

Prof. dr Đorđe Nićin

Fakultet za menadžment u sportu

Univerziteta „Braća Karić“, Beograd

TRENER-ISTRAŽIVAČ-MENADŽER

UVOD

Trenažna tehnologija, kao proces poboljšanja svih relevantnih sposobnosti, osobina, karakteristika i drugih ljudskih resursa, radi postizanja visokih sportskih ostvarenja, odlikuje se specijalnostima stručnjaka-trenera. Pored znanja i iskustva, treneri vrlo često koriste i svoje kreativne sposobnosti, inovacije, intuiciju, nadahnuće, pa čak i improvizaciju u planiranju, programiranju, a posebno u realizovanju trenažnog rada.

Stvaralački rad, kakav je posao trenera, moguć je onda kada se trener odnosi prema svom poslu sa ljubavlju u kojoj vidi radost, kada shvata korist i neophodnost svoga rada i truda, kada se njegov rad ogleda u ispoljavanju sposobnosti, ličnosti i talenta sportiste, rečju, kada sportista postiže očekivane i moguće rezultate. Dakle, stvaralaštvo se može odrediti kao delatnost koja je usmerena na izgradnju nečega novoga, a u sportu je svaka trenažna jedinica nova i originalna, svaka reakcija sportiste na primenjene operatore-nova, svako opterećenje novo, što znači da trener, svojim stvaralačkim odnosom prema treningu, izaziva uvek nove reakcije sportiste, koje, u određenoj situaciji, mogu da dovedu do vrhunskih sportskih ostvarenja.

Edukaciju trenera obavljaju Fakulteti fizičke kulture - sporta, Fakultet za menadžment u sportu, Više škole za trenere, Sportske akademije, a kurseve za dobijanje licenci za trenere, organizuju i sportski savezi. Kao u svakoj edukaciji, pa tako i u edukaciji trenera, dobijeno školsko znanje nije garancija uspešnosti u poslu, nego samo jedan od neophodnih uslova da se u njemu bude uspešan. Poznati su primeri trenera koji su bez visoke školske kvalifikacije postizali sa svojim sportistima svetske rezultate, a i obrnuto, da su najviša sportska ostvarenja sa svojim sportistima, postizali treneri sa titulama doktora nauka. Ponekad se čuje da vrhunski sportista ne mora da bude i vrhunski trener, a i obrnuto, da osrednji sportista, bude vrhunski trener. Slični primeri mogu se naći i u umetnosti, gde su svetska imena u slikarstvu ili muzici, postajali i umetnici neakademci. Sličnih primera ima čak i u nauci i inovatorstvu.

O čemu se radi u navedenim primerima? Očigledno je da se uspesi u nekim zanimanjima, ne mogu pripisati a priori školskoj ili fakultetskoj diplomi, nego i nečemu što se može nazvati talentom, intuicijom, inteligencijom, nadahnućem, stvaralaštvom, nekakvim „posebnim osećajem“, nekom „posebnom“ sposobnošću, znatiželjom, istraživačkim duhom, organizacionim, upravljačkim i drugim sposobnostima i sl.

U ovom radu će se govoriti o trenerskom pozivu, o njegovim osnovnim karakteristikama, ali i o veoma značajnim istraživačkim i menadžerskim sposobnostima sportskih trenera.

Trenerski poziv je veoma kompleksan, multidisciplinaran. Bez obzira na to o kojoj trenerskoj specijalnosti se radi, trener mora da ovlada elementarnim znanjima iz nekoliko oblasti i to:

- funktionalne anatomije
- fiziologije sporta
- biohemije
- sportske medicine
- antropomotorike
- biomehanike
- teorije sportskog treninga
- dijagnosticiranja
- kondicioniranja
- sociologije sporta
- psihologije sporta
- tehnike određenog sporta
- taktike određenog sporta
- metodike treninga

PREDMET I CILJ RADA

Predmet ovog teorijskog rada je trener, odn. sportski trener, kao persona od koje zavise sportski rezultati, ali ne samo oni, nego i sudbine mnogih sportista. Status sportskih trenera kao branše nerešen je u mnogim zemljama, posao celodnevni, a satisfakcija trenera, najčešće pozitivna.

Cilj ove teorijske rasprave i analize je sagledavanje multidisciplinarnе uloge i značaja sportskog trenera kao stručnjaka, istraživača i menadžera.

MATERIJAL I METODE

Razmatranje ove problematike je deskriptivno-teorijsko-spekulativnog karaktera, a u manjoj meri, korišćen je i bibliografski metod.

TRENER obavlja mnoge stručne, istraživačke, menadžerske, ali i druge poslove, te se na taj način, njegova uloga u formiranju, odn. stvaranju sportiste, može smatrati najbitnijom i veoma kompleksnom.

Dobro edukovan trener će biti u stanju da trenažni proces sagleda u svojoj kompleksnosti i da „uračuna“ i kontroliše što više poznatih faktora od kojih zavisi sportski rezultat i time će biti uspešniji od trenera koji u svom znanju nema dovoljno informacija o faktorima uspeha. Da bi mogao sve to da obavi, trener mora stalno da opaža, prati, kontroliše i koriguje reakcije sportiste na primenjene opera-

tore (vežbe) i opterećenja. U delu ovih aktivnosti se ogleda i deo menadžerskih poslova trenera. Uostalom, ne mogu se, a ni ne treba odvajati poslove, odn. funkcije trenera kao stručnjaka, istraživača i menadžera, jer se te funkcije prepliću.

Medju stručnim poslovima trenera, treba još navesti i:

- izgradnja novina u tehnici, taktici i metodici treninga određenog sporta
- planiranje određenih-konkretnih rezultata
- konstruisanje dinamičkog modela budućeg rekorda sportiste (odn. uspeha)
- učestvovanje u konstrukciji novih rekvizita i trenažera
- uvodjenje novih metoda sportskog treninga i taktike sportskog takmičenja

(inovacije)

Uloga trenera je još i:

1. Marketinška (animator, propagator)
2. Planerska (dijagnostika)
3. Programatorska
4. Organizaciono-operativno-realizatorska (neposredan stručni rad)
5. Kontrolna (testiranja)
6. Korektivna (korekcija programa treninga)
7. Pedagoška
8. Psihološka
9. Administrativno-tehnička (evidentiranje, praćenje)
10. Nutricionistička
11. Društvena

Stvaralačke osobine trenera su:

- Visoka koncentracija pažnje
- Intenzivno sticanje utisaka
- Intuicija
- Fantazija
- Kreativna mašta
- Anticipacija
- Veliki obim znanja
- Odustajanje od šablona
- Originalnost
- Inicijativnost
- Upornost
- Visoka samoorganizovanost
- Sjajna radna sposobnost

Iz napred navedenih i pobrojanih uloga trenera, kao i stvaralačkih osobina trenera, može se zapaziti da je posao trenera veoma kompleksan, raznovrstan, odgovoran, zanimljiv i izazovan.

Posao trenera u najužem smislu je selektiranje-dijagnostikovanje, planiranje, programiranje, organizovanje, realizacija, kontrola i korekcija trenažnog procesa.

Selekciju za određeni sport, pored trenera, obavljaju i ovlašćene ustanove-zavodi za sport i dr., a prema metodologiji koju utvrdi trener ili ustanova i na bazi nje, obavlja dijagnostiku sposobnosti, karakteristika, osobina i motivacije za bavljenje određenim sportom. Kada se ostvari selekcija i sprovede dijagnostika, pristupa se sledećoj fazi posla trenera, planiranju. Trener planira dinamiku, vrstu i broj trenažnih jedinica (u dnevnom, nedeljnom, mesečnom, periodičnom, godišnjem i višegodišnjem ciklusu), njihovu strukturu, trenažna sredstva (njihov izbor, raspored, opterećenja-obim i intenzitet), raspored dana rada i odmora (i vrstu odmora-oporavka i sl.). Programiranje je jedan od najvažnijih poslova trenera i u njemu se ogleda neposredna stručnost-znanje, kreativnost, iskustvo i smisao za trenerski posao. Trener zatim organizuje rad (sala, priroda, pripreme van mesta boravka i treniranja, fitnes klub, stadion i sl.). Ono što je neposredna praksa, u kojoj se sve ono što trener zna, jeste realizacija trenažnog procesa, počevši od pojedinačnog treninga, do pravljenja „mozaika“ slaganjem, prema određenim principima, pojedinačnih trenažnih jedinica u mikrocikluse, mezocikluse, makrocikluse i polimakrocikluse. Iz svega toga, treba da sledi ostvarenje očekivanog-najboljeg sportskog rezultata-ostvarenja. Da bi bio siguran u ostvarenje sportskog rezultata i u pravilnost svoga rada, kao i u adekvatne reakcije sportista, trener sprovodi kontrole trenažnog procesa (povremene, stalne, delimične, sistematske), kako bi putem testova i drugih mernih instrumenata, dobio podatke o kretanju sportske forme sportista. Nakon kontrole, sledi korekcija trenažnog procesa u onim njegovim elementima, za koje je utvrđeno da su slabiji, odn. da je na njima radjeno sa manje očekivanog efekta.

U širem kontekstu posla trenera, percipiraju se i sledeće njegve aktivnosti:

Marketinška uloga trenera ogleda se u njegovoj misiji propagatora, animatora, prvenstveno mladih za bavljenje sportom. Trener svojim ličnim stavom, znanjem, autoritetom postizanja sportskih uspeha njegovih sportista, društvenom aktivnošću, prisustvom na medijima, a pre svega delovanjem na svom radnom mestu i sportskim uspesima, obavlja i marketinšku ulogu za sport kojim se bavi.

Pedagošku ulogu, trener obavlja u svakodnevnom radu sa sportistima, vaspitavajući ih prvenstveno u sportskom duhu, zatim u pogledu stvaranja radnih navika, odgovornosti prema sebi i drugima, druželjublju, saradnji sa drugim sportistima, poštovanju drugoga, kao i stvaranju pozitivnog stava prema klubu i široj društvu sredini u kojoj sportista živi i radi i koja mu, u skladu sa mogućnostima, omogućava adekvatan tretman.

Psihološka uloga trenera je vidljiva u stvaranju moralno-voljnih osobina sportista, učvršćivanju karakternih osobina, trpljenju teškoća, stvaranju pozitivnih emocija prema drugim sportistima, sportskom podnošenju poraza, eliminisanju treme pred nastup na takmičenjima, poboljšanju koncentracije pažnje sportiste, kao i izgradnji kritičkog stava prema sebi i drugima. Trener uliva sportisti samopouzdanje svojim savetima i ukupnim ponašanjem na treninzima, a posebnu podršku i sigurnost trener daje sportistima na takmičenjima.

Administrativno-tehnička uloga trenera je u obavljanju administrativnih poslova vezanih prvenstveno za obaveze prema klubu (evidencija realizovanih treninga), podnošenje izveštaja (klubu-stručnoj komisiji, upravnom odboru, sportskom savezu i sl.), kao i tehnička uloga trenera u obezbeđivanju uslova za rad, korišćenju prostora van kluba-korišćenje npr. bazena, fitnes centra i sl., nabavka rekvizita i ostale opreme, kako klupske, tako i lične opreme za sportiste i sl.

Nutricionistička uloga trenera je značajna, pogotovo ako u klubu ne postoji klupski lekar. Zbog toga, trener mora u dobroj meri da poznaje ishranu sportista i da svojim sportistima da po neki savet u vezi sa pravilnom ishranom, uzimanjem suplemenata ishrani, vitaminizaciji, mineralizaciji, kao i režimu korišćenja tečnosti-vode. Značajna uloga trenera je i u preporukama i obrazloženju pravljenja jelovnika pred nastup na takmičenju. Za sva ostala pitanja redukcije telesne težine, dobijanja na telesnoj masi, uzimanja hormonskih preparata, kao i pitanja uzimanja dozvoljenih stimulativnih sredstava, obavezne su konsultacije sa lekarom, kao i kontrola, najbolje sa sportskim lekarom ili nutricionistom.

Društvena uloga trenera je u njegovoj misiji vaspitača, edukatora i stručnjaka koji preko svog rada, odn. preko rezultata sportista, doprinosi afirmaciji društvene vrednosti rada, rezultata rada, društva u celini, kao i države i njenih vrednosti. Takodje je društvena vrednost i u stvaranju pozitivnih uticaja sporta na mlade, njihovom izgradjivanju kao korisnih i uglednih građana svoje zemlje, kao i internacionalnim vrednostima i upoznavanju kulturne, sportske, naučne baštine svoje zemlje.

ULOGA TRENERA-ISTRAŽIVAČA se možda manje pominje u raspravama o trenerima. Mislim, neopravdano! Zašto? Trenažni proces je stalni eksperiment, stalno traganje za optimalnim rešenjima i stalno otkrivanje i variranje faktora koji na sportski rezultat utiču. Svakako da ima poznatih, ali i nepoznatih i parazitarnih faktora koji utiču na sportske rezultate. Trener je upravo zato i istraživač, jer stalno prilagođava trenažni proces novonastalim uslovima. Ni jednog dana sportista nije isti, odn. njegove sposobnosti, želje, trenutno raspoloženje su varijabilni i trener stalno radi u relativno nepoznatim uslovima, kako endogenim, tako i egzogenim. To isto važi i za trenera. I zbog toga, trener stalno eksperimentiše, tragajući za optimalnim treningom u datim uslovima. Ono što je otežavajuća okolnost u trenažnom radu je što se ne mogu meriti trenutni efekti treninga, nego se oni dešavaju tek nakon procesa adaptacije, koji obično traje između 10 i 15 dana.

Kako onda da trener i sportista znaju šta je i kako uradjeno na transformacijama nekih sposobnosti sportiste. Tome pomaže iskustvo trenera i sportiste, kao i neki specifični testovi, a na sreću, te oscilacije uglavnom nisu velike, ali su posebno značajne na samim takmičenjima, odn. onda, kada sportista treba da je u top formi.

Zašto je trener istraživač? Zato što mora da poznaje metodologiju testiranja, diagnostikovanja sposobnosti i osobina i da je primenjuje prema naučnim zahte-

vima, kako bi podaci do kojih dodje bili valjani, pouzdani, objektivni, osetljivi, a nakon toga da zna da ih protumači i primeni nalaze testiranja na trenažni proces.

Nadalje, trener je i inovator, jer uvodi nova sredstva-vežbe, nove metode, proba da primeni drugačiju strukturu opterećenja u trenažni proces, uopšte, ispituje reakcije sportiste na nove ili modifiovane trenažne stimulanse, a pri tome ih kontroliše i koriguje. Ono što je veoma bitno, to je da se sa svim novinama konsultuje sa sportistima i zajednički probaju novine u treninzima. Ukoliko trener ne bi dobio saglasnost sportiste, onda bi efekti novoga bili minorni, čak negativni, jer bi sportista davao otpor prema inovacijama.

I pri kraju promišljanja o ulozi trenera kao istraživača, konstatacija da za sve ovo rečeno o treneru-istraživaču ne bi bilo moguće shvatiti bez veoma solidne edukacije trenera i u naučnom pravcu, pa, verovatno i naučne znatiželje trenera, koju neko ima izraženu više, a neko manje. U svakom slučaju, kreacija kao sposobnost i naučna znatiželja kao osobina trenera, može da ima presudnu ulogu u njegovom i uspehu sportista.

TRENER-MENADŽER je treća funkcija trenera, koju treneri ponekad obavljaju „nesvesno“ ili ne znaju da su neki poslovi koje oni obavljaju i menadžerski. Naime, trener u svom poslu selektira, planira, programira, organizuje, realizuje, kontroliše i koriguje svoj rad, dakle, obavlja posao menadžera, jer **upravlja**, ne samo trenažnom tehnologijom, nego i čitavim procesom treninga kao veoma složenim sistemom priprema sportista radi ostvarenja vrhunskih sportskih rezultata. Nadalje, trener u sklopu menadžerskog posla, često pregovara sa drugim klubovima, o eventualnom transferu igrača-sportista, mada za te poslove postoje menadžeri sa posebnim sposobnostima, ali često se dešava da prve kontakte obavi upravo trener. Menadžerska uloga trenera je i u sačinjavanju finansijskih planova za sportiste na nivou godine, više godina, ali i operativnih bezmalo dnevnih finansijskih planova, vezanih za nabavku opreme, učestvovanje na takmičenjima, pripremanja i sl. Iz navedenog se može konstatovati da je uloga trenera, veoma kompleksna. Ranije predrasude o manje vrednim poslovima trenera, u odnosu na npr. profesore fizičke kulture, danas su u dobroj meri napuštene, posebno u vrhunskom sportu.

Trener je danas oličenje svestranosti, velikog znanja, naučne znatiželje, visokih pedagoških, uskostručnih znanja i pragmatičnog rada i iskustva, odličnog organizatora, realizatora, stručnjaka koji upravlja veoma kompleksnom ljudskom delatnošću, trenažnom tehnologijom, kako sa vrhunskim sportistima, tako i sa onima koji to tek treba da postanu.

Otuda i toliki značaj koji se pridaje treneru iskazan kroz tri značajne delatnosti koje kvalitetan trener obavlja: **treniranje drugih, istraživanje najsigurnijih puteva dolaska do vrhunskih sportskih rezultata i upravljanje celokupnim procesom priprema sportista i uspešno učestvovanje na sportski takmičenjima.**

ZAKLJUČAK

Posao trenera je veoma kompleksan i odgovoran. Ugled trenera u društvu zavisi od njegovog znanja kao stručnjaka za užu struku kojom se bavi, od inovacija koje uvodi u trenažni proces, od istraživačkog duha kojim raspolaže, a možda najviše od menadžerskih sposobnosti i znanja koji mu omogućavaju da organizuje, planira, programira, realizuje, kontroliše i koriguje multidisciplinarni proces trenažne tehnologije, koji mora da rezultira visokim sportskim ostvarenjima.

Današnje vreme traži školovanog, istraživački naklonjenog i trenera menadžerskog duha, sposobnog da sva ta znanja upotrebi u cilju uspešnog stvaranja visokih sportskih rezultata.

LITERATURA

1. Aćimović, D. (2004): Osnove menadžmenta u sportu. *Serbona*, Niš
2. Brooks, D. (2004): The Complete Book of Personal Training. *Human Kinetics*. Champaign
3. Derkač, A.A., Isaev, A.A. (1982): Tvorčestvo trenera. *Fizkultura i sport*, Moskva
4. Kastratović, E. (2004): Osnove menadžmenta sa menadžmentom u sportu. *Institut za razvoj malih i srednjih preduzeća d.o.o.*, Beograd
5. Raič, A., Maksimović, N. (2002): Sportski menadžment. *Fakultet fizičke kulture*, Novi Sad

COACH – EXPLORER – MANAGER

Nowadays technologies are characterised by the expert specialists. In training technologies there are also coaches-experts for some sports. Apart from governing training technology, thus he performs manager's work (planning, programming, accomplishing, controlling, correcting) the coach also performs the work of an explorer, because the work of the coach is creative, creating, exploring and it is necessary to include innovation into training process, and innovations are nothing but rehearse of something new, what is but scientific approach to the training.

More the coach succeeds in controlling more factors which influence the sport achievement, he will be more successful. To be able to do all that, the coach must observe, follow, control and correct sportist's reactions on exercises and loads all the time. The coach demonstrates his activity even through marketing, educational psychological, administrative-technical, nutritional and entire useful social role, so his work is interdisciplinary very complex, important, public, and thus it is a subject to critics.

In order to be successful, a modern coach must be an excellent expert-specialist, but also an explorer and manager, and before all a creator of training technology.

Key words: coach, training technology, science, explorer, manager.