

A close-up photograph of a basketball resting on a light-colored wooden floor. The ball is the central focus, with its characteristic orange color and black lines clearly visible. The lighting is dramatic, coming from the side, which creates a strong shadow of the ball on the floor to its left. The background is dark and out of focus.

OSNOVNI PROBLEMI SELEKCIJE U  
KOŠARCI

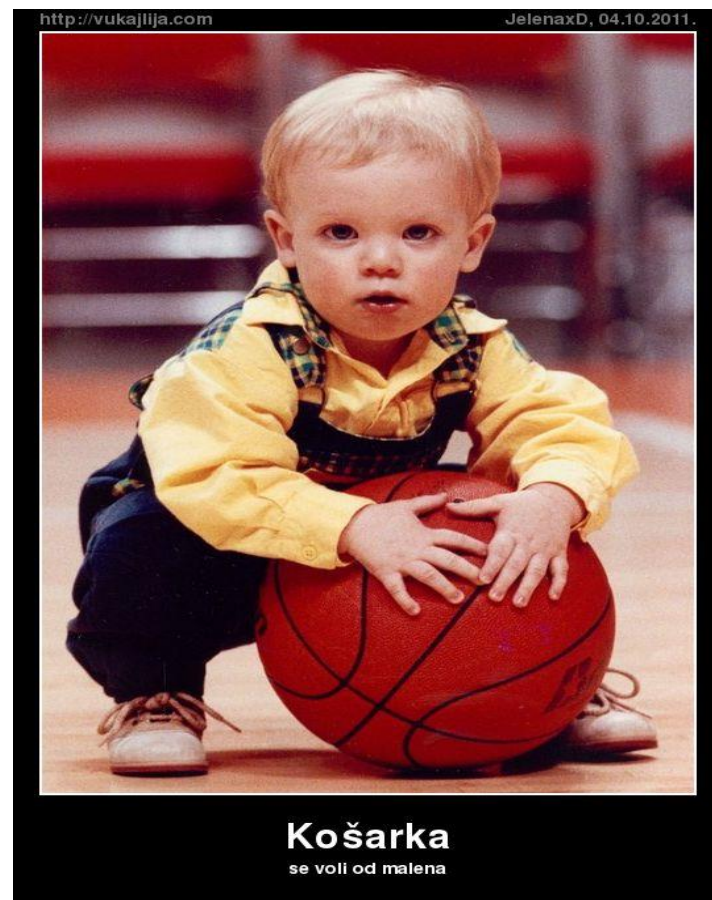
*Dr Ivan Vasiljević*



## Selekcija

podrazumijeva optimalno odabiranje, usmjeravanje i usavršavanje potencijalnih mladih košarkaša.

Selekcija predstavlja sportsko-pedagoški proces.





➔ To je ujedno i područje gdje se dopunjuju **savremena** znanstvena dostignuća **sa** **empirijskim iskustvima trenera.**

Vodeću ulogu u selekciji ima **trener.**





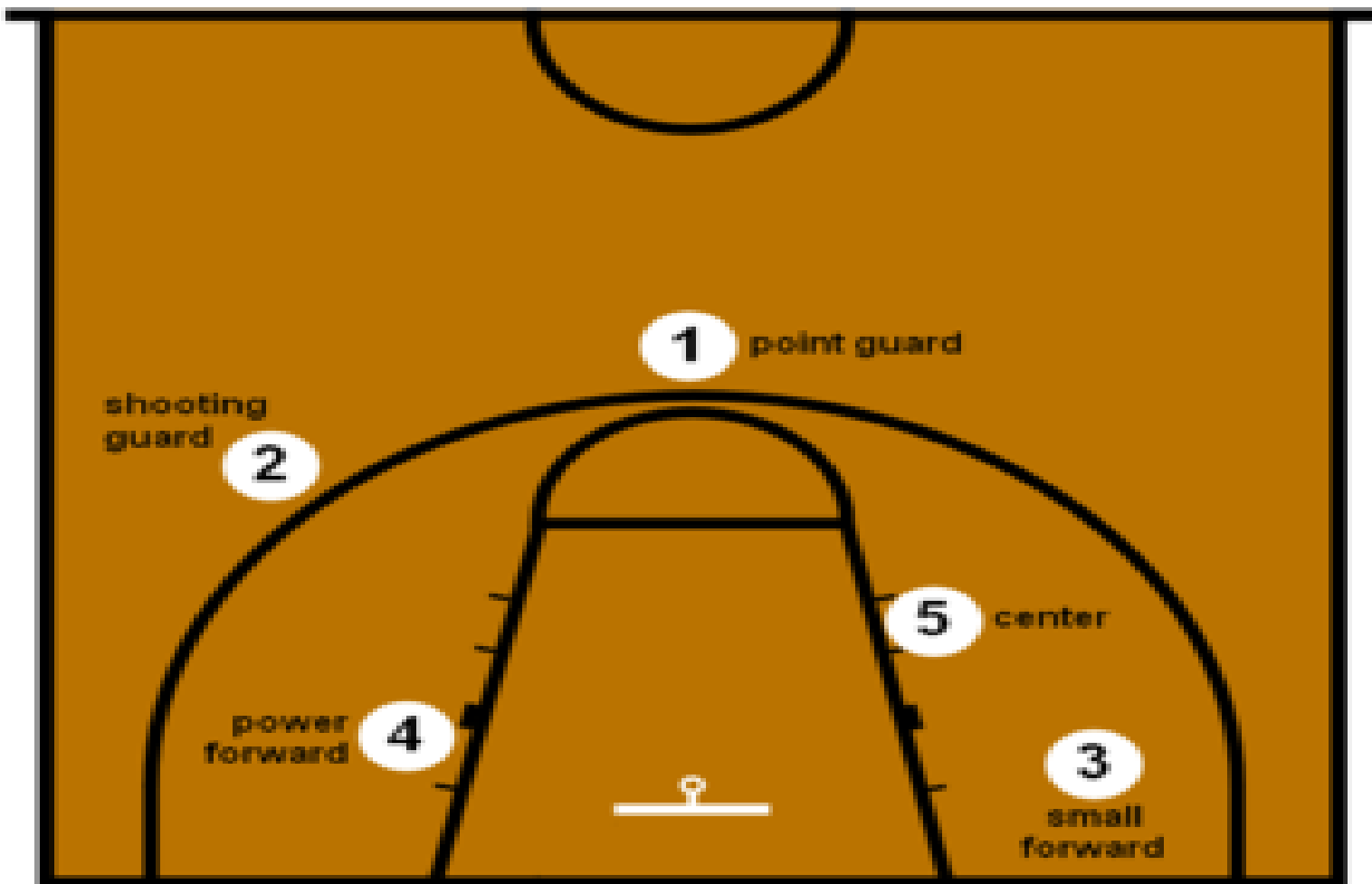
Prognoziranje od trenera traži **znanje i sposobnost** za stručno prikupljanje podataka i informacija o kandidatima.

➔ **Trener** mora predvidjeti mogućnost razvoja osobina značajnih za košarkašku igru kao i njihov definitivni domet.





## Karakteristike i sposobnosti po pozicijama u timu





## Talent i nasljeđe

→ **Talenat** je prirodna sposobnost koja pojedincu daje mogućnost **postizanja natprosječnih rezultata** u određenoj djelatnosti.



→ **Anders Erikson**, švedski fiziolog na Univerzitetu u Floridi je svjetski poznat zbog svoje teorije “**10.000 sati...**”



➔ Talentovani mladi košarkaš postaje prepoznat, ako košarkaške motoričke radnje izvodi s lakoćom, sigurno i sa stvaralačkom preciznošću.

➔ Talenat je u osnovi **endogeno** uslovljen, međutim on će ostati neostvaren ukoliko nije podržan **egzogenim** sredstvima.





Talentovani košarkaš pored odgovarajuće antropološke konstitucije posjeduje i posebnu strukturu sposobnosti koju izražava uz veliku **motivaciju.**







➔ Zahtjevi savremene košarke nezaobilazno vrednuju nasljedne faktore **motoričkih i funkcionalnih** sposobnosti, kao i **morfoloških** karakteristika.

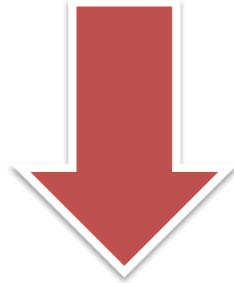




→ Značaj genetskih faktora je velik, ali, nažalost, teško ih je mijenjati treningom.

→ To se odnosi na sve antropološke faktore koji su značajni u specifikaciji košarkaške igre, a čija je genetička varijanca toliko visoka da se ne može mijenjati, jer su pod snažnim uticajem genotipa.





Genetske osobine visokih vrijednosti su: visina tijela, dužina ekstremiteta, startna brzina, eksplozivna snaga, koordinacija, ravnoteža...





Ove karakteristike i sposobnosti, i pored velikih napora putem **treninga**, neznatno se mijenjaju.

Pronaći talenat za košarku moguće je **isključivo** u sportsko organizovanoj sredini putem **adekvatne selekcije** i stručno vođenog treninga.





Kvalitetne osobine za košarku su pretežno psihičke prirode: prag osjetljivosti na fizičke napore, upornost, težnja ka vrhunskom rezultatu, borbenost, koncentisanost, tolerancija na stresne situacije, lakoća učenja, „igračka“ inteligencija, spremnost na saradnju, prihvaćanje rizika, sposobnost samodominacije i samokontrole.





➔ Od motoričkih sposobnosti značajno mjesto zauzimaju: opšti faktor snage, snaga ekstremiteta, brzinska snaga, izdržljivost u snazi, fleksibilnost, ravnoteža, anaerobna izdržljivost itd.

➔ Od morfoloških osobina za košarku su najznačajnije: visina tijela, dužina ekstremiteta, visina težišta tijela i dr.





Kada prosječan skup određenog uzrasta odgovara funkcionalno – morfološkom razvoju djece, tada kažemo da je biološka starost jednaka hronološkoj dobi.

U samom trenažnom procesu biološka zrelost ima odlučujuću vrijednost.





- Međutim, u svakodnevnoj košarkaškoj praksi treneri se susreću s fenomenom akceleracije rasta.
- Akceleranti su mlade osobe koje pokazuju izuzetno brzi razvoj morfoloških osobina i funkcionalnih sposobnosti.







- Nestrpljivi trener mogao bi stanje stagnacije ocijeniti kao krajnji domet svog kandidata, pa je stoga mudro poslušatiiskusne stručnjake koji preporučuju da je najuspješnije da se definitivni izbor kandidata učini od 12 – 18 mjeseci poslije početka organizovanog bavljenja sportom.





- Morfološke osobine potrebno je posmatrati u funkciji rasta i razvoja. Rast moramo gledati kao način adaptacije organizma na životne uslove. Granice te adaptacije uslovljene su genetski.





Morfološki status utvrđuje se skladno modelu strukture prema standardnom međunarodnom biološkom programu koji obuhvata:

- longitudinalnu dimenzionalnost skeleta,
- transverzalnu dimenzionalnost skeleta,
- volumen i masa tijela,
- potkožno masno tkivo.





Moderna selekcija utvrđuje aktualne sposobnosti i prognozira definitivna stanja sposobnosti i karakteristika u procesu treninga. Selekcija kao proces vrši značajne korekcije stanja kandidata od prvog izbora





# KOŠARKAŠKA REPREZENTACIJA CRNE GORE

REPREZENTACIJA	PROCENAT MASTI
CRNA GORA (EUROBASKET 2017)	13,3
CRNA GORA (MUNDOBASKET 2019)	12,1





# Košarkaški klub ASVEL

KOŠARKAŠKI KLUB  
ASVEL

12,6





# Evropsko prvenstvo u košarci za kadete

REPREZENTACIJA	PROCENA T MASTI
FRANCUSKA	13.4
CRNA GORA	14.9
IZRAEL	14.8





*Od igrača nemojte tražiti ono što nemaju, nego otkrijte, prepoznajte i njih upoznajte s onim što imaju...*







**HVALA NA  
PÁŽNJI...**