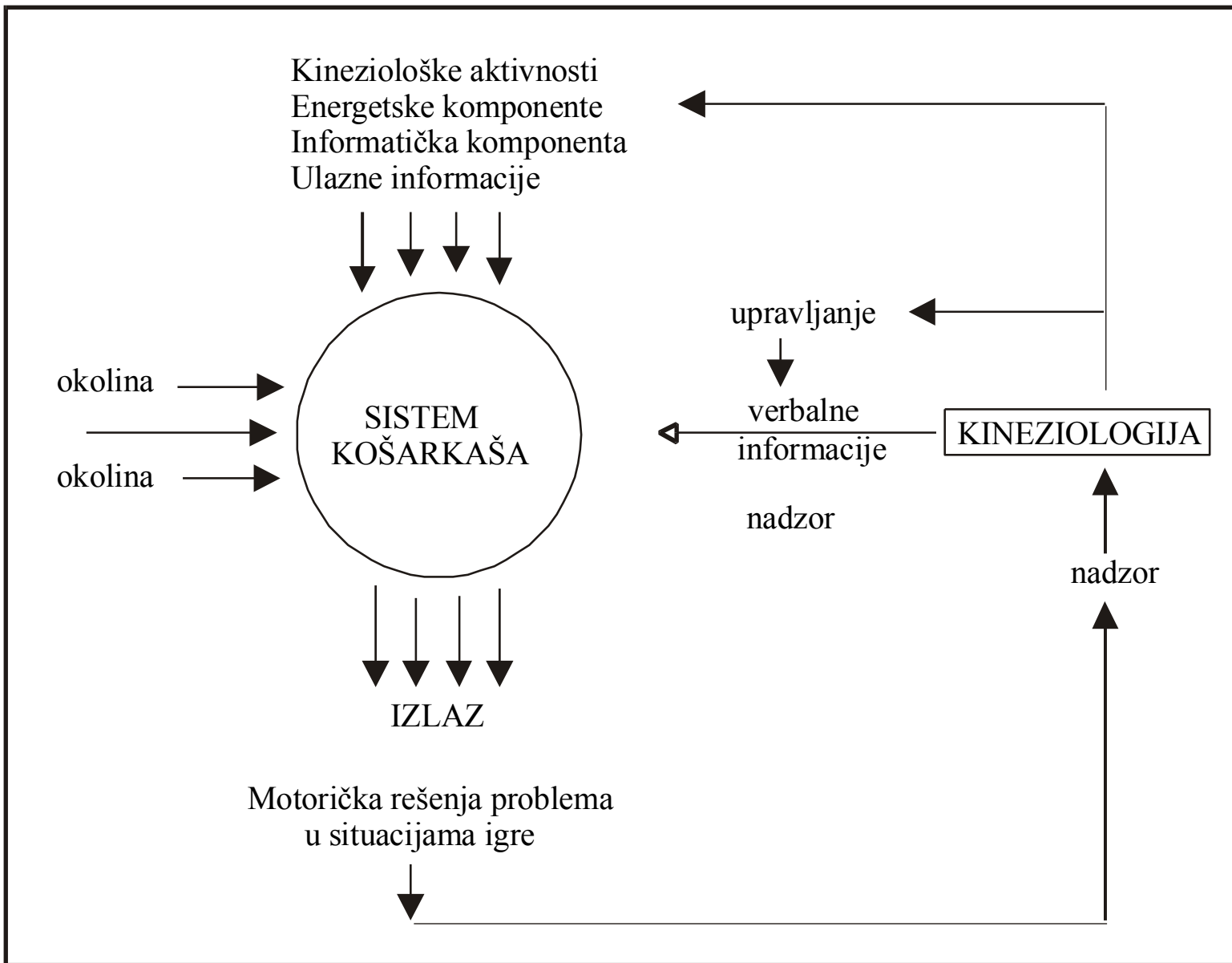
Pe – percepcija

Ed – edukacija

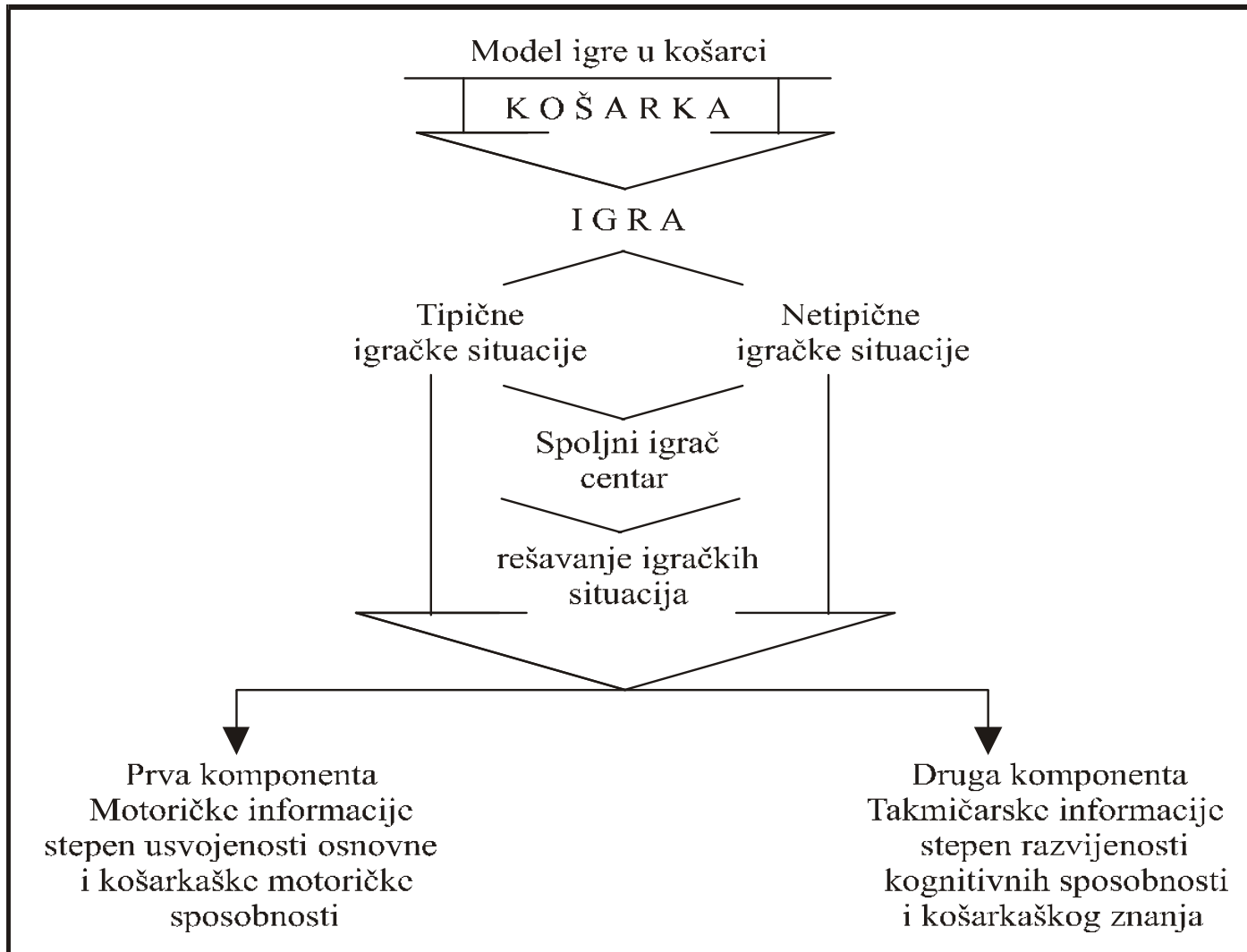
KTZ – košarkaško taktičko znanje

E - error

*Pavlovič, M. (1980). Taktičko mišljenje košarkarja. Doktorska disertacija. Ljubljana: Fakultet za telesno kulturo

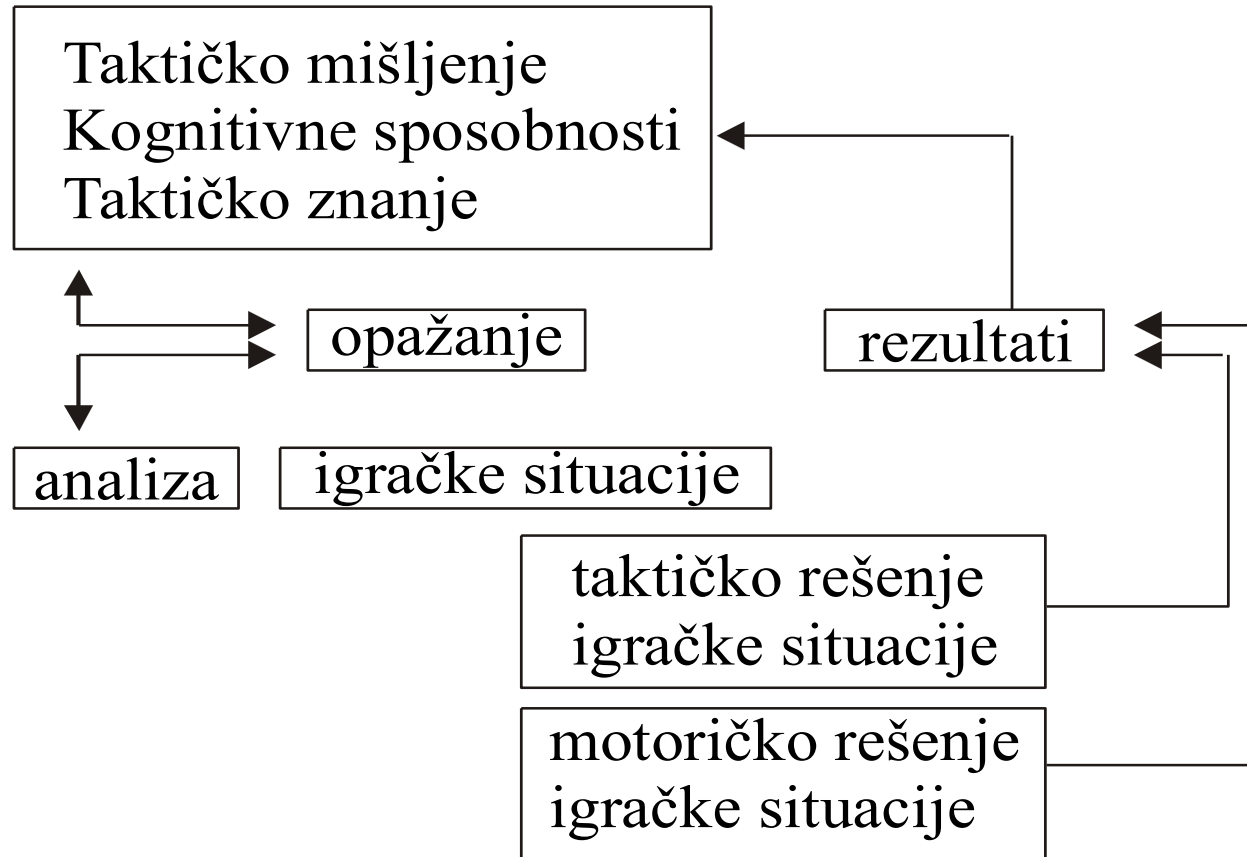


Pavlovič, M. (1980). Taktičko mišljenje košarkarja. Doktorska disertacija. Ljubljana: Fakultet za telesno kulturo - prilagođeno



Pavlovič, M. (1980). Taktičko mišljenje košarkarja. Doktorska disertacija. Ljubljana: Fakultet za telesno kulturo - prilagođeno

Kineziološki model taktičkog mišljenja



C

Konativne karakteristike su odgovorne za modalitete ponašanja čoveka.

Kako postoje normalni i patološki modaliteti ponašanja, tako se govori o normalnim i patološkim konativnim faktorima.

Kod normalnih konativnih faktora preovladavaju srednji intenziteti, koji nemaju ni izrazito pozitivan ni izrazito negativan uticaj na ljudsku adaptaciju, već deluju neutralno.

Treneri, a pogotovo sportski psiholozi sve se više interesuju da li postoje specifični sadržaji u psihološkoj strukturi ličnosti sportista, ili posebna organizacija personalnih dispozicija koja bi mogla biti odlučujuća za postizanje vrhunskih sportskih rezultata i koja predstavlja povoljan uslov za uspešan rad sa njima, naročito u procesu selekcije.

Teorije ličnosti

Psihodinamičke teorije

Najuticajniji predstavnik ove teorije je Sigmund Frojd. Njegova teorija se primarno bazira na vrlo ekstenzivnom kliničkom posmatranju bolesnika.

Teorije crta

Osnovna ovih teorija je teza da se ličnost može opisati crtama koje poseduje individua. Crte ili faktori su sinonimi za predispozicije da se nešto uradi na određeni način (Ajzenk; Katel, Momirović..).

Teorija socijalnog učenja

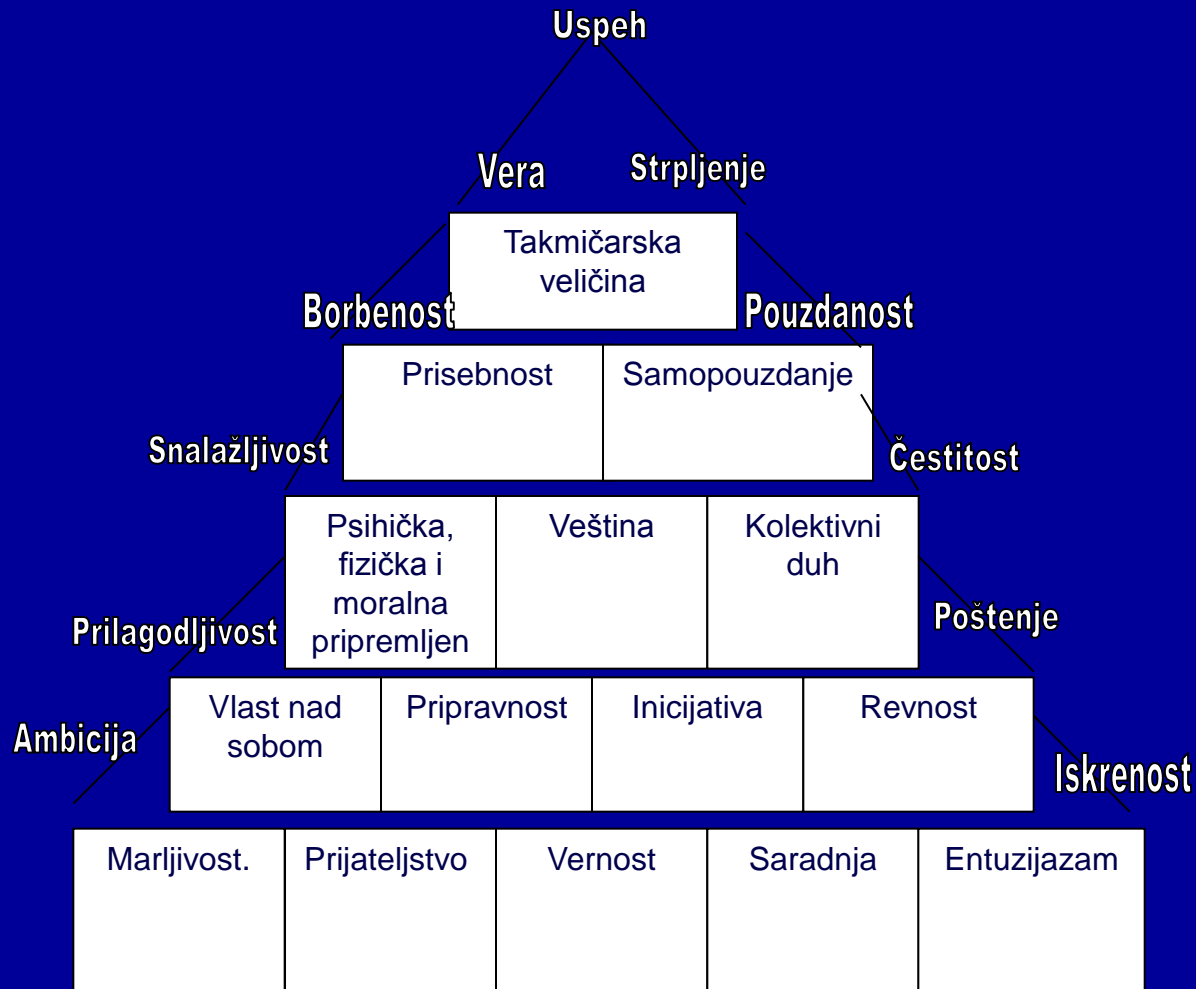
Ova teorija se naslanja na teoriju učenja Klarka Hala, koji je razvio teoriju učenja na osnovu stimulusa i odgovora radeći laboratorijske eksperimente sa životinjama.

Teorije sa interakcijskim pristupom

Ovaj pristup predstvalja interakciju prethodne dve teorije: teorije crta i teorije socijalnog učenja, i najomiljeniji je kod sportskih psihologa.

Ličnost se definiše određenim empirijskim pojmovima koji su deo one teorije ličnosti od koje posmatrač polazi . To znači da je nemoguće definisati ličnost, a ne složiti se u pogledu teorijskog polazišta u okviru kojeg će se ličnost razmatrati.

Piramida uspeha Džona Vudena



Strukturu ličnosti vrhunskih sportista na prostorima bivše Jugoslavije (među kojima su bili i košarkaši) istražio je Lazarević (18) koristeći Katelov test ličnosti (16 PF) i još nekoliko testova anksioznosti i motivacije.

I F – orijentacija na postignuće;

II F – takmičarska anksioznost – napetost;

III F – stavovi prema sportu, treningu i takmičenju,

IV F – ekstraverzija–introverzija – otvorenost, smelost, saradnja,;

V F – integrativne funkcije – stepen prisustva ega i super ega,; i

VI F – racionalna nezavisnost i dominacija

Nika (1979.) je utvrđivao razlike u patološkim konativnim faktorima između omladinaca koji treniraju košarku i onih koji ne treniraju. Ustanovio je da je grupa koja se bavila košarkom pokazala relativno niže vrednosti u svim patološkim konativnim dimenzijama.

Beker (Becker, 1981.) je na uzorku od 72 ispitanika, od kojih su 25 bili nesportisti (kontrolna grupa), a ostalih 47 košarkaši, podeljeni u tri grupe na osnovu košarkaškog kvaliteta (20 amatera, 16 univerzitetskih igrača i 11 profesionalaca), istraživao konativne dimenzije košarkaša i pretpostavljenu razliku u konativnim dimenzijama u odnosu na kontrolnu grupu. Košarkaši su pokazali veću sposobnost prilagođavanja svoje pažnje i koncentracije, u odnosu na kontrolnu grupu, na zahteve koje pred njih postavlja neka situacija. Unutar košarkaškog dela uzorka profesionalni košarkaši su pokazali značajno veći stepen kontrole ponašanja u odnosu na druge dve grupe košarkaša.

Evans i Kvortermen (Evans & Quarterman, 1983.) su, na uzorku od 60 crnih košarkašica (20 uspešnih i 40 manje uspešnih) i 40 nesportistkinja, ispitivali razlike u karakteristikama ličnosti, koristeći Katelov 16 PF upitnik, i utvrdili da se značajna razlika između uspešnih i manje uspešnih pojavila u dva faktora: faktor I (oštra narav – meka narav) i faktor L (poverenje – sumnjičavost), a još veća u odnosu na nesportistkinje.

Karalejić (1988.) je, na uzorku od 77 vrhunskih košarkaša Jugoslavije, ispitivao relacije između konativnih dimenzija ličnosti, procenjenih baterijom testova 18 PF Momirovića i utvrdio da postoji značajna multipla povezanost između svih sistema konativnih karakteristika i uspeha u košarci. Konativne karakteristike koje su doprinele ovome su bile: *fobičnost, motorna konverzija*, a nešto manji doprinos su imali *kardiovaskularna konverzija, agresivnost i paranoidnost*.

Istraživanje uticaja konativnih dimenzija na uspešnost igre u košarci kod seniora i juniora. Značajan uticaj na uspeh košarkaša seniora pokazale su dimenzije: *negativne emocionalne reakcije, samouverenost i pozitivno emocionalno angažovanje*; a kod juniora: *opšta mentalna sposobnost i maštovitost*.

Pored istraživanja, treneri u praksi prepoznaju crte ličnosti, dimenzije košarkaša koje su poželjne: *spremnost na saradnju, emocionalna stabilnost i otpornost, koncentracija, samopouzdanje, hrabrost* i druge. U procesu selekcije se vodi računa o ovom faktoru, ali se poželjne osobine stimulišu u procesu treninga.

	Košarkaši	Vrhu. sportisti
Motiv sportskog postignuća	18.32	16.72
Snaga super ega	15.06	14.09
Neustrašivost	15.48	13.11
Veselost, entuzijizam	15.88	15.18
Aksioznost	33.61	35.06
Negativne emocionalne reakcije	2.13	3.37
Nezavisnost, zrelost	6.61	7.75
Praktičnost	10.88	12.14
Samopouzdanje	9.37	10.20

Osim istraživanja ličnosti košarkaša prisutna su još dva prostora:

Motivacioni (MO), koji je definisan sistemom ciljeva, veličinom i smerom vektora koji regulišu kretanje subjekata u odnosu na te ciljeve; i

Sistem vrednosti (SV), koji predstavlja onu ličnu i društvenu referencu koja utiče na čovekovu delatnost, kao jedan od značajnih kriterijuma ljudi za selekciju različitih mogućnosti za postizanje određenog cilja, ili za odluku između različitih ciljeva.

FAKTORI
S, O, N/T, T & E

FAKTOR S – sociološke karakteristike

Sociološke karakteristike se ovde posmatraju, pre svega, u kontekstu vrsta i kvaliteta različitih odnosa koji se događaju u košarci

1. Nije najuspešnija ekipa koja je sastavljena od najefikasnijih, najboljih pojedinaca, već ona koja je najefikasnija u interakciji svih svojih igrača. Nije dovoljno da je pojedinac kvalitetan sam za sebe, već da je kvalitetan u zajednici sa saigračima;
2. Svi psihički problemi pojedinaca pre ili kasnije pokažu se kao sociološki problemi grupe i obrnuto, problemi grupe pre ili posle se pojavljuju kao psihički problemi igrača.

Specifičnost košarkaškog tima kao grupe se u osnovi zasniva na:

- *opredeljenju za bavljenje košarkom* - priroda opredeljenja se razlikuje kod različitih uzrasta košarkaša, a kod početnika (dece) je važno da su njegovi potencijali usaglašeni sa zahtevima igre; priroda naklonosti deteta
- *specifičnim ciljevima* - to je pre svega takmičarski cilj, pogotovo kod seniora, a u radu sa mladima treba voditi računa i o drugim ciljevima kao što su: zdravstveni, pedagoški, higijenski i socijalni.
- *specifičnim autoritetima* – obično su prisutna dva tipa autoriteta: spontani, koji ide od pojedinca ka vođi, i drugi zasnovan na naredbama od vođe ka pojedincu.
- *spoljašnjim obeležjima ekipe* - mnogobroji simboli koji se pojavljuju u košarkaškim ekipama imaju za cilj pojačavanje mogućnosti raspoznavanja tima: ime, boje, grbovi i sl.

Odnosi su najizraženiji na relacijama:

- igrač – igrač,
- igrač – trener,
- igrač – uprava,
- trener – uprava,
- trener – trener (unutar stručnog štaba)

- Svaki košarkaš treba da svoje individualne sposobnosti, veštine i interese podredi interesima kolektiva u postizanju uspeha.

- Veliku ulogu u tome ima *vođa* tima. On se pojavljuje na osnovu potrebe pojedinog igrača, koji nosi potencijale vođe i, na osnovu potreba ostalih, kao grupe, da imaju vođu i to baš tog! Najčešće su odlučujući *sportski kriterijumi*, ali nisu dovoljni da bi vođa trajnije zadržao takvu ulogu.

Veoma su bitni „*ljudski*“ *kvaliteti*, kao što su: *hrabrost, odlučnost, pravednost i visok stepen samopouzdanja*. Vođa je socijalno veoma prilagodljiv i ima izražene sposobnosti prevazilaženja nepovoljnih situacija i suprotstavljanja nepovoljnim tokovima i uticajima.

Ime i prezime: _____

Rangirajte četvoricu igrača sa kojima najradije nastupate u ekipi.

Na prvo mesto stavite onoga sa kojim najradije nastupate i tako redom.

- _____
- _____
- _____
- _____

Pored imena stavite brojeve koji označavaju razloge zbog kojih ste se odlučili za ovakve izbore.

Odličan je igrač

1. U igru se razumemo jer smo i inače dobri prijatelji
2. Borben je i daje sve od sebe
3. Korektan je i fer igrač
4. Nesebičan je u igri
5. Dobro izvršava dogovorene zadatke
6. Mogu se osloniti na njega u odlučujućim trenucima
7. Ostalo (navedite šta).
8. Navedite imena svojih drugova za koje smatrate da su Vas uključili
9. u svoj izbor.

Primer upitnika odnosa privlačenja*

*Paranosić, V., Lazarević, L.J. (1975). Psihodinamika sportske grupe. Beograd:SOFKJ

Ime i prezime: _____

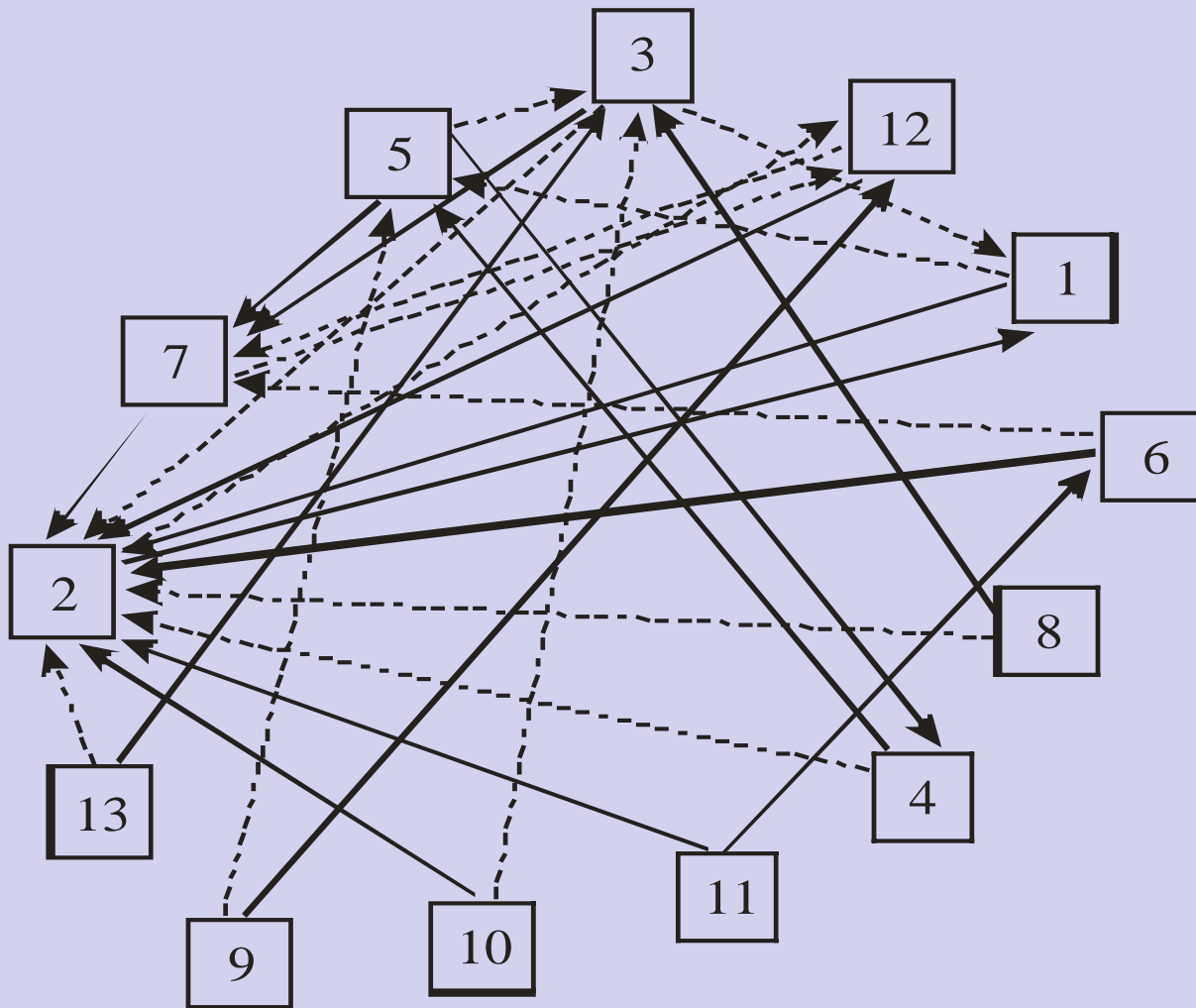
Rangirajte igrače sa kojima nerado nastupate u ekipi. Možete učiniti neograničen broj izbora.

Pored imena stavite i broj koji označava razloge zbog kojih sa tim igračima nerado nastupate u ekipi:

- 1.Suviše se uzbuđuje za vreme igre
- 2.Sebičan je i vidi samo sebe
- 3.Ne ispunjava dogovorene zadatke
- 4.Nije dovoljno borben
- 5.Ne leži mi njegova igra
- 6.Podbacuje u odlučnim trenucima
- 7.Zadržava igru
- 8.Ignoriše me u igri
- 9.Ostalo (navedite šta).

Primer upitnika odnosa odbijanja*

*Paranosić, V., Lazarević, LJ. (1975). Psihodinamika sportske grupe. Beograd:SOFKJ



PRVI IZBOR: PUNA LINIJA
DRUGI IZBOR: ISPREDKIDANA LINIJA

*Paranosić, V., Lazarević, LJ. (1975). Psihodinamika sportske grupe. Beograd:SOFKJ

FAKTOR O – objektivni faktor

Obuhvata objektivne uslove koji prate košarkašku aktivnost.

To su pre svega tehničko-materijalni uslovi treniranja i odigravanja utakmica koji su povezani sa utvrđenim košarkaškim standardima:

- vreme treninga i utakmice,
- kvalitet dvorane,
- podloge, osvetljenja,
- temperatura,
- protivnici,
- sudije,
- publika,
- mediji.

NASTAVNIK / TRENER

Trener, odnosno, nastavnik se prihvata kao *pedagoški vođa i učitelj košarkaša*.

Centralna ličnost u košarkaškom klubu treba da bude trener.

Tipovi*:

- *trener učitelj*
- *trener psiholog*
- *trener vođa*
- *trener pedagog*
- *trener dopunjuje ulogu klupskog lekara*

Simbolička obeležja:

- *trener-otac*
- *trener-stariji brat*
- *trener-mag*
- *trener-autoritativni vođa*

*Paranosić, V., Lazarević, L.J. (1975). Psihodinamika sportske grupe. Beograd:SOFKJ

Trenera treba da karakterišu sledeće osobine: *marljivost, entuzijizam, saosećanje, rasuđivanje, samokontrola, ozbiljnost, strpljenje, nepristrasnost, čestitost, pristupačnost, prilagodljivost, energičnost, preciznost, pripravnost, pouzdanost, optimizam, snalažljivost i dalekovidnost.*

Posebno, **veština vođenja** (liderstvo) i **veština komunikacije**.

Osim toga trener treba da:

❑ poznaje košarku, da razume igru u svoj njenoj složenosti i polistrukturnosti, jer je to prvi, osnovni i neizostavni uslov da bi bio uspešan,

❑ dobaro organizuje, pre svega, trenažne aktivnosti što podrazumeva sistematičnost, planiranje i programiranje trenažnog rada,

❑ u svoj rad uključuje naučna dostignuća iz svih “graničnih” oblasti (teorija sportskog treninga, fiziologija sporta, biomehanika, psihologija sporta i dr.), jer će na taj način moći preciznije procenjivati, kontrolisati i uticati na razvoj sposobnosti i veština košarkaša,

❑ se neprestano usavršava, praćenjem literature, seminara, predavanja, i to ne samo iz uže struke nego i iz svih obalsti bitnih za košarku.

Svaki trenera treba da ima, njemu svojstvenu, košarkašku filozofiju i da je razvija predviđajući u kom pravcu će se razvijati igra.

Ona u osnovi odražava trenerov pristup i odnos prema igračima, košarci (sportu uopšte) i određuje tip i način igre koju njegov tim igra. Zbog toga je ona i osnova na kojoj počiva uspeh ili neuspeh jednog trenera.

Prvi korak u izgradnji košarkaške filozofije je samo opredeljenje za trenerski poziv.

Filozofija trenera proizilazi iz njegove samosvesti. To znači da bi trener mogao da razvije svoju filozofiju treniranja košarke (sporta uopšte) mora najpre da spozna samog sebe.

Self-koncept - Tri svoja *ja*: idealni *ja*, javni *ja* i realni *ja*. (*Martens, 1987*)

Važna komponenta u upoznavanju sebe je *samopoštovanje*, ono pripada unutrašnjem uverenju o našoj kompetentnosti i vrednosti kao ljudskog bića.

Sastavni deo trenerove filozofije su objekti treniranja, tj. odnos trenera prema njima. Ti objekti su: pobjeda (odnosno pobeđivanje), razvoj (razvijanje i napredovanje igrača).

Džon Vuden:

- trener treba da bude svoj, da ne kopira druge trenere,
- treba da je uvek voljan da uči,
- treba da bude „realni optimista“, ali da postavlja teško dostupne ciljeve,
- treba uvek imati dobru pripremu,
- trener treba stalno da obraća pažnju na detalje, jer oni kreiraju uspeh,
- potrebna je ravnoteža – emocionalna, fizička i mentalna,
- trener mora da ima i obezbedi disciplinu jer bez nje igrači neće biti u stanju da daju sve od sebe,
- koristi kritiku ne za kažnjavanje, već za ispravljanje onoga što nije u redu radi boljih rezultata, odnosno radi daljeg i neprestanog usavršavanja.
- mora da bude osoba sa visokim standardima, da bude primer za igrače.

Bobi Najt:

- beskompromisnost, kao, pre svega, moralno i etičko pitanje,
- disciplina,
- timski rad,
- važno je kako se nešto radi, a ne šta se radi,
- najviše pažnje treba poklanjati osnovama košarke,
- uspeh treba da bude značajna stavka u trenerovoj filozofiji,
- igrati sa što manje grešaka,
- košarka se uči,
- kako trenirate, tako ćete i da igrate,
- jednostavne stvari su najefikasnije, ali ih je najteže izvesti.

*Najbolji način da usavršiš tim
je da usavršiš sebe!*

Džon Vuden

FAKTOR T – faktor treninga

Ovaj faktor se odnosi na sve transformacione procese koji su odgovorni za prelaz košarkaša (subjekta) iz stanja S_o (početno stanje) u stanje S_f (finalno stanje)

$$S_i \rightarrow S_f$$

$$S_o \rightarrow S_1 \rightarrow S_2 \rightarrow S_3 \dots S_i \dots S_{f^*} \approx S_f$$

Gde je:

S_o – početno stanje

$S_1, S_2, S_3 \dots S_i$ – prvo, drugo, treće to jest i-to stanje treniranosti

S_{f^*} - postignuto konačno stanje

S_f – predviđeno konačno stanje

FAKTOR E – error

$$U = b_1 E + b_2 S + b_3 F_k + \dots + b_m F_{k+m-2}$$

Gde je:

$b_1 E$ – faktor greške;

$b_2 S$ – specijalni faktor, koji je nepoznat, koji je nebitan za jednačinu specifikacije ali u datom momentu i okolnostima može biti dominantan;

$b_3 F_k$ – neki novi, nama nepoznati faktor;

$b_m F_{k+m-2}$ – neki novi faktor koji iznosi $k+m-2$