

40/20



IZ ZT RSS

**Đerona i Tijsterman
pred srpskom strukom**

BARAŽ ZA SP

**Spektakularan
dvomeč sa Slovenijom**

GLEN SOLBERG

**Liderstvo pravi razliku
u trenerskom poslu**

IN MEMORIAM

**Odlazak legendarnog
Bengta Johansona**

MAGAZIN ZAJEDNICE TRENERA
RUKOMETNOG SAVEZA SRBIJE
XII / XIII broj / jun 2022.



AKTUELNO

Klinke iz Indije osvojile Srbiju

UVODNIK	
Prvi dvobroj Magazina 40x20	03
IZ ZAJEDNICE TRENERA RSS	
Đerona i Tijsterman pred srpskom strukom u Kragujevcu	04-05
USPESI NAŠE STRUKE	
Uspešna sezona srpskih trenera u inostranstvu	06-09
ZAVRŠEN ŠAMPIONAT ZA RUKOMETAŠICE	
Klinke iz Indije osvojile Srbiju	12-17
BARAŽ ZA SP	
Spektakularan plasman "orlova" na SP	18-21
PRED EP 2022.	
Rukometnica dobile rivale na EP	22-25
TONI ĐERONA ODRŽAO PREDAVANJE	
Španski rukometni model ne postoji, ali metod je jasan	26-29
VLADO ŠTENCL U BEOGRADU	
Zlatna generacija iz Minhen je pronašla svoj put	30-33
FOTO ALBUM	
Šampioni Srbije – sezona 2021/2022	34-35
INTERVJU BROJA: GLEN SOLBERG	
Liderstvo pravi razliku u trenerskom poslu	36-41
IN MEMORIAM: BENGT JOHANSON	
Odlazak čoveka koji je obeležio jednu eru	42-43
STRUČNA TEMA	
Sistem rada rukometnika uzrasta od 6 do 14 godina u Norveškoj	44-55
STRUČNA TEMA	
Napad na zonu 5:1 sa ulaskom igrača na drugog pivotmena	56-61
STRUČNA TEMA	
Zonska odbrana 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja	62-67



Prvi dvobroj Magazina 40x20

rošla godina bila je izazovna u svakom pogledu, pa i u smislu izdavanja našeg i vašeg magazina 40x20. Zato vam u vreme centralnog seminara 2022 koji će se i ove godine održati u

Kragujevcu predstavljamo prvi dvobroj projekta Zajednice trenera Rukometnog saveza Srbije koji je svoju premijeru imao juna 2019. godine. To će biti način da nadoknadimo propušteno i omogući mo dodatne opcije za stručno usavršavanje.

Na do sada rekordnih 68 stranica imaćete priliku da pročitate ekskluzivni intervju sa selektorom reprezentacije evropskih šampiona Švedana, Glenom Solbergom u kome objašnjava svoju filozofiju rada sa zlatnom selekcijom sa prošlog EHF EURO 2022 iz Mađarske i Slovačke. Razgovarali smo i sa trenerom šampionskog ŽRK Železničar iz Indije, Vladom Šimićićem, o fantastičnom finišu sezone i kruni njegovog petogodišnjeg rada u klubu.

Stručne teme u ovom dvoboru magazina 40x20 pisali su Momir Ilić, Boris Rojević i Zoran Fajfrić, a ispratili smo i predavanje selektora reprezentacije Srbije, Tonija Đerone.

Zivotnu scenu napustio je jedan od najuspešnijih trenera svih vremena, legendarni Švedanin Bengt Johanson. Legendarni Vlado Štencl, boravio je posle nekoliko decenija u Beogradu, a povod za to bio je jubilej, 50 godina od osvajanja zlatne olimpijske medalje u Minhenu 1972.

Pisali smo i o uspesima srpskih trenera na svim meridianima, kao i o plasmanima seniorskih reprezentacija na Svetsko, odnosno, Evropsko prvenstvo krajem godine.

Uživajte. Živeo rukomet!

Na rekordnih 68 stranica imaćete priliku da, između ostalog, pročitate ekskluzivni intervju sa selektorem reprezentacije evropskih šampiona Švedana, Glenom Solbergom

Impresum

Osnivač i izdavač: Zajednica trenera Rukometnog saveza Srbije, Tošin bunar 272, 11070 Beograd ■ Telefon: +381 64 8827 283 ■ E-mail: treneri@treneri-rss.rs
Broj žiro računa: 160-480967-50 ■ Za izdavača: Jova Pavlov ■ Glavni urednik: Života Bogdanović

Tekstovi: Života Bogdanović i Novo Bojičić ■ Stručne teme: Zoran Fajfrić (EHF Master Coach); Momir Ilić (trener rukometnika mađarskog Vesprema); Boris Rojević (trener rukometnika Vojvodine) ■ Recenzent stručnih tema: dr Zoran Valdevit ■ Dizajn i prelom: Novo Bojičić ■ Foto: Ivica Veselinov/RSS, IHF, YouTube/Printscreen, Balkan-Handball.com, ARKUS, Slavko Kolar, Andreja Vučojević privatna arhiva, Toni Đerona privatna arhiva, ZT RSS, EHF, Dragana Stjepanović/RSS, Jozo Čabraja/Kolektiff

Štampa: PRESSIA doo, Emila Zole 30a, Beograd ■ Tiraž: 600 primeraka ■ Časopis izlazi tromesečno

ĐERONA I TIJSTERMAN pred srpskom strukom

ПРОГРАМ				
ЦЕНТРАЛНОГ СЕМИНАР РУКОМЕТНИХ ТРЕНЕРА „ШУМАРИЦЕ 2022“ И СЕМИНАРА ЗА ОБНОВУ ЕХФ ПРО-ЛИЦЕНЦЕ				
СЕМИНАР	ЕХФ ПРО-ЛИЦЕНЦА	ЦЕНТРАЛНИ СЕМИНАР	ИЗЛАГАЧ	ПРОСТОР
ЧЕТВРТАК 16.06.2022.				
ДО 19.00	ДОЛАЗАК - АКРЕДИТАЦИЈА			Хол хотела
19.30 - 20.30	ВЕЧЕРА			Ресторан сала
ПЕТАК 17.06.2022.				
07.00 - 08.45	ДОРОУЧАК			Ресторан сала
09.00 - 09.15	ОТВАРАЊЕ СЕМИНАРА - ЕХФ RENEWAL			Конгресна сала
09.15 - 10.45	ДИДИТАЛНО ПЛАНИРАЊЕ КОРИШЋЕЊЕМ ПЛАТФОРМЕ „Ми Handball System“	Zoltan Marčinko, EHF Zoltan Kolja, MHS		Конгресна сала
11.00 - 12.30	АНАЛИЗА ЕВРОПСКОГ ПРВЕНСТВА ЗА МУШКАЦИ 2022	Zoltan Marčinko, EHF		Конгресна сала
ДО 13.00	ПРИЈАВА И АКРЕДИТАЦИЈА			Хол хотела
13.00 - 15.00	РУЧАК			Ресторан сала
15.45 - 16.00	ОТВАРАЊЕ СЕМИНАРА - ЦЕНТРАЛНИ			Конгресна сала
16.00 - 17.30	ИЗМЕНЕ И ДОЛУПНЕ ПРАВИЛА РУКОМЕТНЕ ИГРЕ	Представник ЗСиК РСС		Конгресна сала
17.30 - 17.45	ПАУЗА			
17.45 - 19.15	ПРАКТИЧАН ПРИКАЗ КВАЛИТАТИВНЕ АНАЛИЗЕ М ЕУРО 2022.	Zoltan Marčinko, EHF		Спортска сала
19.30 - 20.30	ВЕЧЕРА			Ресторан сала
СУБОТА, 18.06.2022.				
07.00 - 08.45	ДОРОУЧАК			Ресторан сала
09.00 - 09.30	ОСНОВНИ ПРИНЦИПИ РАДА ХОЛАНДСКЕ РУКОМЕТНЕ АКАДЕМИЈЕ	Monique Tijsterman, EHF		Конгресна сала
10.30 - 10.45	ПАУЗА			
10.45 - 12.00	ПРЕУЗИМАЊЕ ИНИЦИЈАТИВЕ У ОДБРАНИ	Toni Gerona		Конгресна сала
13.00 - 14.45	РУЧАК			Ресторан сала
14.45 - 16.15	ТРЕНАЖНА ФИЛОЗОФИЈА ХОЛАНДСКЕ РУКОМЕТНЕ АКАДЕМИЈЕ	Monique Tijsterman, EHF		Спортска сала
16.15 - 16.30	ПАУЗА			
16.30 - 18.00	ПРЕУЗИМАЊЕ ИНИЦИЈАТИВЕ У ОДБРАНИ – ПРАКТИЧАН ПРИКАЗ	Toni Gerona		Спортска сала
19.30 - 20.30	ВЕЧЕРА			Ресторан сала
НЕДЕЉА, 19.06.2022.				
07.00 - 08.45	ДОРОУЧАК			Ресторан сала
09.00 - 10.15	КРЕЈАНЂЕ ТРЕНЕРСКЕ ВИЗИЈЕ И ФИЛОЗОФИЈЕ РАДА	Monique Tijsterman, EHF		Конгресна сала
10.15 - 10.30	ПАУЗА			
10.30 - 12.00	КАКО ТРЕНИРАТИ СА ВИЗИЈОМ	Monique Tijsterman, EHF		Конгресна сала
12.00 - 12.30	ТЕСТИРАЊЕ			Конгресна сала
12.45 - 14.00	ЗАВАРАЊЕ СЕМИНАРА И ПОДЕЛА СЕРТИФИКАТА			Конгресна сала
14.00	РУЧАК			Ресторан сала

У првом одбору Задједнице тренера је на седници одржаној 14.03.2022. године у складу са Планом и Програмом рада Задједнице тренера doneo Odluku о одржавању Централног семинара рукometnih тренера у термину од 17. до 19. јуна 2022. године у објектима HTP "Šumarice" у Крагујевцу. У склопу Централног семинара са истим Програмом и предавачима ће бити организован



и семинар за обновљавање PRO - лиценце. Традиционално окупљање струка у srcu Шумадије биће прилика да српски тренерски кадар чује и види селектора Tonija Đeronu који ће теоријски и практично обрадити тему преузимања иницијативе у одбрани.

Селекторка јенске репрезентације Холандије, Monique Tijsterman говориће на разлиčите теме. Jedna od ће „основни принципи рада холандске рукометне академије“ која је и довела до тога да Холандија дође до златне медаље на Светском првенству 2019. године у Јапану. Tijsterman, која је seniorsku репрезентацију своје земље преузела 2021. године од Emanuela Majonadea говориће и

о „тrenažnoj filozofiji холандске рукометне академије“, затим „kreiranju тренерске визије и филозофије рада“, а онда и томе „како тренирати са визијом“.

„Практичан приказ квалитативне анализе Европског првенства 2022 за мушкарце“ одржаног у Мађарској и Словачкој имаће Zoltan Marčinka ispred Европске рукометне Федерације. Представници Задједнице судија и контролора RSS говориће о изменама и допунама правила рукометне игре.

У оквиру семинара за обнову EHF pro licence Marčinko ће zajedno за Zoltan Koljom говорити о digitalnom planiranju korišćenjem platforme „My handball system“. ■

Trajno rešavanje zloupotrebe licenci

Na inicijativu Задједнице тренера Рукометног saveza Srbije, а уз максимално разумевање члника Рукометног saveza Srbije, utvrđен је предлог измена disciplinskog pravilnika koji bi требало да буде изгlašan na narednoj Skupštini RSS, a којим ће trajно бити решена злoupotreba licenci, односно, покривања nestručnih lica u vođenju utakmica koja je višegodišnji problem u našem sportu.

Најсујту Задједнице тренера RSS 20. маја је објављен video материјал са другог регионалног семинара који је тематски nastavak првог регионалног семинара и са njim чини целину. Основна замисао била је да се са та два семинара помогне тренерима млађих категорија у раду са decom(u godišta 12 i 14). Тако је о „prelaznim formama rukometa за uzrast od 11 do 12 godina“ на говорио doc. dr Milan Petronijević, тему „Početna obuka napada na odbrambene formacije u rukometu - 3:2:1 i 4:2 (uzrast 14 godina - demonstratori igrači RK Vojvodina) обрадио EHF Master coach Zoran Abramović, а о „početnoj obuci napada na odbrambene formacije u rukometu - 5:1 i 3:3 (uzrast 12 godina - demonstratori igrači RK Hajduk Beška) предавао тренер Darko Trivković. Doc. dr Marko Čosić говорио је на тему „Specifičnost prelaznog perioda u savremenom rukometu“, док је тема vanrednog profesora dr Ane Vesovićа била „Unapređivanje takmičarskog postignuća - trening mentalnih veština“.

У току је полагања испита за дошколовање оперативних тренера за стicanje uslova за rad sa decom sticanjem zvanja sportski učitelj. Početak ispitnih rokova obeležио је izuzetno slab odziv, mali broj prijavljenih, као и низак проценат оних који су testove položili. Како је време одмикло, број пријављених, али и резултати položenih testova se poboljšavao. Rezultati pokazuju да ће за sledeći ciklus takmičenja млађих категорија дошколовање бити завршено на одговарајући начин, односно, да ће екипе имати тренере које ће стечи neophodni uslov da rade u okviru sistema Rukometnog saveza Srbije.

Redovna Skupština Zадједнице тренера Рукометног saveza Srbije planirana је за почетак припремног периода сезоне 2022/2023, односно, по завршетку planiranih godišnjih odmora kako би сви чланови могли neometano da prisustvuju.

Odlična sezona srpskih trenera

Sezona 2021/2022 koja je na izmaku biće upamćena kao jedna od najuspešnijih kada je u pitanju učinak srpskih stručnjaka koji rade u inostranstvu. Proteklo olimpijsko leto praktično je za mnoge vrhunske rukometaše i trenere učinilo da pauze između dve sezone nije ni bilo. U takvim gotovo nemogućim uslovima ušlo se u sezonu 2021/2022 koja će imati svoje veliko klupsko finale završnim turnirom EHF Lige šampiona u Lankses Areni u nemačkom gradu Kelnu, gde će 18. i 19. juna španska Barselona pokušati da odbrani trofej osvojen prošle godine, u



društvu takmaka, rivala u polufinalu nemačkog Kila, odnosno, mađarskog Telekom Vesprema i poljskog Lomža Vive Kielcea. I to nije sve kada je u pitanju rukometna sezona, jer će odmah zatim ljubitelji rukometa moći da uživaju u 19. Mediteranskim igrama koje će se od 25. juna do 6. jula održati u alžirskom gradu Oranu.

Moša blizu evropske krune

Kada su u pitanju srpski treneri, srpska srebrna generacija sa Evropskog prvenstva 2012. godine u Beogradu, već je počela da ubira plodove dobrog rada na početku trenerske karijere. Tako nekadašnjeg kapitena nacionalnog tima i najkorisnijeg igrača EHF EURO 2012, Momira Ilića, samo dve utakmice dele od najvrednijeg pehara u evropskom klupskom rukometu u njegovoj debitantskoj sezoni na klupi Telekom Vesprema! Mađarski gigant koji je prošle sezone ostao i bez titule nacionalnog šampiona u dvoboju sa večitim rivalom Pik Segedom i bez plasmana na završni turnir EHF Lige šampiona, podmladio je sastav i postavio dugoročniju strategiju dovođenjem srpskog stručnjaka na čelo stručnog štaba, ali je već posle par meseci prvi trofej stigao u bogate vitrine kluba iz Vesprem Arene.

Momir Ilić je sa svojim momcima trijumfalno osvojio Kup Mađarske prvo savladavši najvećeg rivala Pik Seged u polufinalu 30:27, a zatim KKFT Vesprem 42:19 u borbi za pehar. U tome su važne role imali dugogodišnji srpski reprezentavci, golman Vladimir Cupara i srednji bek Petar Nenadić.

Da je Ilićev tim ušao u pravu takmičarsku formu kada je to najpotrebnije u aprilu i maju, potvrđila je nokaut faza u EHF Ligi šampiona. Prvo je Vesprem ubedljivo eliminisao dvostrukog osvajača evropskog elitnog takmičenja, skopski Vardar na gostovanju 30:22, da bi revanš kod kuće bio rutina 31:31, a slično je prošao i prošezonski finalista, danski Olborg, koji posle poraza u Vespremu u prvom meču četvrtfinala 36:29, nije imao snage za preokret u drugom meču 35:37.

Legendarni srpski rukometničar vraća se pod svodove Lanxess Arenе, gde je i odigrao svoj poslednji meč u karijeri juna 2019. godine, upravo u finalu EHF Lige šampiona, kada je sa Vespremom poražen od skopskog Vardara. Kao igrač nemačkog Kila, Ilić je bio deo sastava koji je osvojio prvi EHF Final4 2010. godine, pa možda i u tome treba tražiti simboliku pred najvažniji vikend sezone, uz podsećanje da borba za titulu nacionalnog šampiona tek predstoji.

.....



Sve u svemu, naš Momir Ilić na Talanta Dušebaeva (trener Lomža Vive Kielcea), stratega koji je četiri puta sa svojim timovima osvajao EHF Ligu šampiona.

Toskićev trijumfalni povratak u „Zlatorog“

Još jedan „srebrni orao“ počeo je odlično svoju misiju u jednom klubu velike tradicije. Osvajači EHF Lige šampiona iz 2004. godine, rukometari Celja Pivovarne Laško vratili su titulu u svoj „Zlatorog“ predvođeni sa klupe nekadašnjim srpskim reprezentativcem Alemom Toskićem. Popularni Toska stigao je u svoj nekadašnji klub na početku ove sezone i vratio Celjane tamo gde objektivno pripadaju – na vrh slovenačkog rukometu u konkurenciji Gorenja iz Velenja i Trima iz Trebnja. Celjani su osvojili 49 bodova iz 26 kola, četiri više od Trima iz Trebnja predvođenog sa klupe Urošem Zormanom, selektorem reprezentacije Slovenije.

Nekada robusni pivotmen, borac bez mane i straha, trenersku karijeru započeo je tamo gde je završio igračku, u mađarskom Čurgu 2019. godine. Posle dve godine dobrog rada u stabilnom mađarskom prvoligašu, dobio je ponudu koja se ne odbija, od slovenačkog giganta koji ima ambicije da se vrati u EHF Ligu šampiona. Po osvajanju 25. titule državnog šampiona, iz Celja su objavili da će zatražiti „specijalnu pozivnicu“ za EHF Ligu šampiona 2022/2023, što bi moglo da znači da će Srbija imati dva trenera u najkvalitetnijem takmičenju naredne sezone. Uz sve to hrabri i podatak da je ove sezone srpski rukomet u EHF Ligi Evrope predstavlja i Danijel Andelković na klupi francuskog Tuluza.

Vukojević osvojio „triplu krunu“ u Izraelu

Veliki uspeh napravio je Andreja Vukojević sa ekipom Hapoel Ašdoda u Izraelu. Beogradski stručnjak, koji se dokazao godinama radeći sa ekipom Dimone od najnižeg do najvišeg ranga takmičenja, ove sezone je osvojio sve što se može osvojiti u izraelskom ru-



kometu. Sa svojim timom osvojio je titulu u šampionatu, nacionalni Kup i Super Kup. Kao nagrada za odličan rad stiglo je i produženje ugovora.

Džokiću trofeji u Kataru

Srpski stručnjak iz Pančeva, Goran Džokić, nekadašnji igrač Dinama, Proletera i internacionalac u Španiji, sa dugim međunarodnim trenerским stažom, ove sezone bio je više nego uspešan u Kataru. Posle osvajanja titule i Kupa Federacije, njegov Duhail došao je i do najcenjenijeg Kupa Kralja – Emir Kupa. Sezona iz snova za stručnjaka koji već duže vreme živi i radi u Zalivu.

Kukić i Brakočević predvodili gluve do bronze

Rukometna reprezentacija gluvih Srbije osvojila je bronzanu medalju na Olimpijskim igrama gluvih u



Brazilu. Selekcija Srbije je u Kašijas du Sulu u borbi za bronzano odličje savladala Tursku rezultatom 22:17.

Na putu do medalje Srbija je u grupnoj fazi u prvom kolu savladala Brazil sa 34:10, usledio je poraz od Nemačke 25:30, utakmica sa Kamerunom u trećem kolu registrovana je službenim rezultatom 10:0 u korist naše reprezentacije, a plasman u polufinalu je potvrđen ubedljivom pobedom nad Kenijom sa 32:22. Izabrani Miće Brakočević i Željka Kukić su u polufinalu pretrpeli poraz od Hrvatske (32:18), ali trijumf nad Turskom u utakmici koja je sledila obezbedio je medalju selekciji Srbije.

Cvetković se bori za titulu u Švajcarskoj

Odličan posao radi i Goran Cvetković u švajcarskom šampionu Pfadi Vinterturu. Nakon osvajanja titule u sezoni 2020/2021 i Super Kupa 2021, srpski stručnjak je sa svojim timom ponovo došao do finala plej-ofa prvenstva gde ih čeka Kadeten iz Šafhauzena. Finalna serija se igra na tri dobijene utakmice. ■



Veselin Vuković na klupi Radničkog iz Kragujevca

Legendarno ime jugoslovenskog i srpskog rukometa, Veselin Vuković, od naredne sezone sedeće na klupi rukometara kragujevačkog Radničkog. Nakon osvajanja trećeg mesta u ARKUS ligi u sezoni 2022/2023, klub iz Kragujevca se sporazumno razišao sa Đordjem Teodorovićem, a dogovor je pao sa iskusnim stručnjakom za čije ime je vezan najveći uspeh u novijoj istoriji domaćeg rukometa – osvajanje srebrne medalje na Evropskom prvenstvu u Beogradu 2012. godine.

– Drago mi je što sam preuzeo kormilo kluba kakav je Radnički. Nisam od onih što mnogo obećavaju, jedino što mogu da obećam je naporan, mukotrpan rad, red i disciplinu, što će nam pomoći da dalje napredujemo. Moram da naglasim da je moj prethodnik Teodorović postavio leđnicu visoko i da ni u jednom trenutku ne smem da tvrdim da ćemo je premašiti. Velika je stvar što Radnički ima sistem, što je prava stvar u današnjem sportu, klub je izgrađen i doveden na stabilne osnove i ima veliku bazu koja je potrebna da u datom trenutku postigne vrhunske rezultate. Kragujevac je na pravom putu, odlična baza, mladi igrači i vrhunska organizacija uz stručan rad su recept za uspeh. Veliki je izazov pred mnom, uzeleo sam se rukometu i rada nakon jednogodišnje pauze. Većinu igrača dobro poznajem i očekujem da ćemo

imati kompetitivan i respektabilan sastav kako bi što spremniji dočekali početak takmičarske sezone. Pet ekipa će naredne sezone gajiti šampionske ambicije i nadam se da ako se svi angažujemo u pravom smeru, možemo i mi biti ti koji ćemo se uključiti, ako ne u borbu za titulu, onda biti nezaobilazan faktor u prvenstvu. Osnovni cilj će nam biti da stvorimo jak tim, promovišemo mlade igrače i da ih što duže zadržimo na okupu, jer je to jedini pravi put do uspeha kome svi težimo. Drago mi je što je većina igrača vezana za Radnički i potrudićemo se da tako ostane i u budućnosti - zaključio je Vuković.

Najveći Vukovićev uspeh kada je u pitanju domaća klupska scena je pehar Kupa Srbije osvojen sa šabačkom Metaloplastikom.

Akim Komnenić se vraća u Izrael



Nakon pančevačkog Dinama i kaćkog Jugovića, Akim Komnenić se vraća u svetu Zemlju, u izraelski Makabi gde je već radio tri sezone. Jedan od najpopularnijih klubova u Izraelu je trenutno u drugoj ligi i uprava kluba želi da se klub vrati u sam vrh domaćeg ru-

kmeta. Pre Komnenića u Makabiju je radio Nedeljko Matić sa kojim je osvojena i titula šampiona, dok je Dragan Đukić osvojio Kup sa "žuto-plavima" i igrao grupnu fazu EHF Lige Evrope, a Nikola Maksimović došao do vicešampionske titule kome je Komnenić bio prvi saradnik u poslednjoj sezoni. U klubu i posle pet sezona nastavlja uspešno da radi sa mlađim kategorijama Petar Komnenić.

– Makabi Tel Aviv je moja "druga kuća". Jako smo se brzo dogovorili oko svih uslova i ciljeva. Ugovor sam potpisao na dve sezone i odmah prve cilj je povratak Makabija u Premijer ligu. Pravimo dobru ekipu sa nekoliko domaćih igrača iz Prve lige, odličnim juniorima koji su produkt rada iz prethodnih sezona i sa strancima koji moraju dati dodatni kvalitet. Ideja je da to bude i okosnica tima druge sezone uz doselekciju kako bi napravili kontinuitet i vratili Makabi u vrh izraelskog rukometa i borbu za trofeje, a svakako sledi i nastavak rada sa mlađima na svim nivoima u klubu – jasan je Akim Komnenić.

Norveška izabrala novog selektora

Za novog selektora muške reprezentacije Norveške, tamošnja Federacija odabrala je Jonas Vila, sa kojim je potpisana ugovor do leta 2026. godine.



On je od prošle jeseni bio pomoćnik svom prethodniku Kristijanu Bergeu, a uporedo je predvodio i švedski Kristianstad. Jonas Vil ima 46 godina. Njegovo trenersko stvaralaštvo vezuje se isključivo za Skandinaviju – predvodio je Mors, Skevde, Mitjiland, Halden (žene), Stabek (žene), Fjelhamer (žene), a bio je selektor i mlađih muških kategorija u Norveškoj.

Vil na dužnost stupa 1. jula, a prvi veliki ispit biće mu Svetsko prvenstvo narednog januara u Švedskoj i Poljskoj. Kristijan Berge je na klupi reprezentacije Norveške proveo osam godina (2014-2022) i za to vreme osvojio tri medalje, dve srebrne na svetskim prvenstvima i jednu bronzanu na Evropskom prvenstvu.



Veselin Vujošić vodi Iran

Nekadašnji selektor reprezentacije Srbije i Crne Gore Veselin Vujošić u narednom periodu imaće izazovan zadatak vođenja selekcije Irana. Jedna od najboljih azijskih selekcija prvo takmičenje sa novim selektorom imaće u septembru u Japanu gde će učestvovati na kontinentalnim Igrama, a zatim će nastupati i na Svetskom prvenstvu 2023 u Švedskoj i Poljskoj kao četvrttoplasirana reprezentacija sa prošlog azijskog prvenstva.



Klinke iz Indije osvojile Srbiju

Indija slavi najveći sportski uspeh u istoriji! Rukometušice Železničara pripredile su na jveće iznenađenje u novoj istoriji srpskog rukometa osvojivši pehar namenjen najboljoj ekipi u ARKUS ligi u sezoni 2021/2022 posle uzbudljivoj plej-ofa. Izabranice trenera Vlade Šimićića, prvo su u polufinalnim duelima eliminise branioce titule, rukometušice Jagodine (25:21 i 30:27), a u finalnim mečevima i favoritkinje na papiru iz Aranđelovca, ŽRK Bekament Bukovička Banja (24:23 i 25:24).

Ekipa u zelenom belim dresovima, kojoj je u dve prethodne sezone plasman u Evropu izmicao za po koju loptu ili bod, ovog maja bila je nezaustavljiva kada je u pitanju borba za najprestižniji trofej. U sezoni kada je trofej Kupa Srbije završio u vitrini ŽORK Jagodina, a Bekament Bukovička Banja napravila lep uspeh plasmanom u polufinale EHF Kupa, mlađi sastav Indijki, u proseku najmladi (20,1 godina) od svih pretendenata za titulu, napravio je prvorazredno iznenađenje u finišu.

O putu do trofeja i građenju šampionske ekipe koju je preuzeo u nezavidnoj situaciji pre pet godina kao

člana Super B lige, za magazin 40x20 govorio je šef stručnog štaba ŽRK Železničar, Vlada Šimićić (43).

Razgovaramo tri dana po osvajanju titule šampiona. Da li slavlje još uvek traje u Indiji ili nema kraja euforiji posle ovakvog istrijskog dostignuća za klub i opština?

Mogu samo da kažem da tek sada postajemo svesni što smo zapravo napravili. Osećanja i emocije preplavljaju sve nas u klubu i ljude oko kluba. Jednostavno, beskrajna sreća. To je pravi opis. Sve nam se vratilo. Sav trud, rad, zalaganje, mnogo smo sebe dali za ovaj uspeh, ljudi iz kluba, stručni štab i igračice. Davali smo maksimum u svakom segmentu. Imali smo odličnu bazu, odradili odlične pripreme na početku, posle korone konačno mogli da odemo negde. Kada pogledam unazad kroz šta smo sve prošli, osećam samo veliki ponos. Veliki uspeh.

Pripreme za šampionsku sezonu odradili ste van Indije...

Prvi deo priprema odradili smo u Prijedoru. Tamo smo proveli 10 dana. Akcenat je bio na opštoj

.....

fizičkoj pripremi. Zajedno su na pripremama bile prva i druga ekipa, ukupno nas 40. Ispostavilo se da je to bio odlično održan posao. Prava baza za dobre rezultate. Oko 20. avgusta otputovali smo na sedmodnevne pripreme u Budvu gde smo radili dva puta dnevno. Isto je sa nama bila i druga ekipa. Imali smo priliku da odigramo i prijateljsku utakmicu protiv podgoričke Budućnosti u „Morači“. To je bilo ogromno iskustvo za devojke. Osim početnih sedam-osam minuta zbumjenosti i uplašenosti imenom protivnika, čuvenom halom, legendarnom Bojanom Popović, ostatak smo odigrali onako kako smo želeli. Trčali smo 60 minuta i igrali rukomet kakav želimo i kakav smo promovisali cele sezone. Bojana nam je odala priznanje da smo jedna od retkih ekipa koja uopšte želi da igra prijateljske mečeve sa njima, a moja su razmišljanja da iz takvih utakmica možemo samo da dobijemo. Izgubili jesmo, ali smo igrali naš rukomet. Igrali smo što jaču odbranu i trudili se da pozicioni na-

pad bude opcija za postizanje gola. Ekipa smo koja je ove sezone u Super ligi postigla najviše golova iz prvog i drugog talasa uz ekipu Jagodine koja igra na isti ili sličan način kao i mi.

Koji je bio cilj Železničara pred sezonu 2021/2022?

Prošlu sezonu završili smo na petom mestu sa istim brojem bodova sa Bekamentom, koji je bio bolji u međusobnom skoru. U poslednjem kolu gostovali smo Radničkom u Kragujevcu, potreban nam je bio remi, a ostali smo kratki za gol. Nismo previše žalili, već najavili da se spremamo da već ove sezone napravimo korak više i plasiramo se u plej-of, odnosno, izborimo mesto u Evropi. To nam je bio prioriteta cilj, da završimo među četiri najbolje eiske u Srbiji. To bi nam puno značilo, svima nama u klubu, ali i navijačima i ljudima iz opštine. Mnogi su sumnjali da to možemo, pogotovo jer nas je napustilo par iskusnih igračica poput golmana

Gordane Đilas, MVP-a lige, Jelene Knežević koja je otišla u Kragujevac i Marije Dmitrović (Mađarska). Podmladili smo se još više igračicama iz generacija 2003 (Tina Paunić, Tijana Simić), 2004 i 2005. Niko nije očekivao puno od nas, ali mi smo verovali. Organizovali smo jedne, pa druge pripreme, zacrtali naše ciljeve i krenuli u njihovo ostvarenje.

Kada ste osetili da biste osim plasmana u plej-of mogli da napravite i nešto više? Kada je proradio taj „šampionski instinkt“ u ekipi? Da li ste ga prepoznali?

Osetio sam trenutak četiri kola pre kraja kada smo pobedom nad Naisom kod kuće i definitivno obezbedili plasman u plej-of. Tada sam u priči sa devojkama dobio odgovor: „Ne, ne, treneru, ove godine idemo do kraja, idemo na titulu“. To je za mene bio dokaz da sam uspeo, da sam ih ubedio da mogu da igraju protiv svakoga i da pobede bilo koga. To je bio korak napred. Kada su one preskočile tu pre-

preku bilo mi je jasno da je sve moguće do kraja sezone. U svakoj utakmici do kraja sezone verovali smo da možemo do pobede gde god i protiv koga god da smo igrali. To je ključ. Devojke su svojim stavom meni umnogome olakšale posao. To se nije desilo preko noći. Bio je to proces izgradnje samopouzdanja. Došle su kao mlade i perspektivne, ali ne i kao dokazane igračice. Bilo je potrebno vreme i nije u pitanju samo ova sezona. To ubedljivanje da vrede trajalo je i kroz treninge, i kroz utakmice. Gradilo se, rasle su iz meseca u mesec. Videlo se kako su iznеле pritisak polufinala i finala protiv iskusnijih igračica. Međuljudski odnosi su vrlo važni u jednom ženskom kolektivu. Igračice na nas iz stručnog štaba gledaju kao na jednu veliku porodicu i to je krucijalna stvar. Zvuči možda i neverovatno, ali često na treninzima pomešam prvu i drugu ekipu, tako da devojka koja je rođena 1996. godine radi sa devojčicom 2007. godine. To pošto-



Još malo pa postava devojčica

Za pet godina koliko sam u klubu dešavaju nam se prelepne stvari. Prvi kapiten Železničara rodila je dve devojčice. Drugi kapiten Suzana Miličić takođe je rodila devojčicu, a pivot-men Emilija Mihajlović je trudna i čeka devojčicu, isto kao i desno krilo Milica Zubović. Moja supruga bi trebalo svakog dana da na svet donese devojčicu. Fali nam još jedna i eto jedne rukometne postave.

vanje prema mlađima i podrška retko gde se može videti kao ovde kod nas u klubu. Stvorili smo harmonične odnose. Devojke, bez obzira na godine i status, uvažavaju se i podržavaju. Mislim da je to jedan ozbiljan faktor koji je takođe uticao da titula dođe u Indiju. To je tas na vagi koji je uticao da se nekako zabašurimo taj nedostatak iskustva, da ta naša mladost izbjije u prvi plan. Da se razumemo, to kod žena stvoriti nije uopšte lako, ali kada se formira, onda tu nema šta ko da traži.

U klub ste stigli 2017. godine. Titula je zaključak jednog petogodišnjeg procesa. Kako je tekući proces selekcije, s obzirom da su danas u prvom planu igračice poput Tabak, Kosović, Vasiljković, vrlo mlade i sa reprezentativnim potencijalom...

Došao sam u Železničar 2017. godine kada je klub ispao u Super A lige. Dugovi su bili oko 6.500.000 dinara, a sve igračice su otišle u bolje klubove. Ostali smo sa pet domaćih igračica i bilo je jako teško. Primaran cilj je bio da se opstane u Super B ligi. I tu je bilo sumnje da li ćemo uspeti. Jedina devojka iz te prve sezone koja je i sada tu jeste golman Sofija Žak. Završili smo tu sezonu kao peti i počeo je proces stabilizacije. Počeli smo da pravimo plan i program kako da se vratimo u Super A ligu. Tada su došle Jelena Živkov, Suza Miličić (sezonu je propustila zbog trudnoće), Dunja Tabak sa 17 i po godina, Jovana Avramović, Zorana Čavrić, Tamara Kaitović, a kao drugi smo izborili plasman u Super A ligu. Ideja je bila da dovodimo mlade i perspektivne igračice. Za nešto više se nije imalo, jer klub je bio još uvek u obavezama prema firmama, stanodavcima i ostalim poveriocima. Mladim igračicama smo mogli da pružimo dobar rad i vreme na



terenu. Već te druge sezone krenuli smo u formiranje stručnog štaba. Do tada smo bili čika Joca (Jovan Živanović) i ja sa jednom garniturom dresova i 14 igračica. Priklučili su nam se fizioterapeut Đorđe Perić koji je radio sa fudbalerima Indije, koji radi odličan posao i ima svoju ordinaciju. Jedan od ključnih poteza bio je angažovanje stručnjaka za fizičku pripremu Radeta Baševića, koji je za tri godine rada sa devojkama napravio puno toga dobrog, a mene rasteretio tog dela posla i pomogao da se fokusiram na druge stvari. Tu je bio i trener golmana Bane Cvjetić koji je zbog zdravstvenih problema morao da odustane. Na njegovo mesto došla je naša nekadašnja reprezentativka Slađana Đerić, kapiten nacionalnog tima. To je bio pun pogodak, što se vidi po napretku Jovane Vasiljković, koja je došla u Indiju iz Vrbasa kao neafirmisani golman, a ovde je eksplodirala. Slađa za to ima najeće zasluge. Afirmisali smo puno mladih igračica. Tina Paunić i Tijana Simić su ove sezone odigrale junački za te godine u kojima su. Pred njima je lepa budućnost.

Još jedan dokaz kohezije koja vlada u ekipi jeste nagoveštaj da se šampionski sastav neće menjati preko leta...

Sve devojke su pod ugovorima, sve ostaju, gledaćemo da dovedemo par imena i pojačamo konkurenčiju za predstavljanje u Evropi. Želimo da unesemo svežu krv u ekipu i naravno reč je o mlađim i perspektivnim igračicama. Imaćemo bolji i jači tim. Devojke su, i pored lepih ponuda iz zemlje i inostranstva, odlučile da ostanu u klubu jer vide da imaju još prostora za napredak. Prija im da mogu da se razvijaju, da mogu da budu nosioci igre u jednoj podsticajnoj domaćoj sredini. Nije sve u imenu kluba, već je bitno da se igra. Sve one ostaju i dalje sa nama.

Pre desetak godina imali ste sličan uspešan projekat sa Maks Sportom iz Nove Pazove sa kojim ste promovisali neke od reprezentativki, ali i igrali u Evropi. Mogu li se izvući paralele?

Ovo je slična priča. Tamo nisam imao trenera golmana, ali je kondicioni trener Jovan Novaković sada u stručnom štabu A reprezentacije. Dve godine smo igrali Čelendž Cup sa mlađim rukometnicama, dolazili do četvrtfinala. Jako sam ponosan na taj period. Jedina razlika što su ljudi u Indiji bili zainteresovani da me iskoriste i oko rada sa mlađim kategorijama. Druga ekipa nam je prva u drugoj ligi, ušli smo u rang više. Imam ogromno iskustvo u radu sa mlađim kategorijama, znam kako treba da izgleda prva, druga ekipa, a kako škola rukometa i mini rukomet. Kada sam predstavio projekat, ljudi iz Indije su bili oduševljeni, ali nije bilo finansijsa. Posle godinu dana su se stvorili uslovi da krenemo da radimo. Počeo sam da živim u Indiji. Danas imamo 80-90 devojčica u mini rukometu. Može i bolje, i više, ali polako radimo. Siguran sam da će Železničar biti stabilan klub za evropske prilike barem što se tiče tih selektivnih stvari – jasan je na kraju razgovora za magazin 40x20, trener šampionskog tima iz Indije, Vlada Šimić. ■



Spektakularan plasman na SP

Muška seniorska reprezentacija Srbije uspostavila je kontinuitet učestvovanja na velikim takmičenjima plasmanom na Svetsko prvenstvo 2023 koje će se od 11. do 29. januara naredne godine održati u Poljskoj i Švedskoj. Nije žreb baraža bio naklonjen „orlovima“, kao što to nije bio ni za Evropsko prvenstvo 2022 prošlog januara, kada su se izabranici selektora Tonija Đerone namerili na selekcije Hrvatske, Francuske i Ukrajine u Segedinu. Reprezentacija Slovenije, četvrta selekcija sa EHF EURO 2020 sa zvezdamama Barselone, Vesprema i Pik Segeda, bila je favorit, ali je generacija Marsenića, Đordića, Kukića, Milosavljeva i drugova dokazala da je na pravom putu vođena od strane stručnog štaba sa španskim stručnjakom na čelu.

U prvom meču u celjskom „Zlatorogu“ upisana je velika pobeda 34:31 (20:16) u kojoj je Srbija bila predvođena sjajnim dvojcem iz portugalske Benfike, Petrom Đordićem i Lazarom Kukićem, strelicima osam, odnosno, šest golova.

Slovenija – Srbija 31:34 (16:20)

SLOVENIJA: Baznik (1 odbrana), Henigman, Marguč, Janc 7, Dolenc 1, Cingesar 2, Cehte, Kodrin, Gaber 1, Zarabec 2, Ferlin (10 odbrana), Žvižej 1, Bombač 8, Mačkovšek 7, Vlah 1, Suholežnik

SRBIJA: Borzaš 1, Sretenović, Đukić 1, Abutović, Radivojević 3, N. Ilić 2, Pešmalbek 3, V. Ilić 2, Kukić

6, Nikolić 1, Đekić, Marsenić 4, Orbović 3, Đordić 8, Cupara (2 odbrane), Milosavljev (6 odbrana)

Tri dana kasnije u kragujevačkom „Jezeru“, 4.000 ljudi iz čitave Srbije imalo je priliku da posvedoči jednoj od najlepših večeri u novijoj istoriji srpskog rukometa. Fantastičan učinak Dejana Milosavljeva između stativa bio je vodilja „orlovima“ do velikog uspeha i plasmana na Svetsko prvenstvo, nakon što je prethodno u Egiptu propušteno, jer je odluka bila da se baraž mečevi sa istim rivalom ne odigraju zbog korone, već bolje plasirani timovi iz prvog šešira automatski izbore plasman.

Sjajni čuvar mreže nemačkog Fukse Berlina bio je nerešiva enigma za slovenačke šutere. Završio je meč sa 16 odbrana i priredio jedno nezaboravno veče svim ljubiteljima rukometa u

Srbiji. Utakmica je završena pobedom naše reprezentacije – 23:20 (10:8).

Srbija – Slovenija 23:20 (10:8)

SRBIJA: Borzaš, Sretenović, Đukić, Abutović, Radivojević 4, N. Ilić 4, Pešmalbek 1, V. Ilić 1, Kukić 1, Nikolić 3, Đekić 2, Marsenić 3, Orbović, Đordić 3, Cupara, Milosavljev 1 (16 odbrana)

SLOVENIJA: Baznik, Henigman, Marguč, Janc 4, Dolenc, Cingesar 3, Cehte 1, Gaber 1, Zarabec, Ferlin (12 odbrana), Makuc, Žvižej 2, Bombač 6, Mačkovšek 2, Vlah, Suholežnik 1

Đerona izabrao za Mediteranske igre

Selektor rukometne reprezentacije Srbije, Antonio Đerona saopštio je spisak kandidata za sastav muške seniorske reprezentacije Srbije za pripreme i učešće na 29. Mediteranskim igrama, koje će se održati u alžirskom gradu Oranu od 25. juna do 6. jula 2022. godine.

Na spisku se nalaze - GOLMANI - Todor Jandrić (Kretej, Francuska), Milan Bomaštar (Ademar Leon, Francuska), Andrej Trnavac (Partizan); LEVA KRILA - Mladen Šotić (Vojvodina), Miloš Grozdanić (Koburg, Nemačka); PIVOT-MENI - Ivan Popović (Nica, Francuska), Nemanja Ratković (Vojvodina), Uroš Pavlović (Dinamo), Vuk Milenković (Metaloplastika); DESNA KRILA - Vukašin Vorkapić (Ivri, Francuska), Uroš Kojadinović (Partizan); BEKOVI - Uroš Boršaš (Feniks Tuluz, Francuska), Stefan Petrić (Partizan), Marko Milosavljević (Ademar Leon, Španija), Veljko Popović (Partizan), Marko Vignjević (Minden, Nemačka), Dušan Kasalović (Radnički), Milan Milić (Nant, Francuska), Jovica Nikolić (Vojvodina), Milan Golubović (Dinamo).

Okupljanje reprezentacije i početak priprema za Mediteranske igre zakazano je za ponedeljak, 13. jun u 14:00 časova u SC FSS u Staroj Pazovi, gde se sprovodi prva faza priprema od 13. do 17. juna. U drugoj fazi priprema od 20. do 23. juna trenažne aktivnosti naše selekcije odvijajuće se u hali Šumice, nakon čega će naša delegacija krenuti put Alžira 23. juna 2022. godine u kasnim večernjim časovima.



Reprezentacija Srbije propustila je Svetska prvenstva 2015 u Kataru i 2017 u Francuskoj, a na jednom unazad 10 godina, 2019. godine u Nemačkoj i Danskoj, osvojila je 18. mesto.

Iz Poljske i Švedske do olimpijskih kvalifikacija

Žreb za Svetsko prvenstvo 2023 na kome će učestvovati 32 reprezentacije raspoređene u osam grupa, biće održan drugog jula u poljskim Katovicama.



Selektor reprezentacije Srbije, Toni Đerona, bio je prezadovoljan urađenim u kvalifikacionom ciklusu koji je omogućio kontinuitet pojavljivanja na velikoj sceni.

– Ova dva meča su bila potpuno drugačija. Igrali smo u Kragujevcu sa mnogo više pritiska, ali je Milosavljev odradio fantastičan posao. Znali smo kvalitete Slovenije. Pobede i plasman na Svetsko prvenstvo je veoma važan za nas. Daće nam vreme da nastavimo da razvijamo ovaj tim tokom čitave ove godine do odlaska u Švedsku i Poljsku. Postoji veliki potencijal u ovom timu Srbije. Srećan sam da imam veliku grupu igrača, ne samo ovih 16, koja želi i hoće da napravi nešto u nacionalnom dresu. Znam da je većina ljudi posle žreba mislila da smo već van Svetskog prvenstva, zato sam veoma ponosan na tim i to kako smo odigrali dva ovako jaka i različita meča sa puno tenzija i emocija. Bilo je i grešaka sa obe strane, prava „old school“ utakmica. Dejan Milosavljev nam je puno pomogao.

Iskusni defanzivac Ilija Abutović ponovo je briljirao u nacionalnom dresu kada je to bilo najpotrebitije. Zajedno sa Mijailom Marsenićem i Dragom Pešmalbekom, čuvao je srpsku mrežu zajedno sa golmanima:

– Bile su dve jako teške utakmice. Znali smo da će revanš biti teži nego meč u Celju. Imali smo plan, igrali smo kako smo zamislili od prvog do poslednjeg minuta. Nekada nije išlo, ali nismo odustajali. Bilo je emocija, bilo je svega. Bilo je prelepо igrati pred domaćom publikom. Imamo dobru ekipu.

Ovo je mlada reprezentacija. Potreban nam je rad, potrebne su nam utakmice kao ove. Ovo je mnogo bolje nego da smo dobili neku slabiju reprezentaciju dva puta po 10 razlike. Ekipa rastu kroz ovake utakmice. Igrači postaju igrači na ovakvim utakmicama. Izdvojio bih Jovicu Nikolića koji je povukao kada je trebalo, a tek mu je 20 godina. Plasman na Svetsko prvenstvo je velika stvar za sve nas. Ovo je jedna zdrava ekipa, zdrava je atmosfera...

I predsednica UO Rukometnog saveza Srbije, Milena Delić, bila je zadovoljna viđenim i urađenim u kvalifikacijama za Svetsko prvenstvo 2023:

– Značajno je da uvek budemo prisutni na velikim takmičenjima. Svakako je da smo na dobrom putu da u neko dogledno vreme jurišamo i na neke veće rezultate. Izvukli smo najtežeg protivnika u baražu, zato sam oduševljena i ponosna na momke, stručni štab i na sve ove ljude što su došli da ih podrže. Splasla je vera u njih posle Evropskog prvenstva, ali ne i sa naše strane. Mislilo se da su one odlične partie sa Francuskom u kvalifikacijama bile slučajnost. Pokazalo se da to nije tako. Izuzetno je važan plasman u Švedsku i Poljsku, između ostalog i zbog toga što će se tamo boriti i za plasman u kvalifikacije za Olimpijske igre. To je najvažnije. Kragujevac je odličan kao domaćin. Ljudi su se potrudili. Odazvali su se svi koji vole rukomet. Verujem da ćemo se vraćati ovde. Malo je gradova koji mogu ovako da podrže reprezentaciju kao što to može prestonica Šumadije – jasna je prva dama srpskog rukometa. ■

Ni najlakše ni najteže



Naša ženska reprezentacija nastavlja kontinuitet učestvovanja na velikim takmičenjima. U poslednja dva kola aprilskih kvalifikacija zabeležene su pobeđe u Turskoj 36:30 i nad selekcijom Islanda 28:22 u „Kristalnoj dvorani“ u Zrenjaninu koje su devojkama u crvenim dresovima sa dvoglavim orlom donele plasman na Evropsko prvenstvo 2022 u Sloveniji, Severnoj Makedoniji i Crnoj Gori. Reprezentacija Srbije je kvalifikacioni ciklus završila na drugom mestu iza selekcije

Švedske sa četiri pobeđe i dva poraza, odnosno, osam osvojenih bodova.

Turska - Srbija 30:36 (16:17)

TURSKA: Karačam 2, Sančak 5, Ozboluk 2, Akalin, Iskit 6, Akgun 2, Turkoglu 1, Jilmaz, Goker (6 odbrana), Sahin 3, Iskenderoglu 1, Sakizkan, Čaliskan

4, Durdu (11 odbrana), Demirčelen 3, Sarıkaya 1

SRBIJA: Radosavljević 10, Trifunović, Vukajlović 2, M. Agababa 2, J. Agababa, Janjušević 4, Risović (6 odbrana), Kojić 3, Radojević 4, Kovačević 3, Stamenić, Lovrić 2, Bojičić, Stoiljković 5, Petrović, Graovac 1 (3 odbrane)

Srbija - Island 28: 22 (19:15)

SRBIJA: Radosavljević 4, Trifunović, Vukajlović, Bogojević, M. Agababa, J. Agababa 1, Janjušević 2, Risović (14 odbrana), Radojević 3, Jovović, Kovačević 2, Stamenić 2, Lovrić 3, Stoiljković 7, Petrović 4, Graovac

ISLAND: Torsteinsdotir (6 odbrana), Jakobsen, Stefansdotir, Jonsdotir 4, Gilfadotir, Knutsdotir 1, Renotudotir (2 odbrane), Orvardsdotir, ...

Raspored utakmica

Grupa B (Arena Zlatorog, Celje)

Prvo kolo

Danska - Slovenija	4. novembar
Svedska - SRBIJA	4. novembar

Drugo kolo

SRBIJA - Danska	6. novembar
Slovenija - Švedska	6. novembar

Treće kolo

Slovenija - SRBIJA	8. novembar
Danska - Švedska	8. novembar

Sastavi grupa

GRUPA A (Ljubljana)Norveška, Mađarska, Hrvatska, Švajcarska

GRUPA B (Celje)Danska, Švedska, Slovenija, Srbija

GRUPA C (Skoplje)Francuska, Holandija, Severna Makedonija, Rumunija

GRUPA D (Podgorica)Poljska, Crna Gora, Nemačka, Španija



Leto rezervisano za Mediteran

Selektor ženske rukometne reprezentacije, Uroš Bregar saopštio je spisak kandidatkinja za sastav ženske seniorske reprezentacije Srbije za pripreme i učešće na 29. Mediteranskim igrama, koje će se održati u alžirskom gradu Oranu od 25. juna do 6. jula 2022. godine.

Na spisku se nalaze – GOLMANI - Jelena Đurašinović (Jaroslav, Poljska), Marija Simić (Bekament BB), Jovana Vasiljković (Železničar); LEVA KRILA - Isidora Bogunović (Crvena zvezda), Nataša Ćetković (Srem), Tamara Voštić (Krka - Novo mesto, Slovenija); PIVOTMENI - Jelena Agbaba (Budaorš, Mađarska), Katarina Bojić (Jagodina), Edita Nuković (Union Hale, Nemačka); DESNA KRILA - Srna Sukur (Jagodina), Dunja Radević (Metalac); BEKOVI - Jovana Jovović (Budaorš, Mađarska), Dunja Tabak (Železničar), Aleksandra Vukajlović (Erd, Mađarska), Teodora Majkić (Jagodina), Una Obrenović (Medicinar), Marija Jovanović (IBV, Island), Teodora Veličković (Radnički), Lana Mijailović (Vojvodina), Helena Inđić (Radnički), Ana Tomković (Medicinar)

Okupljanje reprezentacije i početak priprema za Mediteranske igre zakazano je za ponedeljak, 13. jun u 9:00 časova u prostorijama Rukometnog saveza Srbije odakle se kreće put Bajine Bašte, gde će se sprovoditi trenažne aktivnosti u periodu od 13. do 22. juna 2022. godine. Odlazak rukometne delegacije na Mediteranske igre planiran je za 23. jun u kasnim večernjim časovima. Rukometnice Srbije će na Mediteranskim igrama u Oranu igrati u grupi B sa selekcijama Severne Makedonije, Portugalije i Turske. U Grupi A igraju Španija, Tunis, Hrvatska i Alžir.

Omarsdotir 2, Einarsdotir 2, Tompson 3, Erlingsdotir 4, Elvarsdotir, Sturludotir 1, Jonsdotir 1, Bjornsdotir 4

U Celju sa domaćinom, Švedskom i Danskom

Rukometnice Srbije će na Evropskom prvenstvu 2022 igrati u grupi B u Celju sa selekcijama Danske, Švedske i Slovenije, odlučeno je na žrebu održanom u Ljubljani. EHF EURO 2022 na programu je od 4. do 20. novembra.

Šesnaest selekcija je žrebom podeljeno u četiri grupe preliminarne faze takmičenja. Nakon takmičenja po grupama, glavna runda šampionata se igra u Ljubljani i Skoplju, a prestonica Slovenije biće poprište borbe za medalje.

Tri najbolje plasirane ekipe iz svake grupe preliminarne faze formiraće dve nove grupe glavne faze takmičenja koje će se odigrati od 10. do 16. novembra. Ekipe iz grupe A i B će formirati grupu koja će se igrati u Ljubljani, dok će selekcije iz grupe C i D igrati u novoformiranoj grupi u Skoplju. Finalni vikend takmičenja na programu je od 18. do 20. novembra 2022. godine u Areni Stožice u Ljubljani.

EHF EURO 2022 je poslednje takmičenje koje će biti odigrano u formatu od 16 ekipa jer će se već 2024. godine za naslov prvaka Evrope boriti 24 selekcije.

– Grupa u kojoj ćemo igrati na Evropskom prvenstvu nije ni najlakša ni najteža. Bili smo u četvrtom šeširu, što mislim da nismo zaslužili, pa je ishod žreba ovakav. Rivali na takmičenju su nam selekcije Danske, Švedske i Slovenije. Reprezentaciju Slovenije dobro poznajemo, domaćin je takmičenja i sa njima smo odmerili snage na Svetskom prvenstvu u Španiji održanom u decembru prošle godine. Švedska je još jedan poznat protivnik sa kojim smo igrali upravo u kvalifikacijama za ovo takmičenje. Poslednjih pet godina Švedska uz Dansku, Norvešku i Francusku spada u najozbiljnije i najbolje reprezentacije sveta. Pred nama je težak zadatak, ali ovo je sport. Igramo u Sloveniji, u Celju i baš sa optimizmom i pozitivnom energijom očekujem ovo Evropsko prvenstvo – komentarisao je žreb selektor reprezentacije Srbije, Uroš Bregar.

Golman Jovana Risović je optimista pred još jedno veliko takmičenje:

– Slovenija protivnik koga odlično poznajemo, igrali smo sa njima na poslednjem Svetskom prvenstvu i to uspešno. Igram za Krim gde većina reprezentativki Slovenije igra, tako da ih poznajem veoma dobro. Domaćini su i time će biti malo veći pritisak na nama. Selekcija Švedske je ekipa u samom vrhu evropskog rukometa. Nedavno smo u kvalifikacijama za Evropsko prvenstvo ostvarili pobedu, a zatim pretrpeli poraz od njih. Poznajemo njihove prednosti i mane i možemo se nositi sa njima. Danska je takođe među pet najboljih ekipa Evrope. Imaju sjajne igračice i sjajne golmane, ali u nekim prošlim našim duelima smo imali pozitivan skor sa njima. Biće veoma teško i izazovno ali nećemo se predati već na samom startu, to je sigurno. ■



Španski rukometni model ne postoji, ali metod je jasan

Selektor reprezentacije Srbije, Toni Đerona, bio je jedan od učesnika konferencije Handball Talks održane u martu u Beogradu u organizaciji Fakulteta za sport Univerziteta Union Nikola Tesla i portala Balkan-Handball.com. Tom prilikom, stručnjak koji je u aprilskom baražu za Svetsko prvenstvo 2023, obezbedio sa „orlovima“ kontinuitet učestvovanja na velikim takmičenjima, govorio je na temu „španskog rukometnog modela“, odnosno, postulata na kojima su španski stručnjaci postali najuspešniji u današnjem rukometu.

– Prvo što moram da kažem jeste da po mom mišljenju španski rukometni model ne postoji. Imate velike španske trenere, svetske šampione poput Valera Rivere ili Huana Karlosa Pastora, zatim osvajače najvećih titula Talanta Dušebaeva, Manola Kadenasa i drugih. Ono što možete da vidite jeste da njihovi timovi ne igraju na iste načine. Plik Seged ne igra na isti način kao

Dobri rezultati nekih trenera prave publicitet svima ostalima

– Rezultati jasno pokazuju da su španski treneri uspešni. Na kontinentalnim takmičenjima 2018. godine reprezentacije vođene Špancima uzele su zlatne medalje. Ribera je bio zlatni sa Španjom na EP, Rivera u Aziji sa Katarom, moja malenkost u Africi sa Tunisom, a Kadenas u Pan Americi sa selekcijom Argentine. Dve godine kasnije su svi ponovili uspehe, samo je Tunis smenio Egipt sa Parondom na čelu u Africi. U poslednjih šest sezona EHF Ligu šampiona četiri puta su osvojili španski treneri, Dušebaev, Gonzales, Parondo i Paskval. Od 24 kluba 17 su vođena od strane španskih stručnjaka. Dobri rezultati nekih trenera prave publicitet svima ostalima. Tako je bilo nekada sa jugoslovenskim trenerima koje si mogao da nađeš svuda. Sada je to slučaj sa Špancima. Imamo mogućnost da idemo i da radimo van Španije – jasan je Đerona.

Benfika na čijoj klupi sedi Čema Rodriguez gde se igra sa tri pivotmena i samo dva beka. Zato kažem da ne postoji jedan model – rekao je Toni u uvodnom delu izlaganja i nastavio:

– Iako ne postoji model, postoji metod po kome radimo. Način na koji radimo sa timovima, nekada dovede do rezultata, nekada ne, ali postoji metod iza koga stojimo. Mogu reći MI, jer ono što je bitno istaći za španske trenere je da smo uvek u kontaktu. Ne postoji nedelja da ne pričam bukvalno sa svima. Stalno pričamo između sebe o nekoj situaciji koja se desila te nedelje, igraču ili kada dovodiš igrača u klub, naravno da će dobiti sve neophodne informacije od onoga ko je tog igrača prethodno trenirao. Za španske trenere niko nije važniji nego tim. Niko, ali niko, ni trener, ni igrač. I to nije neka floskula i poštupalica. Sve moramo da uradimo da omogućimo timu da napravi rezultat. Svaki dan razmišljamo šta možemo da uradimo da pomognemo timu da bude bolji. Da li da napravimo video, da li da uradimo individualni trening, popijemo kafu sa igračem koji je u problemu ili da mu damo slobodno. Morate imati holistički pristup, globalno gledati, šta možete uraditi da bude bolje.

Sportske performanse

– Disciplina je važna, ali moramo imati razumevanje i prepoznavati situaciju. Na primer, okupljanje reprezentacije je u nedelju popodne. Jedan od igrača me je zamolio da dođe u ponedeljak ujutru jer želi da veri svoju devojku u nedelju popodne i napravi ručak. Da li se držati plana i ne dozvoliti mu, imati ga nervoznog na okupljanju ili biti fleksibilan, a imati zadovoljnog i srećnog igrača dan kasnije? Sve je u pristupu.

– Svi znamo da rezultati zavise od fizičkih, psiholoških, taktičko-tehničkih karakteristika, a ja ću se najviše osvrnuti na ove psihološke. Španski treneri su dobri „kuvari“ u tom smislu. Ono što je potrebno jeste:

– Shvatiti kompoziciju tima, igrača i stručnog štaba. Potrebno je izabrati najbolje igrače, ali najbolje za tim. Isto tako i za stručni štab. Kada sam došao u Srbiju bilo mi je jako važno da ljudi pričaju u stručnom štabu govore engleski i španski. Naravno, razgovarao sam i sa ljudima u Španiji koji su radili sa Ratkom Nikolićem, Dimitrijem Pejanovićem i Žikicom Milosavljevićem, da čujem njihovo mišljenje o njima. Bilo mi je važno.

– Ići malo iznad tehnike i taktike u odnosima sa igračima i stručnim štabom. To ne znači da treba da budeš najbolji prijatelj sa igračima, nego da oni znaju da si tu ako te trebaju, da uvek mogu da me pozovu ako imaju problem 24 sata sedam dana u nedelji. Imao sam i loša iskustva kada sam se davao puno, ali jako je bitno da im date sebe. Trener nije samo odradivač treninga.

• Rad pre i posle treninga je podjednako bitan.

• Obraćanje pažnje na detalje, kolektivne i individualne

• Kontinuirano razmenjivanje informacija i razgovor

– Tretirajte druge kao što želite da vas drugi tretiraju. To je istina. Čuli ste puno puta, ali ima nešto što je još moćnije i bolje – kaže Đerona i otkriva pravilo po kome se vodi u radu sa ljudima u timu:

.....



– Tretirajte druge kao što ONI žele da ih tretirate. Imate igrače koji žele da ih pogurate, da ih pritisnete, neki žele da budete grubi sa njima, neki žele da budete mekani. Saznavanje šta kom igraču treba, veoma je važno. Taj momenat je veoma bitan za vaš trenerski uspeh. Morate znati šta kome treba, kako među igračima, tako i u stručnom štabu.

– Moram svakome da objasnim njegovu rolu. Ne mogu da dam istu rolu Urošu Borzašu i Petru Đordiću. Svako ima svoje mesto. Moram jasno da im odredim ciljeve, a pre toga moram da znam njihovu motivaciju. Da li ste pitali igrače šta je njihova motivacija? Ako znate njihovu motivaciju, znate šta ih pokreće, gde leži njihova snaga.

– U Šartru igraju momci koji žele da obezbede dobar život svojoj familiji, i to treba znati i u pojedinim trenucima ih pogurati kada je teško. Takođe, ne znam ni jednog asistenta koji to želi da ostane celu svoju karijeru, ali tražim odanost i lojalnost. Poštujem motivaciju da se bude glavni trener i to je jedini način da čovek bude zainteresovan i motivisan za svoj posao. Kada sam na prošlom EURO 2022 dobio COVID-19 bilo mi je jako važno da znam da u stručnom štabu postoje treneri koji su spremni da preuzmu trenažni proces dok sam ja zatvoren u sobi.

– Svi treneri su upravljači menadžeri. Oni stvaraju trenažni procesi, određuju rasporede, ali ako hoćete da budete lider, onda morate da menjate ponašanje igrača i radite na njegovoj transformaciji. To nije lako. Jedna od prvih lekcija koju sam dobio od legendarnog Valera Rivere kada sam 1999. godine ušao u sistem Barselone jeste da ako želimo da postoji disciplina i sve ono što već piše u tim nekim regulativama, onda trener mora da bude taj primer i referenca kada je tako nešto u pitanju. Trener je primer po svakom pitanju. On je i transmiter znanja. Nadam se i verujem da će ljudi koji su sada u u stručnom štabu jednog dana biti selektori nacionalnog tima, jer to tako treba i mora da bude.

Stručni štab

– Morate dati jasne ciljeve ljudima. To je najbitnija stvar. Na treningu, na mečevima, na putovanjima. Svako mora imati deo odgovornosti. Svako u tom smislu ima i svoj deo uspeha. I najmanja stvar je bitna. Svako mora da bude involviran u proces. Potrebno je vreme da svi to shvate, da sistem počne da funkcioniše, ali kada se uloge podele i kada neke stvari krenu da funkcionišu, onda je sve puno lakše.

– U mojim timovima vlada autoritativna demokratija. Svi mogu da iskažu svoje mišljenje, ali ja donosim odluku na kraju. Svojim asistentima uvek govorim: „Ne pričajte mi ono što hoću da čujem, već ono što stvarno mislite. Ako nemate svoj stav, onda ste mediokriteti.“ Ništa nemam od toga ako nešto predložim, a svi u glas kažu „Da, da, šefe, to je to“. Potrebno mi je da budem okružen ljudima sa karakterom i samopouzdanjem u koje imam poverenje. Kada si na vrhunskom nivou, jedna odluka u jednoj sekundi je presudna. Tu nemaš prava na grešku. Kada pobediš, puno je prijatelja, kada izgubiš, još više neprijatelja. Zato je bitno biti okružen ljudima u koje

imaš poverenje, koji ti daju mir i samopouzdanje. Za kraj, napominjem najvažnije stvari.

- **Metod ima veliku važnost. Kako kreiramo grupu, kako postavljamo ciljeve, kako trebiramo članove grupe,**
- **Opsesivno bavljenje detaljima,**
- **Mogućnost da ljudi motivišite u istom smeru je preduslov za uspeh,**
- **Možete biti najbolji „kuvari“, ali bez dobrih igrača je uspeh nemoguć. ■**

Devet treninga nedeljno

Naveo je Toni Đerona i primer generacije juniora i B tima španske Barselone koju je trenirao u periodu od 2007. do 2014. godine, a iz koje je izašao veliki broj vrhunskih rukometara.

– U Barseloni smo se suočili s tim da nemamo lokalne igrače u timu još od Viktora Tomasa koji je bio u poslednjoj fazi karijere. Krenuli smo da radimo sa generacijom i izbacili Rodriga Koraljesa, Gonzala Pereza de Vargas, Gomeza Abelja, Aitora Arinja, Danija Dujšebaeva. Imali su odlične uslove za rad. Trenirali su 9 puta nedeljno čak 40 nedelja godišnje i tako 4-5 godina u nizu. Jako obiman program. Razmislite koliko vi radite treninga godišnje?

Zlatna generacija iz Minhena je pronašla svoj put



Srpski treneri i ljubitelji rukometa imali su priliku da u martu na konferenciji Handball Talks vide i čuju legendu jugoslovenskog i svetskog rukometnog Vlada Štencla. Čovek – rukometna istorija, osvajač prvog olimpijskog zlata sa selekcijom Jugoslavije na Olimpijskim igrama u Minhenu 1972. godine i svetskog najsajnijeg odličja sa reprezentacijom Zapadne Nemačke šest godina kasnije na Svetskom prvenstvu u Kopenhagenu, posle 52 godine boravio je u Beogradu na poziv urednika Balkan-Handball.com Žike Bogdanovića u saradnji sa Fakultetom za Sport Univerziteta Union Nikola Tesla.

Zajedno sa članom zlatne olimpijske generacije jugoslovenskog rukometnog i najkorisnijim igračem turnira u Minhenu, Milanom Lazarevićem, čuveni Štencl, koji penzionerske dane provodi u selu Tomaševići pored Šibenika, podsetio se najboljih dana svoje karijere, ali i dao bezbroj korisnih saveta današnjim trenerima.

Tema i povod „50 godina od osvajanja olimpijskog zlata“ prvog u istoriji našeg sporta, s obzirom da rukomet pre toga nije bio deo olimpijskog programa. Prigodna priznanja Štenclu i Lazareviću dodelio je generalni sekretar Olimpijskog komiteta Srbije, Đorđe Višacki.

– Lepo je videti i podsetiti se detalja koji su obeležili jedno vreme na ovim prostorima i činili rukomet sportom broj 1 u tom trenutku. Osnova za razvoj sporta jeste da se ne zapostavi individualni rad igrača. Sa zagrebačkim Medvešćakom sam

• • •

došao do finala Kupa šampiona 1965. godine, nakon čega smo u Crvenki stvorili prvi profesionalni klub u ondašnjoj velikoj Jugoslaviji. Iz te Crvenke kasnije su Živković i Fajfir učestvovali u stvaranju jake Metaloplastike deset godina kasnije – rekao je, između ostalog, u svom dvosatnom izlaganju, trener koji je na klupi nacionalnog tima sedeо od 1967. do 1972. godine.

– U reprezentaciji sam imao po šest Hrvata, Srba i Bosanaca. To je bilo sasvim slučajno. Jedini kriterijum bio kvalitet, a ne nacionalnost, ni veze, ni prijateljstva. Jednostavno, kvalitetnih igrača koji bi zadovoljavali kriterijume u Sloveniji, Makedoniji i Crnoj Gori u tom trenutku nije bilo. Sportska igra traži inteligentne ljude. Volim da se našalim pa kažem da što su igrači pametniji to trener može biti gluplji. Ta zlatna olimpijska generacija je bila vrlo inteligentna ekipa. Među njima je bilo i vrhunskih prijateljstava. Tih godina rukomet je bio jak samo u istočnom bloku. SSSR, istočna Nemačka, Rumunija, Mađarska, Čehoslovačka i Poljska. Rumuni su bili svetski prvaci sa šest meseci provedenih zajedno van kuće. To je bilo ubitačno. Bilo mi je jasno da to ne može biti dobro, da je ljudima potreban odmor i da mi taj sistem ne možemo da pratimo. Uzeo sam sistem američke košarke, gde će igrači biti u klubovima, ali da će nakon kratkih priprema biti spremni da pobede svakoga. Igrači su dobili planove za rad kod kuće kako bi podizali formu. Kontrolisao sam njihovu formu kroz trodnevne pripreme, turnire ili utakmice. Igrali smo 35 turnira pre Minhen. Na Zapadu se treniralo dva puta

nedeljno, a Istok je radio dva puta dnevno. Mi smo bili negde u sredini – pričao je Štencl u dahu.

Najbolji igrač olimpijskog turnira, Milan Lazarević, podsetio je okupljene trenere i studente na te dane i svoju generaciju.

– Bilo je razvijenih rukometnih centara širom Jugoslavije, rukomet je bio rasprostranjen. U našem sportu je cela atletika, veoma je zahtevan. Bazira se na bacanju, skakanju i trčanju. Posle Olimpijskih igara i tog fantastičnog uspeha propustili smo priliku za popularizaciju i bolje pozicioniranje rukometa u tadašnjoj velikoj državi. Kada je Vlada zatražio odredene minimalne uslove koji bi pomogli razvoj rukometa, Savez to nije prepoznaо i on je odlučio da ode u Nemačku. Košarka je imala bolje ljude i uzore u vanzemaljcima koje je kopirala, a to je bila Amerika i NBA. Mi smo tada bili najbolji na svetu. Selekcija te generacije je trajala i urađena je izuzetno temeljno i ozbiljno. Bili smo podređeni cilju, formirana je jaka grupa igrača koja gotovo da nije imala nikakve izmene u periodu posle Svetskog prvenstva 1970 u Francuskoj, gde smo osvojili bronzanu medalju, prvu u istoriji.

Vlado Štencl podelio je sa prisutnima svoja razmišljanja o stvarima koje su preduslov za uspeh, kao i o onome što mu smeta u današnjem rukometu.

– Psihološka priprema je izuzetno važna i mislim da su je današnji treneri zapostavili. Kondicionim trenerima smo dali preveliku važnost, a oni dolaze iz redova klasičnih DIF-ovaca koji ne razumeju

suštinu rukometnog sporta. Pred odlaska u Minhen pobedili smo na 35 turnira zaredom i jedino o čemu sam razmišljaо pre polaska na put je kako da izgubimo na poslednja dva, jer sam znao da nećemo osvojiti zlato ako odemo bez poraza za Minhen. Znao sam. Opasnost od potcenjivanja je ogromna. Od srebra do zlata ogroman je put. Tu nedostaje puno, nikada to nije malo. U jugoslovensko vreme imali smo jakog menadžera Ivana Snoja koji je godinama u Dalmaciji organizovao i dovodio na-

jkvalitetnije svetske trenere, najaktueltije, od kojih su oni koji su hteli da nauče, mogli da nauče. Demonstratori su bili juniorski reprezentativci Jugoslavije. Dolazio je trostruki svetski šampion sa Rumunijom Nedef, ko god je pametan, imao je šta da čuje i zapiše. To je bila jugoslovenska škola rukometa. Šta sada imamo? Kako danas učimo? Od mene su učili Nemci. Vinko Kandija je dolazi na svaki moj trening. Čak je i sadašnji predsednik IHF Hasan Mustafa zapisivao.

Kako je nastala 3-2-1

Čovek koji je odbranu 3-2-1 uveo u vrhunski rukomet, objasnio je kako se to u stvari desilo...

– Odbranu 3-2-1 našao sam u mlađom timu Vihora koju sam preuzeo i koja je kasnije prešla u Medveščak. Jedan student je bio trener, kasnije doktor. To sam video, halfovi su bili niski, mali igrači, bekovi veliki igrači. Odmah mi je bilo jasno o čemu se radi. Bilo je jasno da halfovi moraju biti brzi gotovo pa kao lopta. S tom odbranom smo pobedivali sve dok Čehoslovaci nisu došli sa dva jaka pivotmena i dva super beka. U statistici su nas stigli na 16:16, dok smo Rumune rešavali lako. Pošto protiv Čehoslovaka više nismo pravili prednost, uveli smo odbranu 6-0, ali onaku kakva se retko igra danas. Igrali smo blokerski, šut kroz glavu nije postojao, imali smo pravi odbojkaški blok. Direktnih šuteva nije bilo. Ta odbrana je osvojila Minhen. Posle su je Rusi preuzeli i stavili u knjige, uveli da se ne može igrati bez dvometraša. Prvo su oni uveli visokog pivotmena. Moja ideja je još uvek brz i jak pivotmen. Tako da je 3-2-1 odbrana ostala samo za Rumune. Ona je izumrla, jer se prebrzo prebacuje lopta i stvara višak. Mora da se transformiše u 5-1 ili 5+1. U današnje vreme pasivnog napada može se koristiti kao iznenadenje, naročito jer su krila odmorna, a može da posluži i da se bekovi sačuvaju isključenja. Priča je vrlo interesantna. Pravila su neprijatelj rukometa broj 1. Ne možeš igrati čoveka jer ti dode sedmi igrač. U suštini golman rešava utakmicu. Kada je 5-6 razlike možeš ići kući, a košarka je izmisnila trojku i uvek je moguć preokret. Mi smo dosadan sport, to nije interesantno kako mi mislimo. Kod nas publika može kući na +7. Kolos od dva metra pravi sedmerce i neki klokani to zabija. Pa kakav je to sport? Pravila su nam sve gluplja i gluplja – jasan je bio Vlado Štencl.



Šampioni Srbije – sezona 2021/2022





Liderstvo pravi razliku u trenerском појлу

Trenutno je reprezentacija Švedske na evropski vrh posle 20 godina osvajanjem pobedničkog pehara na EHF EURO 2022 u infarkt finalu sa Španijom golom Niklasa Ekberga u poslednjoj sekundi sa linijskim sedam metara, a u samo godinu dana mandata odigrao je dva finala na velikim takmičenjima uz plasman na Olimpijske Igre u Tokiju. Norvežanin Glen Solberg (50), proslavio je u februaru 50. rođendan, a par nedelja pre toga osvojio je rukometni svet svojim nenačitljivim stilom koji podseća na zlatnu eru čuvanog Bengta Johansona, jednog od najvećih stručnjaka svih vremena posle čijeg mandata devedesetih godina Švedska je ostala bogatija za čak šest zlatnih medalja sa velikih takmičenja.

Kakva su razmišljanja i trenerska filozofija čoveka koji je trenutno preoteo primat u svetskom rukometu od Danaca, Francuza i Španaca, pročitajte u ekskluzivnom razgovoru za junske dvobroj magazina „40x20“ Zajednice trenera Rukometnog saveza Srbije. Nekadašnji srednji bek Dramena, nemačkih klubova Nordhorna i Flensburga, kao i španske Barselone, napravio je višegodišnju pauzu posle kačenja „patika o klin“ 2008. godine, obzirom da je trenersku karijeru započeo 2014. godine kao asistent u stručnom štabu selekcije Norveške, ali je očigledno spreman dočekao najveća iskušenja.

Glen, šta su vaši zadaci i kako izgleda radna nedelja između okupljanja, kvalifikacionih ciklusa i velikih takmičenja?

Moj najveći fokus je na igračima. Pratim sve što je vezano za reprezentativne kandidate, analiziram ono što oni rade u klubovima, pokušavam da im pomognem, posećujem ih, razgovaram sa njima o onome što nas čeka u našem procesu. Van EHF nedelja kontakt sa igračima je najbitniji. Odgovoran sam za sve nacionalne selekcije A i B tim, kadeti i mlađe kategorije. Pravim balans između A tima i mlađih kategorija koje su takođe veoma važne. To su glavne stvari kojima se bavim.

Koliko vam je važna i komunikacija sa trenerima vaših igrača u klubovima?

Veoma je bitno da razvijate odnose i sa njima. Imamo respekt jedni za druge, imam svoju agendu, ali svestan sam da su ti igrači praktično njihovi. Moram da razumem i potrebe trenera i ciljeve kluba, u kojima nastupaju moji reprezentativci, i da

sve to uklopim u neki mozaik koji pravim sa reprezentacijom. Što se bolje razumemo, imaćemo bolje rezultate na oba polja.

**Koliko igrača pratite kada je u pitanju A
tim?**

Uvek radim sa najmanje 28 igrača, po četiri igrača na svakom poziciji. To je neki minimum, ali realno uvek ih ima više.

Kakav je po vašem mišljenju cilj i funkcija B reprezentacije?

Sve je u broju međunarodnih utakmica. To iskušto je jako važno za igrače iz domaće lige koji nemaju internacionalne mečeve. Bez tog specifičnog iskustva teško je odmah ih spremiti za A tim. Tako smo radili i sa reprezentacijom Norveške. Puto-

Male su razlike između prve i desete reprezentacije u evropskom rukometu. Dolaze novi timovi, pogledajte Holandiju, pa Island koji se vratio na velika vrata sa jakom reprezentacijom, a tu je i Srbija koja ima jako dobar tim. Ono što sam video protiv Francuske u kvalifikacijama za Evropsko prvenstvo i sada Slovenije u baražu za SP 2023 bilo je impresivno

Pratim sve što je vezano za reprezentativne kandidate, analiziram ono što oni rade u klubovima, pokušavam da im pomognem, posećujem ih, razgovaram sa njima o onome što nas čeka u našem procesu

vali smo sa B selekcijom na turnire u Mađarsku, Poljsku, svuda gde smo mogli da omogućimo igračima da steknu to neophodno iskustvo i razvijaju se kroz utakmice na tom nivou. Igranje u nacionalnom dresu je posebna stvar, to je iskustvo za mладог igrača je korisno i neophodno ako na njega ozbiljno računamo u budućnosti.

Trenersku karijeru počeli ste kao asistent Kristijanu Bergeu na klipi selekcije Norveške. Pravi ste čovek da nam kažete ko ima veći rukometni potencijal Norveška ili Švedska?

Teško pitanje, svako ima neke svoje prednosti. U Švedskoj je više igrača po poziciji, veći je izbor. S druge strane, Norvežani imaju veoma dobar tim, dosta novca i resursa koji omogućavaju stvaranje jakе organizacije i svega onoga što prati sport u jednoj zemlji.

Prošlo je tri meseca od istorijskog uspeha u Budimpešti. Švedska je ponovo, nakon 20 godina od trijumfa i oproštaja čuvene generacije Bengta Johansona predvođene Vi slanderom, Olsonom, Levgrenom, Svensonom, Vranješom, na najvišem postolju.

Tri poslednja meča na turniru bila su naša najbolja. Naša odbrana je bila neverovatna tokom celog turnira. Imali smo 24 primljena gola u proseku. Moramo da nastavimo u tom pravcu, da radimo sa timom i pričamo sa igračima kod kojih se vidi želja



da se na ovome ne stane. Oni stvarno žele još da napreduju, a svaki individualni napredak će nam doneti boljitet. Osnovno je da smo razvili kulturu u kojoj igrači žele da budu bolji svakog narednog dana. Rezultat je posledica, a znamo da za njega treba puno stvari da se poklopi. Male su razlike između prve i desete reprezentacije u evropskom rukometu. Dolaze novi timovi, pogledajte Holandiju, pa Island koji se vratio na velika vrata sa jedom reprezentacijom, a tu je i Srbija koja ima jako dobar tim. Ono što sam video protiv Francuske u kvalifikacijama za Evropsko prvenstvo i sada Slovenije u baražu za SP 2023 bilo je impresivno. Male su razlike...

Dolazimo iz različitih kultura i mentaliteta. Na našim prostorima nije baš često viđeno da treneri prepuste igračima ili asistentima vođenje tajm-autu. To je skandinavski model koji očigledno daje rezultate. Kako vigelete na to, s obzirom da su ljudi nekada i zbumjeni kada vas vide kako čuite i nadgledate komunikaciju između igrača u nekim bitnim momentima.

Igraо sam na poziciji srednjeg beka i moje kompletно rukometno iskustvo mi govori da ljudi na terenu bolje osećaju ritam i puls utakmice od bilo koga ko stoji van. Oni jednostavno mogu brže da dođu do odgovora da li je nešto dobro ili loše. Imam dosta fantastičnih igrača u timu sa puno iskustva sa najviše scene i apsolutno im verujem. Za

Toni Đerona zna rukomet, predan je, poznati su mi njegovi kvaliteti. Siguran sam da će biti sve bolji i bolji, odnosno, da neće biti lako igrati protiv njih u budućnosti

mene je bitno da im pokažem put, da im predstavim kako želim da igramo, ali igrači su ti na kojima je poslednja odluka, da li bi trebalo da šutnu, dodaju pivotmenu ili krilu. To oni u tim trenucima znaju bolje od mene. Ono što tražim je da imam filozofiju naše igre, da se ispoštuju neke osnove, a igrači su tu da donose odluke na terenu. To je za mene normalan tok stvari. Dok god se drže plana, dok god stvari idu u smeru koji sam postavio, za mene nije bitno ko će pričati na tajm-autu. Moramo verovati igračima i dati im slobodu.

Da li ste uvek mirni ili postoje trenuci u kojima povisite glas u svačionici?

Kada krene loše i vidim da igrači nemaju rešenje u nekoj određenoj situaciji, tu smo mi iz stručnog štaba da im pomognemo. Tada nastupa trener, u napadu ili odbrani. Osnova je da se spremimo pre utakmice, na treningu. Puno pričamo, imamo plan koji je zajednički stvoren, a ne nametnut. Komuniciramo normalno za vreme utakmice i razumemo

jedni druge u stvarima koje su nam bitne i zajedničke. Zato je komunikacija jedna od najbitnijih stvari. Važno je držati se plana. Važno je da svi razumeju šta se od njih traži. Onda možemo biti fleksibilni.

Trenutno ste u potrazi za asistentom, s obzirom da je sa prethodnim raskinut ugovor posle uspeha u Budimpešti. Na Svetskom prvenstvu 2021 u Egiptu na tribinama je zadužen za odbranu sedeо Tobias Karlsson, sa kojim ste održavali vezu tokom utakmice preko slušalica. Šta vam je bitno pri izboru saradnika?

Za mene je najbitnije da imam čoveka pored sebe koji vidi rukomet na isti način kao i ja. Moramo da delimo iste vrednosti, da smo podjednako motivisani i slažemo se oko pravca u kojima proces treba da ide. Potrebno je da ima respekt prema mom radu i veruje u mene kao lidera. To su najbitnije

stavke. Pored rukometnih stvari, liderstvo je najvažnija osobina za postizanje uspeha. Ono pomaže da svi zajedno donosimo najbolje odluke, počevši od nas pa do poslednjeg igrača na terenu.

Španski treneri, kao najuspešniji na svetu poslednjih godina, fokus bacaju na svaki mogući detalj, a video analizu su doveli do savršenstva. Koliko je video bitan i zastupljen u vašem radu, odnosno, šta je suština vašeg uspeha?

Kao što znate za rad u reprezentaciji ima malo vremena. Trudim se da vreme posvetimo sebi, a ne drugima. Najbitnije je kako mi možemo da iskoristimo maksimalni potencijal našeg tima, da vidimo šta želimo u odbrani, kontranapadu i napadu. S druge strane, pokušavamo da izvučemo tri-četiri najkvalitetnije stvari kod protivnika i njih što kraće i jednostavnije prezentujemo igračima. To pokušavamo da zaustavimo i osjetimo. Jedan od najvažnijih faktora uspeha je rad u malim grupama. Imamo golman-

ski tim, odbrambeni, napadački. Svi rade u malim grupama, svako je važan, svi komuniciraju između sebe. Srednji defanzivni blok između sebe rešava određene situacije, kako zaustaviti Nenadića, recimo. Kada je veća grupa, onda pričaju uvek isti igrači, dok je u manjim grupama lakše komunicirati i svi uzimaju učešće. Svi se pitamo i tražimo rešenje. Na taj način dolazi se do svakoga u ekipi, svako se oseti bitnim i odgovornim. To je jako bitna stvar i jedan od prioriteta u mom radu.

Vratili ste Švedsku na evropski vrh tačno 20 godina od poslednjeg zlata na EHF EURO 2002. Kakav je efekat proizveo trijumf u MVM Domu u Budimpešti?

Živim u Norveškoj pa ne mogu da svedočim iz prve ruke, ali prema onome što sam čuo od saradnika, efekat je veliki. Poraslo je interesovanje dece i upis na rukomet. To je velika stvar za naš sport. To mi je greje srce. Baš sam ponosan, jer je to suština. Da deca žele i nešto drugo da treniraju, a ne samo da igraju fudbal.



Igrali ste finale Svetskog prvenstva 2021 u Egiptu što je predstavljalo najveće iznenadenje turnira. Sada posle osvojenog zlata na EHF EURO 2022, jasno je da Švedska neko ko se pita i ko je među favoritima u budućnosti. Čeka vas Svetsko prvenstvo 2023 koje organizujete zajedno sa Poljskom. Završnica je u Stokholmu. Da li očekujete da se nađete u drugačioj ulozi i kako ćete se nositi sa pritiskom koji je neminovan?

Ne znam da li smo favoriti, ali znam da će biti pritiska. Moramo pričati sa igračima o tome jer znam šta nas čeka. Potrebno je naći pravu meru i način kako se nositi sa medijima pre i za vreme turnira. Jako je važno pričati o tome. Znam kako mediji funkcionišu, uvek je „pobedi ili umri“ momenat, uvek je crno ili belo. Verujem da će svi očekivati da napravimo najviše, da neće biti sredine. Zato je važno da zadržimo čvrstinu grupe, da se držimo zajedno u bilo kojoj situaciji, i kada dobijamo, i kada gubimo. Ako stvorimo jaku grupu koja deli iste vrednosti, to je glavni putokaz uspeha.

U kom segmentu rukomet kao igra može još da napreduje?

Uvek mislim na odbranu. U tom segmentu možemo puno naučiti iz košarke, koja je ekstremno dobra u igri 1 na 1. Jako je teško davati golove u igri 6 na 6. Mi, Skandinavci igramo 6-0 i to je teško nadigrati. Odbrana može da bude još intenzivnija, da igrači rade još jače. Razvoj fizičkih potencijala igrača je nešto što nema granice. Potrebno je spremiti čoveka da trči puno. To je izuzetno bitno.

Šta biste promenili u pravilima rukometne igre?

Odmah bih ukinuo igru 7 na 6. To rukometu nije potrebno. Rukomet je igra 6 na 6 i moramo da je razvijamo u tom pravcu. Ako si dobio isključenje zbog grube igre više nisi kažnjen, jer uvek možeš da igraš 6 na 6. To nema smisla

Glen Solberg

Datum rođenja: 18. februar 1972.

Igračka karijera: 1983-199 (Rajštat); 1992-1997 (Dramen); 1997-2002 (Nordhorn); 2002-2004 (Barcelona); 2004-2006 (Flensburg); 2006-2008 (Dramen)

Trenerska karijera: 2014-2016 (asistent selektor Norveške); 2015-2019 (St. Halvard); 2020- (Švedska)

razvijamo u tom pravcu. Ako si dobio isključenje zbog grube igre više nisi kažnjen, jer uvek možeš da igraš 6 na 6. To nema smisla. Nadam se da će jednog dana ukinuti to besmisленo pravilo.

Koje kompetencije mora da ima trener modernog doba i da li se njegovi kvaliteti razlikuju od vrhunskih trenera 20-30 godina unazad?

Liderstvo je veoma bitno. Ono je ključ i pravi razliku u današnje vreme. Potrebno je ljude uveriti u svoje ideje. Taktički, takođe, možemo dalje razvijati rukomet. Tu vidim još prostora.

Reprezentacija Srbije ostvarila je napredak pod vođstvom Tonija Đerone u prethodnom periodu. „Orlovi“ su se plasirali na Svetsko prvenstvo 2023. Kakvo je vaše mišljenje o njima?

Reprezentacija igra dobro, razvija se pod vođstvom Tonija Đerone. Toni zna rukomet, predan je, poznati su mi njegovi kvaliteti. Siguran sam da će biti sve bolji i bolji, odnosno, da neće biti lako igратi protiv njih u budućnosti – zaključuje razgovor za magazin „40x20“, selektor aktuelnih evropskih šampiona, Glen Solberg. ■

Odmah bih ukinuo igru 7 na 6. To rukometu nije potrebno. Rukomet je igra 6 na 6 i moramo da je razvijamo u tom pravcu. Ako si dobio isključenje zbog grube igre više nisi kažnjen, jer uvek možeš da igraš 6 na 6. To nema smisla

Čovek koji je obeležio jednu eru

Bengt Johanson, jedan od najvećih trenera u istoriji rukometa, napustio je životnu scenu početkom maja u svojoj 79. godini. Legendarni selektor reprezentacije Švedske u periodu od 1988. do 2004. godine, obeležio je jednu rukometnu epohu i ostavio veliki trag u razvoju našeg sporta. Generacija švedskog rukometa predvođena Magnusom Vislanderom, Stafanom Olsonom i Tomasom Svensonom vladala je svetskom rukometnom scenom devadesetih godina prošlog veka. Zlatna generacija „tri krune“ osvojila je pobedničke pehare na čak šest velikih takmičenja u periodu od 1990. do 2002. godine, kada se i zvanično oprostila pred svojom publikom na EHF EURO 2002.

Četiri zlata na Evropskim prvenstvima (1994, 1996, 1998 i 2002) i dva na planetarnim smotrama (1990 i 1999), bilans su čuvenih „Bengan Boysa“, koji njihovog selektora Johansona stavlja na drugo mesto „večne liste“ po broju osvojenih najsajnijih odličja. Više zlatnih medalja od Bengta Johansona ima samo nekadašnji selektor reprezentacije Francuske, Klod Onesta - osam. Za 16 godina selektorskog mandata

njegova selekcija osvojila je čak 13 medalja na velikim takmičenjima. Jedini neostvaren san svih generacija švedskog rukometa, zlato na Olimpijskim Igrama, ostalo je nedosanjano, a za vreme Johansonovog mandata, osvojene su čak tri srebrne medalje u Barseloni, Atlanti i Sidneju!

Vrhunski rezultati samo su jedan deo legata koji je ostavio nekadašnji švedski reprezentativac na poziciji pivotmena iz šezdesetih godina prošlog veka. Svojim specifičnim stilom, radom na timskoj kulturi u čemu je bio avantgarda, Johanson je postavio pravac koji u radu sa ekipama i danas slede mnoge trenerske škole širom sveta.

Pred srpskom trenerskom publikom Bengt je imao interesantno izlaganje 2003. godine u okviru seminara na „Kupu nacija“, kada je upravo govorio o „tim bildingu“ kao jednoj od osnova izgradnja kulta reprezentacije i na njemu ostvarenih vrhunskih rezultata.

- Želeli smo da nam Johanson održi predavanje na temu 6-0 odbrane, ali on je insisti-

rao da je mnogo važnije da govorи o građenju timskog duha koji je doveo do osvajanja 13 medalja na 14 velikih takmičenja - rekao je tada profesor Jezdimir Stanković najavljujući svog kolegu. - Kao trener trebalo bi da postavite sebi pitanje šta je vaš put? Unutrašnji i spoljašnji život moraju biti u skladu. Prva stvar kod liderstva mora biti način gledanja i postizanja životnog sklada. Moramo kontrolisati emocije putem zdravog razuma. Kada ste trener, ne smete biti samo kontrolor, morate biti komunikator. Morate imati energiju, pasiju i angažovanost. Ne možete biti ni dobar trener, ni igrač, ako je novac prva motivacija. Jako bitna stvar je strategija koju stvarate zajedno sa, a nikako mimo igrača. Ne možete donositi odluke koje nisu u slozi sa onim što igrači misle. Zajedno ste jači. Volim da igrači učestvuju u procesu, volim kooperaciju, gledanje šire slike. Nekada morate i svojim autoritetom neke stvari da izgurate. Zadovoljstvo je jako bitno. Igrači moraju biti zadovoljni. Samo tako će biti fokusirani na rad. Rukomet je njihov posao. Ako su zadovoljni, biće dobri na poslu, u porodici i među prijateljima. Fokus počinje kada se pređe linija terena. Često kažem da volim da radim sa motivom, a ne sa novcem. Dnevница u švedskom timu je 40 dolara i na to moramo plaćati porez. Kada sam došao bila je 20. Zato je jako bitno da radimo srcem, da imamo zajedničko zadovoljstvo i pronađemo ono što nas diže kao grupu. Ne sećaš se vežbi, treninga, utakmica, ali se sećaš svega okolo što nam se dogodilo kao timu. Radim sa ličnostima i želim od svakoga pojedinačno da po kaže svoju ličnost. Tim je bitan, ali i svaki njegov deo. Personalni razvoj je najjača motivaciona snaga u životu. Šef uzima sve, ali prvo igrači moraju da porastu. - govorio je tada pred srpskim trenerima legendarni Johanson.

Momenat velike tuge bila je vest o njegovoj smrti. Legendarni švedski rukometari nisu krili suze, među njima Stefan Levren:

- Najviše se sećam čoveka, retko tople osebe, zainteresovane i otvorene prema ljudima oko sebe. Znao je važnost zadovoljstva svakog igrača posob, nalazio je načine da se svi mi pojedinačno ostvarimo u okviru tima i to nam je donosilo neponovljive uspehe. Bio je veliki lider i bila je privilegija biti deo takvog uspeha - rekao je o svom treneru jedan od najboljih levih bekova svih vremena. ■





Sistem rada i način treniranja rukometara uzrasta od 6 do 14 godina u Norveškoj

Rukomet je sport sa kojim deca počinju da se bave u ranom uzrastu. U Norveškoj, koja je poslednjih 20 godina u ženskoj konkurenciji osvojila sva najznačajnija takmičenja, a takođe i muški rukomet je u velikoj ekspanziji, većina dece počinje da trenira rukomet sa polaskom u prvi razred osnovne škole tj. sa 6 godina.

Lokalni klubovi na svojim internet stranicama nude deci i roditeljima mogućnost da dođu na prvi/otvoreni trening, koji se najčešće podudara sa početkom školske godine. Taj trening vode igrači i treneri tog rukometnog kluba i dok se oni „igraju sa decom“, roditelji sa predstavnicima uprave kluba održavaju sastanak na kome dobijaju osnovne informacije o klubu (kad je osnovan, koliko ima članova, koliki je planirani broj treninga, u koje vreme se treningi održavaju, kolika je godišnja članarina i slično). Na tom sastanku se biraju treneri između zainteresovanih roditelja. Roditelji mogu, a ne moraju biti bivši/sadašnji rukometari. Bitno je samo da žele da rade sa decom, da nisu pristrasni prema svom detetu, da su smireni i da imaju dovoljno slobodnog vremena za tu aktivnost. Deca koja za trenere dobiju bivše/sadašnje rukometare imaju mnogo veće šanse da savladaju najosnovniju tehniku rukometa na pravilan način.

U velikom broju klubova roditelji su treneri sve do uzrasta od 13 do 15 godine, a zatim tu decu preuzimaju drugi treneri u klubu. Insistira se da ti treneri nemaju sopstveno dete u toj ekipi (da se izbegne sukob interesa roditelj-trener), mada ima i izuzetaka. Ti izuzeci se dešavaju u situacijama ako je neko od roditelja bio vrhunski igrač. On tada dobija dozvolu kluba da i dalje radi sa tom decom, čak i do seniorskog uzrasta.

Roditelji su veoma važan deo norveškog sporta (rukomet). Oni učestvuju u svemu što ima veze sa klubom. Oni su redari u hali u toku radne nedelje i za vikend kad su utakmice, naplaćuju ulazni-



ce za utakmice, dežuraju u sekretarijatu kluba za vreme utakmice, rade u kiosku hale i slično. Klub je odgovoran za njihovu raspodelu poslova, tj. kada i gde će roditelji biti angažovani za rad u klubu volonterski.

U takvoj raspodeli angažovanja, dešava se da pojedini roditelji koji nemaju trenersko, kao ni igračko iskustvo, a prihvatali su se uloge trenera, imaju poteškoće u organizovanju treninga za decu. U takvim situacijama klub je odgovoran da im pomogne i upućuje ih na različite osnovne trenerske kurseve u organizaciji norveškog rukometnog saveza ili kupovinom različitih aplikacija (Good handball exercises for the whole season | Learn Handball with Bjarte Myrholt – aplikacija njihovog proslavljenog reprezentativca Bjarte Myrholt) koje imaju prikaz treninga za različite uzraste na dnevnom,

nedeljnom, mesečnom i godišnjem nivou. Takođe, roditelji dobijaju neophodne informacije uvidom u sajt Rukometnog saveza Norveške na kojem je moguće naći različite materijale o rukometnom treningu po uzrastima ali i ostale informacije u vezi rukometa (Håndballtrening | handball.no).

Svaki rukometni klub u Norveškoj mora da ima sportski plan. To je pisani dokument o svim osnovnim stvarima vezanim za taj rukometni klub. Sportski plan pravi uprava kluba sa svojim trenerima. Osnovna verzija sportskog plana se može preuzeti i sa sajta norveške rukometne federacije.

Sportski plan je dokument koji je podložan promenama i klub ga može menjati prema svojim potrebama i ciljevima. Svaki roditelj koji upisuje dete u klub poželjno je da pre toga pregleda njihov sportski plan i da se upozna sa njim. Svaki sportski plan treba da

**Zvanična statistika
Rukometnog saveza
Norveške od 31.12.2020.**

Broj aktivnih članova	139.465
(Od toga 2/3 članova ispod 17 godina i 2/3 članova ženskog pola)	
Broj prijavljenih ekipa	11.461
Broj klubova	814
Broj regionala	6
Zaposlenih u savezu	149
Budžet za 2019	oko 18.657.400 evra
Budžet za 2020	oko 24.739.000 evra
(Od toga budžet za Euro 2020 oko 6.570.000 evra)	

ima: uvodni deo, ciljeve kluba i način na koji bi trebalo doći do njih, organizaciju kluba, deo o dečijem rukometu (6-12 godina), deo o rukometu mladih kategorija 13-18 godina (koji sadrži nezavisni deo koji se zove prelazak sa mlađih kategorija ka seniorima 15-18 godina), deo o seniorskom rukometu i poslednji deo o pomoćnoj rukometnoj literaturi ili sajtvima.

Sva deca uzrasta do 12 godina su osigurana preko kluba. Starija deca, pa sve do seniorskog uzrasta, moraju sami da plaćaju godišnje osiguranje u slučaju povreda. Odabir osiguravajućeg društva vrši norveški rukometni savez i svi rukometari moraju biti osigurani preko dogovorenog osiguranja.

Rukometni savez Norveške vodi mnogo računa o masevnosti u rukometu. Oni su svesni da iz veće baze, veća je i mogućnost da se u budućnosti izdvoje, uz

.....

dobar trenerski rad, vrhunski rukometni seniorski rukomet. Takođe, svesni su da bez adekvatnog trenerskog rada neće moći da dostignu željene rezultate i trude se da odabir trenerskog kadra bude što adekvatniji i ulažu značajna sredstva u njihov razvoj i edukaciju. Sve to predstavlja jedan već uspostavljeni sistem na kojem se radilo godinama i koji se i dalje doraduje, menja na bolje i upotpunjaje.

Šta/Ko je trener?

Trener je „instruktor u sportu koji pravi program treninga i vodi sportiste na treningu“ (Bryhn, 2020). Trener osim što vodi sportiste na treningu i takmičenju, ima i druge uloge:

1. Stručnjak

Trener kao stručnjak mora povezivati svoje akademsko znanje sa vlastitim iskustvom stičenim kroz život. Mora se usavršavati svakodnevno u svim oblastima vezanim za sport (fiziologija, biohemija, sportska medicina, pedagogija, psihologija itd.), biti otvoren za nove informacije i znati primeniti novostećeno znanje u svom radu sa sportistima (Cvijan, 2005).

2. Pedagog

Trener sa svojim komunikativnim sposobnostima uspostavlja najznačajnije uzajamne odnose sa sportistom (Cvijan, 2005). Dvosmerna komunikacija je jedan od odlučujućih faktora razumevanja između trenera i sportiste. Takva komunikacija pomaže treneru da razume u potpunosti sportistu, njegova očekivanja, želje, ciljeve, planove ali i osećanja i svakodnevnicu u školi, kući i sa prijateljima. Trener poseduje sposobnost „pedagoške improvizacije što podrazumeva da ocenjuje situacije, postupke sportista, sopstvenu delatnost, nalazi rešenja na osnovu prethodnog iskustva, pedagoških i specijalnih znanja, intuicije“ (Čokorilo, 2012).

3. Staratelj

Trener često preuzima i jedan deo roditeljske uloge prema sportisti. On ga usmerava u mnogim stvarima u životu (odnos prema drugima, zalaganje, pravilna ishrana, kontrolisanje stresa, planiranje i slično), jer on provodi mnogo vremena sa njim. To sve navodi na zaključak da pri formiranju sportiste kao ličnosti trener ima važnu ulogu (Cvijan, 2005).

4. Podstrekivač motivacije

Trener razvija kod sportiste samopouzdanje podstičući njegovu motivisanost za rad. Samopouzdanja je jedan od ključnih faktora za postizanje vrhunskih rezultata u seniorskoj konkurenciji, a kod mlađih za pravilan razvoj ličnosti sportiste. Trenerov zadatak je da održi motivaciju sportiste kroz duži period na visokom nivou (Cvijan, 2005) a ona obuhvata:

- Jasnoću u filozofiji treninga,
- Ispravnu komunikaciju,
- Rast samopouzdanja,
- Koncentraciju na ličnoj igri i
- Zadovoljstvo.

5. Menadžer

Menadžerska uloga trenera se odnosi na dobre organizacione sposobnosti trenera (Cvijan, 2005).

Sistem treniranja dece u Norveškoj

Norveška ima mnoge sličnosti, ali i neke posebnosti u odnosu na druge države kada je u pitanju rad sa decom. Rad sa mlađima je veoma odgovoran posao i zato mu treba pristupati sa velikom odgovornošću ali i sa zadovoljstvom, entuzijazmom, empatijom. Rukometni savez Norveške je na svom sajtu, u delu „razvojne stepenice“ naglasio da je sredina (okruženje) u kom se razvijaju deca u rukometu veoma važna. Po njima deci je moguće ponuditi razvojnu sredinu gde je cilj motivacija orientisana na zadatke ili motivacija orijentisana na rezultate.

Igrači orijentisani na zadatke, kada procenjuju svoje umeće imaju sebe za referencu. Čim savladaju neke zadatke osećaj zadovoljstva će se pokrenuti u njima. Njihov fokus je na tome kako poboljšati svoje veštine u nekoj oblasti rukometa, tj. pitaju se šta da urade da bi bili bolji u nečemu.

Igrači orijentisani na rezultat će se brinuti o dokazivanju svojih veština na način da su one bolje od nekog drugog koga koriste za referencu. Takvi igrači su često mnogo ranjiviji kad im se ne ispune njihova očekivanja.



2.1. Rad sa decom od 6 do 9 godina

Deca u ovom uzrastu su željna igre, nisu previše poslušna i zato im na osnovu toga treba i prilagoditi treninge. Mora se biti veoma strpljiv i tolerantan sa njima jer lako mogu odustati od sporta ako im se ne priđe na pravi način.

Broj treninga

Kako su kapaciteti u halama/školskim salama popunjeni zbog drugih sportova, klubovi dobijaju mogućnost da treniraju jednom do dva puta nedeljno ili 2-3 sata nedeljno. Isto je i u uzrastu 7, 8 i 9 godina. Takođe, ostavlja se mogućnost za dodatni trening napolju. Sa tim treningom moguće je dostići preporučljiv nivo sati treniranja za decu od 6 do 9 godina, a to je 3-5 sati nedeljno.

Tehničke veštine

Primenom različitih igara pokušava se uticati na razvoj tehničkih veština kod dece. Deca se pokušavaju osposobiti za: kontrolu lopte, hvatanje lopte sa obe ruke, dodavanje levom i desnom rukom, šutiranje sa zemlje i iz skoka, vođenje lopte levom i desnom rukom, najjednostavnije fintе (kako pretrcati igrača bez lopte i slično). Upotrebljavaju se ra-

zličite vrste lopti (gumene, meke, kožne) i potencira se na što češćem „druženju“ sa loptom. Fokus u odbrani je na pokretljivosti, a pokušaj presecanja protivničkog dodavanja je „glavni“ deo odbrane u tom uzrastu.

Taktičke veštine

Taktičke veštine u ovom uzrastu se baziraju na ono sto igrač izabere da uradi u raznim situacijama tokom treninga ili utakmice. Kod dece od 6 do 9 godina koriste se različite varijante igre u ograničenom prostoru i sa pojednostavljenim pravilima. Preporučuje se da broj igrača po ekipi bude što manji, kako bi na takav način igrači imali što više loptu u svom posedu. U svojoj osnovi te igre bi trebalo da stimulišu osnovne rukometne kretnje: trčanje, skok, dodavanje lopte, hvatanje lopte, dribbling sa loptom, pretrčavanje igrača bez lopte. Najčešće se počinje u brojčanom odnosu 2:1.

Golmanske veštine

U radu sa golmanima u ovom uzrastu najviše su zastupljene vežbe koordinacije koje stimulišu povezanost oko-ruka i oko-noga, ritam i ravnotežu. Golmani treniraju sve vreme zajedno sa ekipom. Potencira se da se svi igrači oprobaju kao golmani u tom uzrastu.

.....



Fizičke veštine

Cilj ovakvog treninga je da se poboljšaju opšte fizičke sposobnosti kod dece. U uzrastu od 6 do 9 godina fizički trening treba da bude sastavni deo igranja sa loptom. Pažnja bi trebala da se usmeri na: izdržljivost, koordinaciju, snagu sa sopstvenom težinom tela, skok, brzinu i agilnost.

Mentalne veštine

Mentalne veštine pomažu sportistima da imaju više koristi od fizičkih, tehničkih i taktičkih veština koje već poseduju ili žele da dostignu. Kod najmlađih, ove veštine pomažu da se stekne pozitivna slika o samom sebi, dobar odnos sa svima u ekipi i da zadovoljstvo, radost, sigurnost i stečeno rukometno znanje budu centralni deo sportskog razvoja pojedinca. U uzrastu od 6 do 9 godina treba pokušati stvoriti kod dece osećaj da oni mogu primeniti naučeno kroz igru. Preporuka je da se tokom treninga podstiču na rad, da treniraju tako da dobijaju pohvale, ali i da znaju da daju drugome pohvalu. U procesu treninga je poželjno praviti dobru i sigurnu socijalnu atmosferu u ekipi, a igrače

je potrebno učiti da razmišljaju kroz radost, sigurnost i stečeno znanje.

Uloga trenera

Trener je veoma važna osoba u životu deteta koja će mu pomoći u opštem i sportskom razvoju i koja će razviti kod deteta ljubav prema rukometu. U uzrastu od 6 do 9 godina trener organizuje treninge koji su ispunjeni radošću, učenjem, sigurnošću, motivacijom, druženjem, igrom i slično. Trener bi trebao da bude pažljiv, da zna da prenese znanje, da bude uzor igračima i da pravi dobru atmosferu na treningu. Sva deca moraju dobiti podjednakno trenerovu pažnju na treningu. Trener bira vežbe i igre u kojima se može naučiti mnogo i koje stimulišu kod dece visoku aktivnost. Za rad sa ovim uzrastom, trener bi trebao da ima završen najniži stepen trenerskog zvanja (trener dece) i da radi sa grupom od 5 do 6 deteta.

Utakmice

Deca od 6 do 8 godina imaju mogućnost da igraju mini rukomet sa 4 igrača (uključujući i golma-

na), na terenu dimenzija 20 x 12 metara. Igra se na mini golove, a utakmica traje 15 minuta. Igra se bez promene strana ekipa. Za decu ovog uzrasta organizuje se lokalno takmičenje 4 puta godišnje. Klubovi konkurišu kod regionalnog rukometnog saveza i poželjno je da imaju halu sa više terena. Veličina lopte je 00 (najmanja lopta). Ne koristi se semafor jer rezultat nije u prvom planu.

Deca uzrasta 9 godina igraju mini rukomet sa 5 igrača na terenu dimenzija 25 x 20 metara. Igra se na mini golovima, a utakmica traje 2 x 10 minuta. Za decu ovog uzrasta organizuje se lokalno takmičenje 6 puta godišnje i nema podele po nivoima kvaliteta igrača. Ekipе menjaju strane na poluvremenu utakmice, a veličina lopte je 00 (najmanja lopta). Ne koristi se semafor za vođenje rezultata jer rezultat nije u prvom planu.

Igračе u ovom uzrastu treba učiti fair-play-u. Podešta igrača po ekipama treba da bude što je moguće ujednačenja. Sva deca treba da igraju na svim pozicijama i da provedu približno isto vremena u igri.

2.2. Rad sa decom od 10 do 12 godina

U ovom uzrastu većina dece trenira rukomet već nekoliko godina, zrelij su i lakše je raditi sa njima. Brže usvajaju rukometna znanja i počinju da prate rukomet kroz medije. Učenje rukometa kroz igru je i dalje najznačajniji metod rada.

Broj treninga

Broj treninga u ovom uzrastu varira od kluba do kluba zbog popunjenošću kapaciteta sportskih hala i školskih sala. Najčešće deca od 10 i 11 godina imaju 2 treninga u hali nedeljno, dok deca od 12 godina imaju 3 treninga u hali (ukupno 4-4,5 sata nedeljno). Preporučuje se, ukoliko ima mogućnosti, dodatni trening na otvorenom. Kroz taj dodatni trening može se dostići preporučeni broj sati treninga koji iznosi 3-6 sati nedeljno.

Tehničke veštine

Radom kroz igru se nastavlja usavršavanje već započetog učenja rukometne tehnike. Najviše se obraća pažnja na kontrolu lopte, vođenje lopte levom i desnom rukom, dodavanje lopte levom i desnom rukom (u mestu i kretanju), hvatanje lopte jednom rukom, šut sa zemlje i iz skoka sa različitih pozicija, najjednostavnije finte (a poželjno je učiti fintu šuta, fintu okretom i fintu bez lopte).

Kada je reč o šutiranju na gol, vežba se skok šut sa slabije noge, šut sa zemlje kada je slabija nogu napred (čeroni šut), šut sa odskokom sa obe noge i bez skoka. Igračima se objašnjava način šutiranja sa različitih pozicija.

Kod dodavanja lopte igrači se obučavaju da proigraju pivotmena i savladaju fintiranje rukom sa loptom (lažno dodavanje) pre dodavanja.

Za igru u odbrani igrači savladavaju: osnovni stav u odbrani, kretanje u odbrani, presecanje lopte, pravljenje faula, duel igru jedan na jedan, dva igrača u odbrani protiv jednog napadača i procenu odbrambenih igrača kada i na koji način da izađu na protivničkog igrača.

Taktičke veštine

U savladavanju taktičkih veština, potrebno je koristiti različite varijante igranja sa pojednostavljenim pravilima, uz manji broj igrača po ekipi i u ograničenom prostoru. Pažnja se usmerava na saradnju između saigrača (beka i krilnog igrača, beka i pivotmena, krilnog igrača i pivotmena, beka i beka) i donošenje odluka pri igri dva na jedan, tri na dva i četiri na tri. Takođe, vežba se kontranapad, kao i povratak u odbranu posle neuspešnog napada. Taktičke zadatke u odbrani učiti i usavršavati kroz duel igru jedan na jedan i dva na dva, kao i odbrambene vežbe uz stalni pritisak na protivničkog igrača sa loptom, uz želju da se isprovocira greška i oduzme loptu.

Golmanske veštine

U radu sa golmanima, nastaviti vežbe koordinacije koje stimulišu povezanost oko-ruka i oko-noga, ritam i ravnotežu. Sa aspekta savladavanja tehnike golmana, radi se na učenju pravilnog golmanskog stava i kretanja golmana u golmanskom prostoru. Takođe, učenje tehnike odbrane niskih i visokih lopti se može raditi sa šutiranjem ali i bez šutiranja na gol. Deci koja to žele omogućuje se dodatno usavršavanje na poziciji golmana. Poseban akcent se stavlja na što brže vraćanje lopte u igru nakon šutiranja protivničkih igrača.

Fizičke veštine

Dalji napredak i poboljšanje fizičkih veština kod dece je potrebno sprovoditi kroz trening i igru sa loptom. Posebno obratiti pažnju na koordinaciju, snagu kroz korišćenje sopstvene težine tela, različite vrste skokova i doskoka sa jednom i dve noge,

• • • •

promena pravca kretanja i brzinu. Trening fizičke pripreme se može sprovesti pre ili posle treninga u hali. Ekipe koje imaju samo sat vremena za trening, pre ulaska u halu imaju oko 30 minuta laganog trčanja ili kombinovano trčanje i vežbe snage na otvorenom ili u hodniku dvorane.

Mentalne veštine

U ovom uzrastu potrebno je stvoriti kod dece osećaj da lako usvajaju znanje i da ga mogu primeniti kroz igre. Trenažni proces je potrebno sprovoditi na način da dobijaju, ali i da znaju da daju drugome pohvalu. Stalno se treba truditi da se igrači prijatno osećaju i da treniraju u dobroj atmosferi u ekipi. Učiti ih da razmišljaju kroz radost, sigurnost i stečeno znanje. Osećaj pripadnosti ekipi treba da bude centralna misao svih igrača.

U ovom uzrastu se sve više dodeljuju određene uloge igračima u ekipi. Osim insistiranja na stalnoj komunikaciji unutar ekipe i dijalogu, potrebno je usmeriti pažnju na samopouzdanje kod igrača. Samopouzdanje će se povećavati kroz rad na učenju i usavršavanju tehničko-taktičkih elemenata rukometa ali i stalnom pozitivnom ocenom o sebi.

Uloga trenera

U uzrastu od 10 do 12 godina trener pravi razvojni sredinu na treningu koja je puna radosti, učenja, sigurnosti, motivacije, druženja, igre i slično. Trener bi trebao da bude pažljiv i da zna da prenese znanje. On mora biti uzor igračima i da je inicijator dobre atmosfere na treningu. Sva deca moraju podjednako dobiti trenerovu pažnju i pozitivne odgovore na treningu. Trener bi trebao da odabira vežbe i igre u kojima se može naučiti mnogo i koje stimulišu kod dece visoku aktivnost i razvoj različitih veština. Za rad sa ovim uzrastom, trener bi trebao da ima završen Trener 1 kurs i da trening na ovom nivou sprovodi sa 6 do 8 polaznika.

Utakmice

Deca uzrasta 10 godina igraju mini rukomet sa 5 igrača (uključujući golmana) na terenu dimenzija 25×20 metara sa mini golovima. Trajanje utakmice je 2×15 minuta i ekipe menjaju strane na poluvremenu. Za ovaj uzrast organizuje se lokalno takmičenje 6 puta godišnje i moguće je prijaviti ekipu na 3 nivoa, gde je nivo 1 za one sto već nekoliko godina treniraju rukomet, a nivo 3 za početnike. Veličina lopte je 0 (nula). Rezultat se ne beleži.

Deca uzrasta od 11 godina igraju na standardnom

rukometnom terenu (40×20 metara) sa 6 igrača (uključujući golmana). Utakmica traje 2×20 minuta. Ekipa se može prijaviti na 3 nivoa, gde je nivo 1 za one što duže treniraju rukomet, a nivo 3 za početnike. Na nivou 1 i 2 je obavezno igrati ofanzivnu odbranu 3:2 (dva igrača moraju sve vreme biti ispred linije 9m) u prvom poluvremenu utakmice. Semafor za vođenje rezultata se može, ali i ne mora koristiti. Nema zvanične tabele takmičenja, tj. ne proglašava se krajnji pobednik. Igra se bez centra posle postignutog gola. Golovi su standardni, ali se na njih okače specijalno napravljene prečke za smanjenje gola po visini za oko 25 centimetara.

Kod dece uzrasta 12 godina razlika je samo što su golovi standardne visine i nije obavezno igrati 3:2 odbranu u prvom poluvremenu utakmice. Regionalni rukometni savez organizuje pre prvenstva za trenere kurs za obuku ofanzivne odbrane 3:2 i napad protiv takve odbrane. Treneri bi trebali posebno обратити pažnju u toku utakmice na: kretanje igrača sa i bez lopte, uključiti više igrača u saradnju u toku napada, razvijati krilne igrače i pivotmenе, inspirisati igrače da koriste naučeno na treningu i razvijati ih po dogovorenom planu.

Deca od 12 godina imaju i jednu dodatnu ponudu u okviru svog regiona. To je „tema serie“ (liga za treniranje određene rukometne teme). Tu se kroz različite teme (faze igre) kroz 4 „turnira“ godišnje, obrađuje po jedna tema (npr. faza igre ili njen deo) na svakom okupljanju. Ekipe se tada kroz utakmice takmiče ko je najbolje trenirao zadatu temu (npr. 3:2 odbrana i kontranapad, šut izvan 9 m i odbrana golmana, proigravanje pivotmena posle utrčavanja i slično). Svaki uspešno izvršeni zadatak, a koji je „tema serie“, se boduju od 1 do 3 poena (gola). Trajanje utakmice je 17 minuta bez pauze.

U ovome uzrastu je potrebno:

- **Nastaviti učiti decu feir-play-u**
 - Da treneri objektivno izaberu „pravi nivo“ (1-3) na koji će prijaviti svoje ekipe da bi omogućio svojim igračima, ali i deci iz drugih klubova, sto je moguće ujednačenje utakmice
 - Da deca igraju na svim pozicijama
 - Da deca u ovom uzrastu odu na minimum jedan ili dva višednevna turnira godišnje gde će prenosići kao ekipa i time poboljšati ekipni duh.

2.3. Rad sa decom od 13 do 14 godina

Deca u ovom uzrastu mnogo bolje vladaju tehničkim i taktičkim veštinama i lakše je raditi sa njima. Mnogi od njih već imaju svoje „idole“ među rukometašima i počinju da ih oponašaju na treningu. Igrači počinju sa intenzivnjim praćenjem utakmica seniorskih ekipa u svojim klubovima i uvek su „radovišni gosti“ na tim utakmicama. U cilju popularizacije rukometa, oni dobijaju i mogućnost da zajedno sa seniorima budu na terenu tokom predstavljanja igrača pre početka utakmice.

Broj treninga

Rukometni savez Norveške za ovaj uzrast propisuje od 5 do 12 sati nedeljno treninga. To se odnosi zajedno na fizički trening i trening u hali. Naravno moguće je uesti i druge tipove alternativnog treninga kao što je plivanje, vožnja bicikla, fudbal, košarka, odborka na pesku, rukomet na pesku i slično.

U tabeli se može videti na koji način i koliko je treirala Stine Bredal Oftedal rukometašica reprezentacije Norveške, od uzrasta 13 godina do seniora (podaci dobijeni na trener 3 usavršavanju u Norveškoj).

13 godina	2,5	3,5	1	7
14 godina	3	4	1	8
15 godina	4	5	1	10
16 godina	5	6	1	12
17 godina	5,5	7	1,5	14
18 godina	6	8	2	16
Senior	9	6,5	2,5	18
<i>I kolona</i>		<i>Uzrast</i>		
<i>II kolona</i>		<i>Fizički trening (sati/nedeljno)</i>		
<i>III kolona</i>		<i>Rukometni trening (sati/nedeljno)</i>		
<i>IV kolona</i>		<i>Utakmica (sati/nedeljno)</i>		
<i>V kolona</i>		<i>Ukupno (sati/nedeljno)</i>		

Tehničke veštine

Kada su u pitanju tehničke veštine kod igrača, radi se na automatizovanju već usvojene tehnike vođenja lopte, hvatanje i dodavanje lopte uz pritisak protivničkog igrača i pri brzom kretanju, fintiranje sa i bez

lopte, sve vrste šuteva, pregrađivanje protivničkog igrača, sve kretanje u odbrani, odbrambena duel igra, presecanje dodavanja protivničkih igrača, odbrambeni blok i usavršavanje tehničkih veština na svim pozicijama u igri. U ovom uzrastu je potrebno naučiti sve igrače tehnički pivotmena. Takođe, treneri moraju biti svesni i imati razumevanja za to da se u ovom uzrastu deca razvijaju različitom brzinom.

Taktičke veštine

U ovom uzrastu neophodno je nastaviti razvijati zalet sa loptom i odlazak na liniju 6 metara sa različitim pozicijama u napadu. Potrebno je usavršavati ukrštanje i raditi na igri jedan na jedan, dva na dva, tri na dva, tri na tri, četiri na tri. Neophodno je stalno ohrabrvati igrače da samostalno donose odluke u datom trenutku. Takođe, potrebno je nastaviti sa razvojem igre bek - krilo, bek - pivotmen, krilo - pivotmen, bek - bek. Istovremeno treba raditi na poboljšanju taktike kretanja u odbrani, inicijative prema lopti i saradnje u odbrani. Jedan od najznačajnijih detalja u ovom uzrastu je koncentracija na oduzimanje lopte protivničkom igraču, usavršavati igru u kontranapadu i povratak u odbranu (sprečavanje kontranapada).

Golmanske veštine

U razvoju golmanskih veština potrebno je nastaviti sa upotrebom koordinacionih vežbi koje povezuju reakciju oko – ruka i oko – noge i golmanskoj kretnji sa kojom je započeto u ranijem uzrastu. Važno je obučiti golmane osnovnim stavovima u odnosu na različite pozicije napadača i objasniti im razliku dužeg i kraćeg golmanskog iskoraka pri odbrani lopte tj. kada da ih primenjuju. Odbrana šuteva u bliži ugao gola (u ovom uzrastu veoma zanemarljiv broj dece šutira u dalji ugao gola a posebno kada je odbrambeni igrač ispred njih i zaklanja svojim telom suprotni ugao) treba da bude u centru pažnje. Takođe, bitan fokus treba da se zadrži na tehniku odbrane niskih lopti, kao i na taktiku i tehniku odbrane lopti sa krilnih pozicija. Golmani moraju shvatiti važnost brzog vraćanja lopte u igru posle protivničkog šuta, a povezano sa tim potrebno je razvijati golmanovu procenu koji igrač je u najboljoj situaciji da mu se doda lopta u kontranapadu.

Fizičke veštine

U ovom uzrastu, potrebno je raditi na razvoju koordinacije i motorike. Nastaviti sa vežbama uz podizanje težine sopstvenog tela ali uključiti i teške lopte, vijače i ostale rekvizite koji mogu uticati na poboljšanje drugih sposobnosti. Pažnju treba usmeriti na razvoj svih mišićnih grupa. U ovom uzrastu se započinje sa upoznavanjem tehnike dizanja tegova (sa malim težinama), kao i različite forme treninga izdržljivosti. I dalje treba imati stalno na umu da se igrači u ovom uzrastu razvijaju različitom brzinom i na fizičkom i na mentalnom planu.

Mentalne veštine

Treneri moraju znati da sreća, zabava, sigurnost i osećaj da uče, ali i mogu primeniti usvojeno, treba da budu i dalje u centru pažnje svakog igrača. Potrebno je nastaviti sa razvojem ekipnog duha, onoga što će krasiti tu ekipu, a čemu svi igrači žele da pripadaju. Naučiti decu da pored timskog, imaju i odgovornost za svoj individualni dodatni razvoj. Stvoriti kratkoročne ciljeve kod igrača i podržati ih da maštaju o postavljenim ciljevima. Igrači bi trebalo da dobijaju određene zadatke koje bi sprovodili na treningu ili utakmici i analizirati ih sa njima po završetku tih aktivnosti.

Takođe, trebalo bi probati obučiti decu da vizualizuju (stvaraju film u mašti/podsvesti) pozitivne stvari koje žele da im se dogode u budućnosti. Tokom trenažnog procesa potrebno je nastaviti sa razvojem samopouzdanja kod igrača, tj. izabrati nivo koji mogu da savladaju na treningu i utakmici i na taj način im jačati veru u sebe.

U stalnoj komunikaciji sa igračima isticati važnost koncentracije i obraćanje pažnje na neke stvari u toku treninga i utakmice. Potrebno ih je učiti da planiraju i na taj način smanjuju stres, saznati šta ih ometa u životu, treningu, utakmici i savetovati ih kako to da prevaziđu. Takođe, neophodno je razgovarati sa igračima o pripremi za utakmicu i treningu, o motivaciji i kako je zadržati tj. podići na viši nivo.

Uloga trenera

U uzrastu od 13 i 14 godina trener nastavlja da pravi razvojnu sredinu na treningu koja je puna radosti, učenja, sigurnosti, motivacije, druženja, igre i slično. Trener ocenjuje razvoj igrača kroz pozitivnu pohvalu i pozitivnu kritiku, a sve mora biti usmereno daljem razvoju igrača kao pojedin-

ca ali i dela jedne ekipa. Čim pojedinci budu bolji, biće bolja i cela ekipa. Trener mora uvek biti otvoren i dostupan za komunikaciju sa igračima i mora biti zainteresovan u vezi svega vezanog za njih (kao osobe i igrače) i imati razumevanja za njihova osećanja (empatija). Poželjno je uključivati igrače u treninge i utakmice kroz podelu zadataka i odgovornosti. Apsolutno svaki igrač mora osetiti bar neki napredak u svom sportskom razvoju i znati primeniti bar nešto od naučenog.

Da bi mogao uspešno da radi sa ovim uzrastom igrača, trener bi trebao da kreće na trener 2 kurs pri Rukometnom savezu Norveške. Preporučuje se rad sa grupama do desetoro dece na ovom nivou.

Dva puta godišnje je obavezan razgovor trenera sa svakim igračem pojedinačno. Razgovara se o zadovoljstvu igrača na treninzima i van njih, motivaciji za trening i utakmice, poziciji na kojoj želi da igra, broju treninga na kojima je bio i odsustvu sa treninga, ulogama u ekipi i slično.

Utakmice

Deca uzrasta od 13 do 14 godina igraju utakmice sa 7 igrača na terenu (uključujući golmana) na igralištu standardnih dimenzija. Lopta je veličine 1, a zabranjeno je (do uzrasta od 15 godina) koristenje rukometnog lepka. Epipe se mogu prividiti na 3 nivoa takmičenja (nivo 1 za one sto duže treniraju, nivo 3 za početnike), a treneri imaju odgovornost prema svojim igračima, kao i prema protivničkim ekipama, da prijave ekipu za odgovarajući nivo. Ako klub želi da ima više od jedne ekipu na nivou 1, mora za to tražiti dozvolu od regionalnog rukometnog saveza. Mogu se koristiti maksimalno 3 igrača sa nivoa 1 na utakmicama nivoa 2. Utakmica traje 2 x 20 minuta sa korišćenjem semafora za vođenje rezultata. U ovom uzrastu se vodi tabela lige.

Deca ovog uzrasta imaju „dodatnu“ ponudu u okviru svog regiona, a to je „tema serie“ (liga za treniranje određene rukometne teme). Trajanje utakmica je 17 minuta bez pauze. Obrađuju se različite teme kroz 4 okupljanja godišnje. Svaka tema je zasebna, sva pažnja je na toj temi (faza odbrane ili napada) i nagrađuje se (1-3 poena/gola) njena uvežbanost. Ekipu je moguće prijaviti na viši i niži nivo.

Takođe, kao „dodatnu“ mogućnost u ovom uzrastu imaju i regionalni kup, gde se mogu prijaviti sve epipe koje to žele.



Preporuke Rukometnog saveza Norveške, na šta treneri moraju обратити pažnju pri podeli dece na utakmicama u različite nivoe, su sledeće:

- Iako je neko počeo da trenira rukomet veoma rano sa 6 godina, možda mu treba više godina da savlada ono sto će neko ko je počeo sa 10 godina uraditi za nekoliko treninga,
 - Saradivati sa roditeljima dece i uvek biti u komunikaciji sa njima,
 - Sve planove vezano sa ekipu izneti na samom početku sezone na roditeljskom saštanku i
 - Mnogo je važno napraviti čvrsto povjerenje između roditelja i trenera i roditelja i kluba
- Regionalno okupljanje dece od 13 i 14 godina**
- Sa punih 13 godina, najtalentovaniji i oni sa najviše motivacije za trening i napredak, dobijaju prvi put mogućnost da besplatno treniraju sa vršnjacima iz drugih lokalnih klubova u regionu. Tu decu biraju treneri u klubovima. Pravilo je da od tridesetoro dece iz kluba, može se poslati najviše 4 igrača. U slučaju većeg broja dece u jednom klubu proporcionalno se povećava i mogućnost prijavljivanja.

vanja većeg broja igrača za regionalno okupljanje. Svaki klub može staviti na spisak do 10 igrača po redosledu zalaganja i motivisanosti do tog trenutka. Na svakom treningu regionalnog okupljanja može biti najviše 4 igrača iz jednog kluba. Klubovi se odlučuju da li će poslati samo najboljih 4 igrača koji će učestvovati na svim treninzima ili više dobrih igrača od kojih treningu mogu prisustvovati najviše 4 iz istog kluba. Tih 4 igrača se može menjati na svakom treningu tokom regionalnog okupljanja.

Pre samog odabira, važno je da trener obavi razgovor sa igračima koje želi da odabere tj. da ih pita da li žele da učestvuju na tom lokalnom okupljanju (traži se njihov pristanak). Cilj ovakvih okupljanja je da se deci da nova motivacija u njihovoј trenažnoј svakodnevniци u jednom razvojnem programu koji ima za cilj individualni napredak igrača. Takođe, cilj je i da se bolje upoznaju „talentovana“ deca iz lokalnih klubova koja žele više da treniraju i motivisana su za to.

Šta očekuju treneri od igrača na lokalnim regionalnim okupljanjima koja se uglavnom održavaju jednom mesečno:

- Moraju biti sigurni prilikom hvatanja i dodavanja lopte,
- Motivisani za dodatni trening,
- Imaju kulturu ponašanja na treningu i ne odustaju lako,
- Razumeju igru,
- Rukomet im je „prioritet“ u slobodno vreme i vole da pobeduju,
- Imaju zanimljive fizičke predispozicije (brzina, visina, dobar odskok, koordinacija) i
- Imaju dobre individualne osobine (odlike koje donose na terenu, mentalna snaga, fintiranje, šutiranje).

„Igrač budućnosti“ kojeg žele regionalni treneri da stvore trebalo bi da:

- Dodaje loptu levom i desnom rukom,
- Drži visoko podignutu ruku prilikom dodavanja,
- Je dobar u odbrani i napadu,
- Je kreativan i
- Može da igra na vise pozicija.

S obzirom na to da je različita brzina razvoja igrača u ovom uzrastu, trener treba da obrati pažnju na:

- **Velike razlike u fizičkom izgledu igrača,**
 - Razvoj pojedinih igrača može i stagnirati u nekim periodima jer dobijaju „novo telo“ i ovo je naročito izraženo kod devojčica,
 - Igrači koji malo kasne u svom fizičkom razvoju mogu imati frustracije zbog toga, zato trener treba da ih nauči da obraćaju pažnju na stvari koje mogu da promene i da se ne opterećuju sa onim sto ne mogu promeniti i
 - Strpljenje u radu koje je ovde veoma važno.

Stvari na koje svaki igrač može da utiče su:

- Da uvek bude u tačno dogovorenog vreme na treningu,
- Da bude lojalan svojoj ekipi,
- Da se uvek zalaže maksimalno,
- Da širi pozitivnu energiju,
- Da ima sportsko držanje i kulturu,
- Da sluša trenera,
- Da radi uvek više od drugih,
- Da bude dobro pripremljen i
- Da stavi svoju ekipu pre svoga ega.

Što se tiče dece uzrasta 14 godina, sve je isto kao i za uzrast od 13 godina, osim sto imaju još jednu „dodatačnu ponudu“ koja se plaća. Jednom godišnje sva deca koja su bila u besplatnom razvojnem programu regionalnog lokalnog okupljanja imaju pravo da konkušu za mesto na regionalnom trodnevnom okupljanju. Ima mesta za 160 dece, 100 devojčica i 60 dečaka uzrasta 14 godina (spillerutviklingsheftet-sesong-2021-22.pdf (handball.no)).

Ono što ovakav sistem drži „održivim“ je to da do uzrasta 16 godina se nema pravo kontaktirati igrač iz drugog kluba sa ciljem da promeni klub. Sa tim se želi sačuvati masovnost manjih lokalnih klubova i pomoći im da imaju dovoljan broj dece sa kojom rade bar do tog uzrasta. Naravno deca tj. njihovi roditelji imaju pravo sama da kontaktiraju druge klubove ako to žele.

UMESTO ZAKLJUČKA

Rezultati koje postižu seniorske reprezentativne selekcije Norveške nam daju za pravo da konstatujemo da Rukometni savez Norveške ima dobar sistem rada sa najmlađim uzrasnim kategorijama. Kad se jednom uspostavi dobar i kvalitetan sistem u radu sa decom, rezultati se mogu očekivati kasnije u seniorskoj konkurenciji na klupskom i reprezentativnom nivou.

Osim sportskih rezultata, veoma je važna težnja svih relevantnih činioča da ta deca izrastu u dobre i kvalitetne ljude koji su sport doživljavali od malena kao sigurnu zonu zadovoljstva, drugarstva, sportskog obrazovanja i želeli sa nestrpljenjem da odu srećni na svaki rukometni trening i utakmicu. Sreću im ne donosi samo rezultat već ono što su uspeli da prezentuju u situacijama u kojim su ekipu stavljali uvek ispred sebe.

Posebno treba istaći uloga trenera u odrastanju svakoga deteta. Zato je važno da treneri koji rade sa decom budu smireni, dobri ljudi, pošteni i pravični, pozitivni, osećajni, strpljivi, puni razumevanja, obrazovani za rad sa decom i orijentisani na razvoj dece a ne na rezultat.

Konkretni primeri na kojima se bazira kvalitetan razvoj igrača u mlađim kategorijama, koji postaju dobra baza za dalju nadgradnju do finalnog proizvoda – seniorskog igrača, su takođe ugrađeni u ovaj sistem i prepoznati u sledećim njegovim segmentima:

Literatura

- Bryhn, R. (2020). *Veliki Norveški leksikon*. Internet izdanje koje se konstantno ažurira, Norveška. trener - Store norske leksikon (snl.no)
- Cvijan, V. (2005). *Trener u savremenom trenažnom procesu*, seminarski rad, Fakultet za fizičko vaspitanje i sport, Univerzitet Banja Luka.
- Čokorilo, R. (2012). *Pedagogija i pedagogija sporta*. Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Univerzitet u Novom Sadu.
- *Good handball exercises for the whole season | Learn Handball with Bjarte Myrholt*
- *Håndballtreningsplan | handball.no*
- *Norges Håndballforbund | handball.no*
- *spillerutviklingsheftet-sesong-2021-22.pdf (handball.no)*.

Na prvom mestu treba istaći značaj koji se dobija ne beleženjem rezultata u mlađim kategorijama (do 11 godina). Na taj način se postiže usmerenost pažnje na rukometni razvoj dece i prezentaciju naučenog, a ne na rezultat. U sklopu nastavka takvog razvoja posebno su značajne „tema serie“ (liga tema) gde igrači (deca) rade na usavršavanju pojedinih delova rukometne igre i daje im se dovoljno vreme da dobro istreñiraju i nauče zadatu temu. Sve to mnogo pomaže u njihovom daljem razvoju.

Jedna od značajnijih faktora za održavanje ovakvog sistema je zaštita klubova od odliva talentovanih igrača do uzrasta od 16 godina. Na takav način svi klubovi mogu da nastave da rade sa mlađima kontinuirano, i u dužem vremenskom periodu, što je jako značajno za pravilan razvoj rukometara. Takođe, na taj način se održava masovnost u takmičenju, a veći broj prijavljenih ekipa (kvantitet) sigurno su i garancija za odabir najboljih pojedinaca (kvalitet).

Na kraju, ono što je potrebno posebno istaći, u Norveškoj se neprestano u svim sferama života, pa tako i u rukometu, insistira na obostranoj komunikaciji (trener-igrač, igrač-saigrač, trener-trener, roditelj-trener) što dovodi do većeg međusobnog razumevanja ali i poverenja. Igrač se od malena oseća ravnopravan treneru i takav nivo komunikacije ostaje i kasnije u životu. Iz takvog zdravog međusobnog odnosa trener-igrač, lakše je graditi visoko samopouzdanje kod igrača i neprekidnu motivaciju za rad i napredovanje.



Napad na zonsku odbranu 5:1 sa ulaskom igrača na poziciju drugog pivotmena

Posmatrajući strukturu i način igranja rukometa u svim njegovim segmentima, kao i veliki broj mogućih načina napada na sve vrste odbrana u rukometu, postavlja se pitanje da li jedna ozbiljna rukometna ekipa treba da igra (ima na raspolaganju) samo 2 ili 3 napadačke akcije za svaku od njih. Mišljenja smo da je to nedovoljan broj napadačkih akcija i da svaka ekipa treba da poseduje znanje i aplikativnu mogućnost primene većeg broja različitih tehničko-taktičkih aktivnosti za svaku odbrambenu formaciju.

Prepostavlja se da svaka ekipa mora da ima na raspolaganju, u zavisnosti od postavke igrača odbrane, najmanje 4-5 različitih napadačkih varijanti koje će primeniti u trenutku koji nalaže poziciju odbrambenih igrača na terenu (Korte & Lames, 2019). Tako se i dolazi do suštine, a ona se odnosi na to da od kvaliteta igre svakog pojedinca na terenu zavisi kvalitet napada na određenu vrstu odbrane.

Pored tehničko-taktičke pripremljenosti, svaki igrač na terenu mora biti dobro fizički (kondiciono) pripremljen da odgovori na postavljene zahteve trenera. Značajnu ulogu imaju tačna dodavanja, kretanje igrača na terenu, kao i njihovo markiranje i demarkiranje u tačno određenom trenutku (tajming). Dobra psihološka priprema je neophodna za visok nivo efikasnosti napadačkih akcija.

Kao jedna od najčešćih napadačkih aktivnosti na zonsku odbranu 5:1 nameće se igra sa jednim stalnim i jednim povremenim pivotmenom. Uigranost ekipe, prilikom ulaska igrača na poziciju drugog pivotmena, je od presudnog značaja za kvalitetnu igru u napadu protiv zonske odbrane 5:1. Igrači mogu zauzeti poziciju drugog pivotmena ulaskom za loptom ili suprotno od lopte.

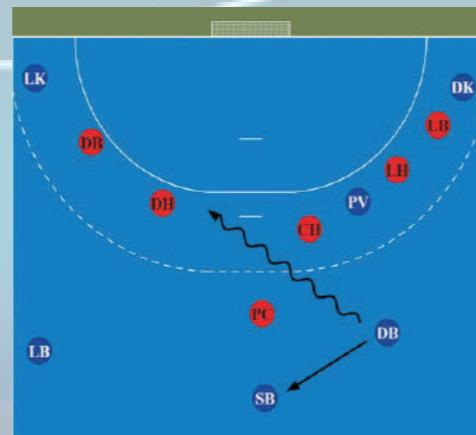
Takođe, moramo stalno „imati u vidu“ da i druge

ekipe vežbaju i uigravaju svoje odbrambene zadatke. To nam nameće zaključak da je bliže pobedi ekipa sa manjim brojem tehničkih grešaka, veću efikasnost tačnih dodavanja i ima veću efikasnost prilikom realizacije napadačkih akcija. Naročito se to odnosi na realizaciju kompleksnih akcija, kada svaka nepažnja može da se završi presecanjem lopte od strane igrača odbrane i kontranapadom.

Neke taktičke mogućnosti napada na zonsku odbranu 5:1, ulaskom na poziciju drugog pivotmena, biće prikazane u nastavku teksta.

Ulazak beka na poziciju drugog pivotmena

Da bi desni bek (DB) izvršio ulazak za loptom na poziciju drugog pivotmena, potrebno je postaviti pivotmena (PV) na širokoj poziciji, tj. neposredno kod levog halfa (LH). Nakon takvog postavljanja igrača u napadu (slika 1), desni bek (DB) sa loptom i pivotmen (PV) započinju tzv. igru 2:2 protiv centarhalfa (CH) i levog halfa (LH). Igrače treba podsticati da razviju inicijativu, odlučnost i samopouzdanje kroz slobodno rešavanje ovakvih situacija.



Slika 1

U slučaju da desni bek (DB), nema rešenje u napadu u datom momentu, on dodaje loptu srednjem beku (SB) i zaustavlja svoje kretanje. On tada mora biti dobro „postavljen“ tj. da nije u kontaktu sa igračima odbrane tj. nastoji da izbegne faul tj. prekid igre.

Nakon toga desni bek (DB) treba da sačeka da srednji bek (SB) napadne prednjeg centra (PC) i na taj način omogući desnom beku (DB) više prostora za prolaz na poziciju drugog pivotmena (slika 1) i eventualno direktno dodavanje. Ovde takođe treba naglasiti da srednji bek (SB), nakon prijema lopte, treba uverljivo da napadne prednjeg centra (PC) i da ga „izvuče“, a da pri tome ne dozvoli faul tj. prekid igre.

Desni bek (DB) utrčava po dijagonalni na poziciju ispod desnog halfa (DH) (slika 2), nakon što je srednji bek (SB) napao prednjeg centra (PC) i dodaje loptu levom beku (LB). Srednji bek (SB) nastoji da odvuče prednjeg centra (PC) i istovremeno prati da li je centarhalf (CH) preuzeo desnog beka (DB) i u tom slučaju bi imao otvoreno dodavanje za pivotmena koji pokušava da obezbedi dobru poziciju unutrašnjim blokom (slika 2). Ukoliko je dodavanje pivotmenu (PV) onemogućeno, srednji bek (SB) razvija akciju dalje dodavanjem za levog beka (LB) koji ima mo-



Slika 2

gućnost proigravanja pivotmena (PV) ili desnog beka (DB) na poziciji drugog pivotmena. Takođe, u slučaju da centarhalf ostane na liniji 6 metara moguće je ugroziti gol šutiranjem sa bekovske pozicije.

Ovu akciju je moguće sprovesti i sa suprotne strane kada na poziciju drugog pivotmena ulazi levi bek (LB). Njegov ulazak može biti za loptom ili bez lopte.

Ulazak krila na poziciju drugog pivotmena

Ulazak levog krila (LK) na poziciju drugog pivotmena (slika 3) između centarhalfa (CH) i levog halfa (LH) započinje kada srednji bek (SB) dodaje loptu levom beku (LB).



Slika 3

Levi bek (LB) sa loptom napada aktivno prostor između centarhalfa (CH) i desnog halfa (DH). U zavisnosti od kretanja igrača u odbrani (prostorno vremenske prednosti), levi bek (LB) može šutirati na gol ili proigrati jednog od dva postavljena pivotmena (slika 4) koji su sebi obezbedili dobru poziciju da mogu završiti akciju uspešno.



Slika 4

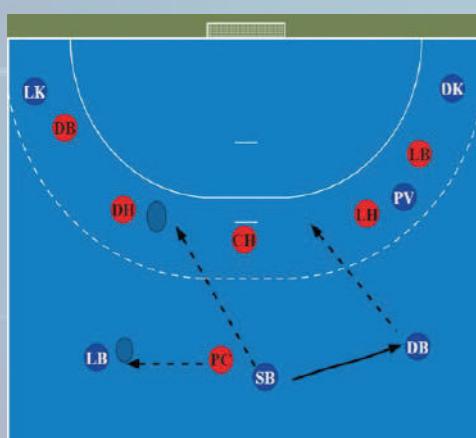
Jedno od kvalitetnijih rešenja ovakve akcije je da levi bek (LB) asistira pivotmenu (PV) koji unutrašnjim blokom treba da obezbedi i bolju poziciju za prijem lopte. U prilog ovom rešenju ide i konstatacija da su pivotmeni (PV) najčešće fizički dominantniji od krajnjih igrača obrane.

Ulazak srednjeg beka kada je pivotmen kod krajnjeg igrača – ulazak sa loptom

U začetku ove akcije srednji bek (SB) se nalazi na svojoj poziciji (slika 5) sa loptom, neposredno ispred prednjeg centra (PC), a pivotmen (PV) je između levog beka (LB) i levog halfa (LH). Nakon toga, srednji bek (SB) odvlači obranu prema levom beku (LB) i dodaje loptu (slika 6) desnog beku (DB) nakon čega utrčava ispod desnog halfa (DH). Prednji centar (PC) u ovakvoj situaciji najčešće preuzima levog beka (LB). Neposredno nakon prijema lopte desnii bek (DB) napada prostor između levog halfa (LH) i centarhalfa (CH).

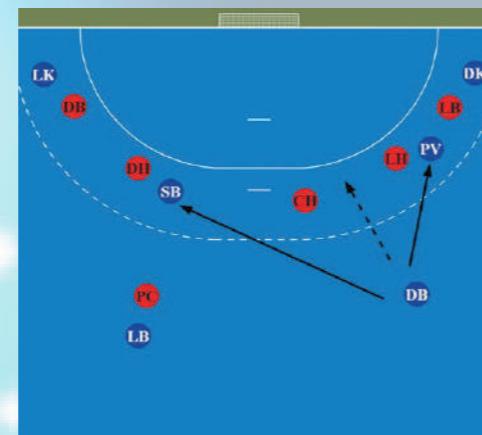


Slika 5



Slika 6

U zavisnosti od situacije, tj. od reakcije obrane i kretanja odbrambenih igrača, desni bek (DB) može da šutira na gol, da proigra pivotmena (PV) koji je svojom okretnošću i snagom obezedio dovoljno prostora za prijem lopte ili da doda loptu srednjem beku (SB) koji je ušao na poziciju drugog pivotmena (slika 7).



Slika 7

Ulazak srednjeg beka sa pozicije „posta“

„Post“ predstavlja izlazak pivotmena iz obrane da bi primio loptu od strane srednjeg beka (SB). U početnoj fazi napada, pivotmen (PV) je u diagonalnom stavu, pri čemu sebi obezbeđuje dobru poziciju za prijem lopte od strane srednjeg beka (SB).

U nastavku akcije, pivotmen (PV) eksplozivnom reakcijom izlazi iz zonske obrane, blokira desnog halfa (DH) i dobija loptu (slika 8) od srednjeg beka (SB) koji nastavlja svoju kretnju na poziciju drugog pivotmena (slika 9) između centarhalfa (CH) i levog halfa (LH).



Slika 8

Najčešća reakcija prednjeg centra (PC) je da „isprati“ srednjeg beka (SB) koji je krenuo na poziciju drugog pivotmena (slika 9) između centarhalfa (CH) i levog halfa (LH) i preuzima desnog beka (DB). Pivotmen (PV) dodaje loptu levom beku (LB) koji napada direktno centarhalfa (CH) i u zavisnosti od situacije na terenu u datom momentu bira najbolje rešenje (slika 10):

- Može da šutira na gol,
- Može da doda loptu pivotmenu (PV) koji je sebi obezedio dobro poziciju ili
- Može da doda loptu srednjem beku (SB) koji je ušao na poziciju drugog pivotmena



Slika 9

Ulazak srednjeg beka sa pozicije desnog beka

Prilikom ulaska srednjeg beka (SB), sa pozicije desnog beka, na poziciju drugog pivotmena, pivotmen (PV) treba da se nalazi kod levog halfa (LH). Akcija započinje dodavanjem desnog beka (DB) ka desnom krilu (DK). Neposredno nakon dodavanja (slika 11) dolazi do iz-

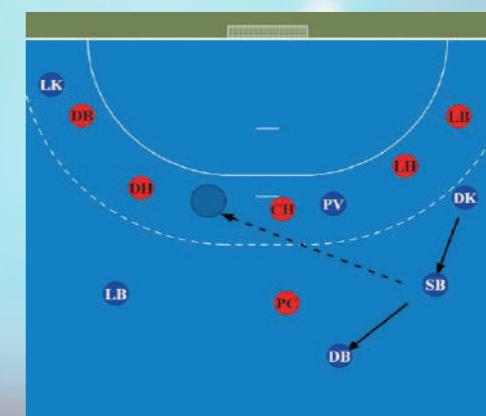


Slika 10

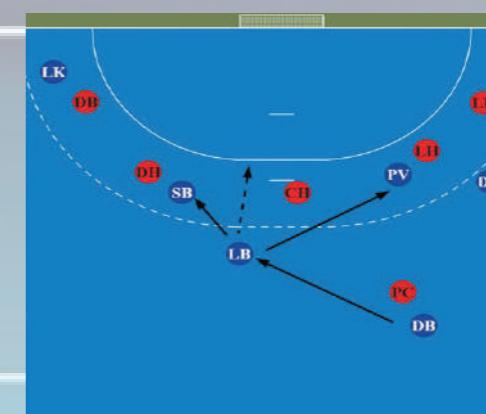


Slika 11

mene mesta između desnog beka (DB) i srednjeg beka (SB). Nakon izmene mesta, desno krilo (DK) dodaje loptu srednjem beku (SB) koji prosleđuje loptu desnem beku (DB) i utrčava na poziciju drugog pivotmena (slika 12) između centarhalfa (CH) i desnog halfa (DH).



Slika 12

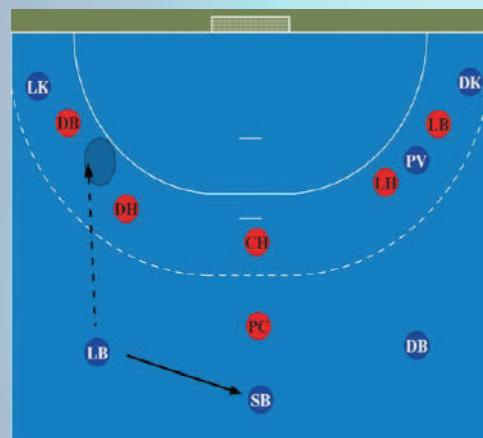


Slika 13

Nakon tog kretanja desnog bek (DB) sa pozicije srednjeg beka „raširi“ igru prema svojoj poziciji (poziciji DB) i dodaje loptu levom beku (LB). U najvećem broju slučajeva prednji centar (PC) „prati“ desnog beka (DB). Nakon prijema lopte, levi bek (LB) u zaletu može da šutira na gol (slika 13) ili može da doda loptu srednjem beku (SB) na poziciju drugog pivotmena ili pivotmenu (PV) što će zavisiti od situacije na terenu.

Ulazak levog beka na poziciju između krajnjeg igrača i halfa, dok se pivotmen nalazi na poziciji između suprotnog halfa i krajnjeg igrača

Ova akcija se može koristiti kada je osnovna ideja da se zonska odbrana 5:1 raširi. Akciju započinje levi bek (LB) koji dodaje loptu srednjem beku (SB) nakon čega se „spušta“ na poziciju drugog pivotmena (*slika 14*) između desnog beka (DB) i desnog halfa (DH), a pivotmen (PV) je na suprotnoj strani između levog beka (LB) i levog halfa (LH).



Slika 14

Srednji bek (SB) nakon prijema lopte „širi“ prema poziciji levog beka i dodaje loptu desnom beku (DB). Prednji centar (PC) u ovakvim situacijama najčešće se opredeljuje za čuvanje srednjeg beka (SB). U nastavku akcije desni bek (DB) napada centarhalfa (CH) i može lako da realizuje prostornu prednost (*slika 15*) jer je srednji bek (SB) odvukao prednjeg centra (PC) u stranu i na takav način ostavio veliki prostor desnom beku (DB) za

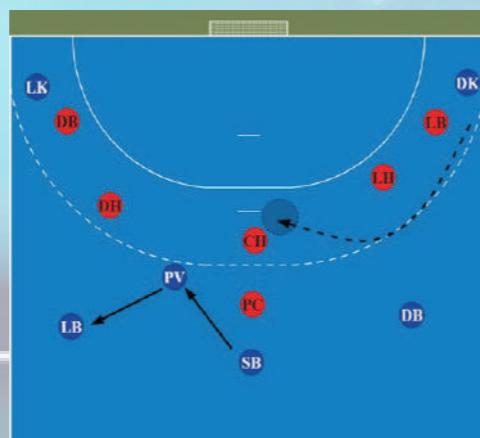


Slika 15

igru 1:1. U koliko dođe do pomaganja od strane prednjeg centra (PC), desni bek (DB) dodaje loptu srednjem beku (SB) koji u situaciji 3:2 na levoj strani terena traži najbolje rešenje za realizaciju napada. Takođe, u situaciji pomaganja centarhalfu (CH) od strane levog halfa (LH), brojčana prednost se ostvaruje na desnoj strani napada.

Pivotmen post, utrčavanje suprotnog krilnog igrača

Kod ove akcije protiv zonske obrane 5:1, neophodno je da pivotmen (PV) snažno i brzo (eksplozivno) izađe iz zone i primi loptu od strane srednjeg beka (SB) nakon čega pravi korak u desnu stranu i dodaje loptu levom beku (LB). U nastavku akcije levi bek (LB) odigrava 2:2 sa pivotmenom (PV) protiv desnog halfa (DH) i centarhalfa (CH), dok istovremeno desno krilo (DK) utrčava na poziciju drugog pivotmena u visini sedmerca (*slika 16*).



Slika 16

U tom momentu, ako je otvorena linija dodavanja, levi bek (LB) ima mogućnost da proigra (*slika 17*) desno krilo (DK) ili da eventualno nastavi akciju dodavanjem lopte desnom beku (DB) za



Slika 17



ZAKLJUČAK

Gledano sa aspekta višegodišnjeg trenerskog iskustva, kao i na osnovu analize igre pojedinih ekipa sa naših prostora ali i vrhunskih rukometnih ekipa širom Evrope, moguće je zaključiti sledeće:

- Igra u napadu sa ulaskom igrača na poziciju pivotmena (kao deo taktike igre u napadu) na zonsku odbranu 5:1 ima veliku mogućnosti realizacije napada uz oslobođanje većeg prostora za postizanje gola. Za ovaku vrstu napada, neophodna je tehničko-taktička pripremljenost igrača i trenera, kao i njihova saradnja za vreme igre.
- Napad sa ulaskom igrača na poziciju drugog pivotmena mora da bude ui-

gran na visokom nivou, što je pretpostavka za jednu vrhunsku ekipu. Igrači moraju biti fokusirani i imati visok nivo discipline. Moraju posedovati dobre perceptivne sposobnosti (mogućnost dobrog predviđanja kretanja lopte i igrača na terenu) i biti strpljivi. Samo takvim pristupom bez prebrzih (ishitrenih) šuteva, pravovremenim i preciznim proigravanjem pivotmena postići će se efikasnost napada.

• Postoji veliki broj različitih rešenja koja se mogu koristiti u napadu na zonsku odbranu 5:1. Rešenja se najčešće pronalaze na širokim pozicijama u igri (između beka i halfa) nakon ulaska igrača na poziciju drugog, povremenog pivotmena. Neretko ti igrači i dolaze u priliku za realizaciju napada. ■

Literatura

- Korte, F., & Lames, M. (2019). *Passing Network Analysis of Positional Attack Formations in Handball*. Journal of Human Kinetics, 70, 209-221.
- Rogulj, N. (2003). *Učinkovitost taktičkih modela u rukometu*. Doktorska disertacija. Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb.



Zonska odbrana 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja

Pre objašnjenja igre u odbrani 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja, moramo se podsetiti na osnovnog principa kretanja i funkcionisanja zonske odbrane 6:0. On je najčešće podrazumevao da svih 6 odbrambenih igrača stoji neposredno ispred linije golmanovog prostora sa optimalnim međusobnim rastojanjem. Od igrača se zahtevala isključivo dobra bočna pokretljivost pa je ova formacija zadovoljavala dva osnovna odbrambena principa – princip širine i gustine, dok je princip dubine gotovo izostavljen. Šutevi sa bekovskih pozicija su se branili uglavnom blokom, a danas se ovakav vid odbrane koristi pretežno kao trenažno sredstvo za uvežbavanje individualnog i grupnog blokiranja šutova.

Usled pojave bekova sa sve jačim, preciznijim i efikasnijim šutevima sa distance dolazi se do potrebe da se ovakav način igre u odbrani modifikuje. Zato se ova zonska formacija danas koristi najčešće u kombinaciji sa zonskom odbranom 5:1 (6:0 sa prelaskom u 5:1). Bez obzira na takav način igre, gde je jedan igrač naizmenično „isturen“ prema napadaču, ovu odbranu i danas nazivaju odbranom 6:0 (Gec, 1995).

Konkretno, zonska odbrana 6:0 sa prelaskom u 5:1 u svom početnom obliku podrazumeva 6 igrača koji zauzimaju pozicije ispred linije 6 metara, dok u određenim momentima igrači na poziciji 2, 3, 4 i 5 izlaze dubinski prema protivničkim bekovima kako bi izvršili određene odbrambene zadatke. Ovi dubinski izlasci pretežno se koriste za pravovremeno sprečavanje skok šuta, pravljenje faula, ali i za presecanje putanje kretanja lopte.

Izlazak odbrambenog igrača na igrača sa loptom podrazumeva zatvaranje prostora iza njegovih leđa. To zatvaranje prostora vrše susedni igrači u odbrani. Njihova uloga je dvojaka, tj. njihov zadatak se odnosi na blokiranje šuta i čuvanje pivotmena u

tom prostoru (Tomljanović i Malić, 1982). Ovakav način igre u odbrani zadovoljava princip dubine i to je jedan od razloga što se ovakav način igre u odbrani i najčešće primenjuje u savremenom rukometu.

Trebalo bi još napomenuti da najčešći problem u funkcionisanju zonske odbrane predstavlja situacija u kojoj se pivotmen protivničke ekipe nalazi između dva odbrambena igrača, a naspram igrača sa loptom, kao i ko će od njih dvojice izaći na igrača sa loptom (šutera). Ovakvih situacija i mogućnosti za njihovo rešavanje ima mnogo, a uspešnost u njima zavisi od dobre komunikacije između igrača, uigranosti, saradnje, kao i od anticipacije odbrambenih igrača.

Taktičke varijante zonske odbrane 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja

Taktika je „smišljena i planska aktivnost pojedinca, grupe igrača ili ekipe, kojoj je svrha da pojedine situacije u igri, ili njen celi tok, predviđi i na osnovu toga pronađe najbolja rešenja“ (Tomljanović i Malić, 1982). Taktika u sportu se različito definiše. Neki autori je definišu kao „izbor i primenu sredstava, metoda i formi vođenja sportske borbe sa ciljem postizanja maksimalnih rezultata na takmičenju; drugi je definišu kao smišljen, racionalan i ekonomičan način vođenja sportske borbe. Ove definicije se međusobno razlikuju ali imaju zajedničku karakteristiku – osnovna funkcija taktike je da se putem veštog vođenja sportske borbe dođe do željenih rezultata“ (Koprivica, 2013).

Na osnovu prethodnih definicija taktike možemo zaključiti da bi osnovni cilj igre u odbrani, pa tako i u zonskoj odbrani 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja, bio da različitim sredstvima i metodama sprečimo protivničke igrače u nameri da postignu pogodak.

U savremenom rukometu, zonska odbrana 6:0 se najčešće koristi u obliku u kom igrači napuštaju osnovni položaj (položaj ispred linije golmanovog prostora). U odnosu na način i cilj napuštanja osnovne pozicije razlikujemo dva tipa zonske odbrane 6:0:

- Odbrana 6:0 sa izlaskom na igrača sa loptom i
- Odbrana 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja

Zonska odbrana 6:0 sa izlaskom na igrača sa loptom podrazumeva izlazak odbrambenog igrača koji se nalazi naspram napadača sa loptom. Tako, ako je lopta kod levog beka (uz pretpostavku da se pivotmen nalazi između odbrambenog igrača 4 i 5) na njega izlazi odbrambeni igrač 2. Ovakav vid izlazaka odbrambenih igrača je taktički predvidljiv i napadači mogu da pretpostave ko će i u kom trenutku od odbrambenih igrača napustiti zonu i na osnovu toga pripremiti tj. primeniti određene napadačke akcije.

Za razliku od ove varijante, odbrana sa izlaskom na pravac dodavanja je manje predvidiva i ostavlja dosta mogućnosti odbrambenim igračima da iznenade napadače. Nepredvidivim izlascima na pravac dodavanja ostvaruju se i osnovni taktički ciljevi ovakve varijante igre u odbrani 6:0 a to su:

- Narušavanje ritma i tempa napada;
- Usporavanje napada u njegovim određenim fazama;
- Vršenje pritiska prema bekovima neposredno pre prijema lopte;
- Udaljavanje bekova od svojih inicijalnih pozicija;
- Udaljavanje bekova od zone šuta;
- Navođenje bekova da šutiraju iz neizgrađenih pozicija;
- Povećavanje broja tehničkih grešaka u fazi napada i
- Stvaranje dileme kod napadača sa loptom da li da izvrši dodavanje ili da deluje prema golu.

Nekim od osnovnih karakteristika odbrane 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja se mogu sma-

trati nepredvidljivost, kao i agresivnost i dubina koja se ostvaruje prilikom izlazaka. Ove tri karakteristike omogućavaju sprovođenje i nekih individualnih taktičkih rešenja prema pojedinim igračima u fazi napada. Zbog svega navedenog ova varijanta odbrane 6:0 je znatno prihvatljivija i češće primenjivana u savremenom rukometu u odnosu na varijantu odbrane 6:0 sa izlaskom na igrača sa loptom.

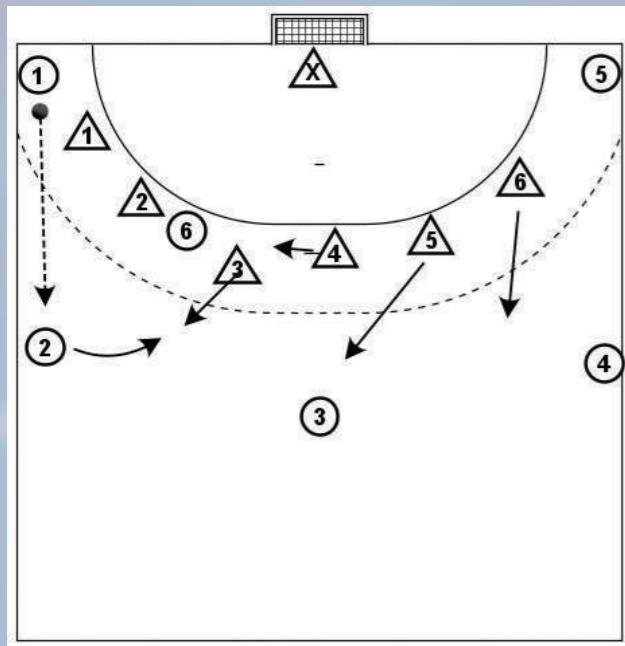
I pored toga, moramo naglasiti da je u početnim fazama obuke igrača neophodno primeniti odbranu u kojoj se izlazak vrši na igrača sa loptom. U toj varijanti zadaci su jasniji i precizniji, sa tim i jednostavniji, pa se ovakav vid i češće susreće u početnim fazama obučavanja zonske odbrane 6:0. Za obučavanje varijante odbrane 6:0 u kojoj se vrši izlazak na pravac dodavanja potreban je određen stepen tehničko-taktičkog znanja kao i dobra motorička sposobljenost igrača. Pored toga, dobra saradnja i uigranost među igračima je važan element koji nameće da se ovakav vid odbrane koristi u nešto kasnijim fazama obučavanja.

U nastavku biće opisani konkretni primeri odbrane 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja koji se mogu videti u praksi savremenog rukometu.

Primer 1

U situaciji koja je prikazana na slici 1, nakon zatvaranja i predaje lopte levog krila prema levom beku, levi bek izvodi polukružni zalet prema sredini i nastoji da uputi skok šut. Kako je pivotmen postavljen između drugog i trećeg odbrambenog igrača, u ovoj varijanti odbrambeni igrač 3 izlazi na levog beka sa ciljem da ga napadne i poremeti u nameri da izvede šut prema golu. Odbrambeni igrač 4 u saradnji sa golmanom blokom brani eventualni šut levog beka, dok odbrambeni igrač 5 izlazi na pravac dodavanja nešto „dublje“ i sprečava direktni pas prema srednjem i desnom beku. Odbrambeni igrač 6 takođe izlazi nešto „dublje“, na pravac dodavanja prema desnom beku i u ovoj situaciji ima dvojaku ulogu a to je čuvanje desnog beka i desnog krila. U zavisnosti od datih okolnosti ovaj odbrambeni igrač će ili preseći loptu ili pokušati agresivnim iskakanjem da napravi prekid igre tj. faul. Cilj ovakvih izlazaka jeste nedozvoljavanje napadačima da dođu u zonu šutiranja na gol i pogodnu poziciju za dodavanje.

.....



Slika 1 – prva varijanta zonske odbrane 6:0
sa izlaskom na pravac dodavanja

Primer 2

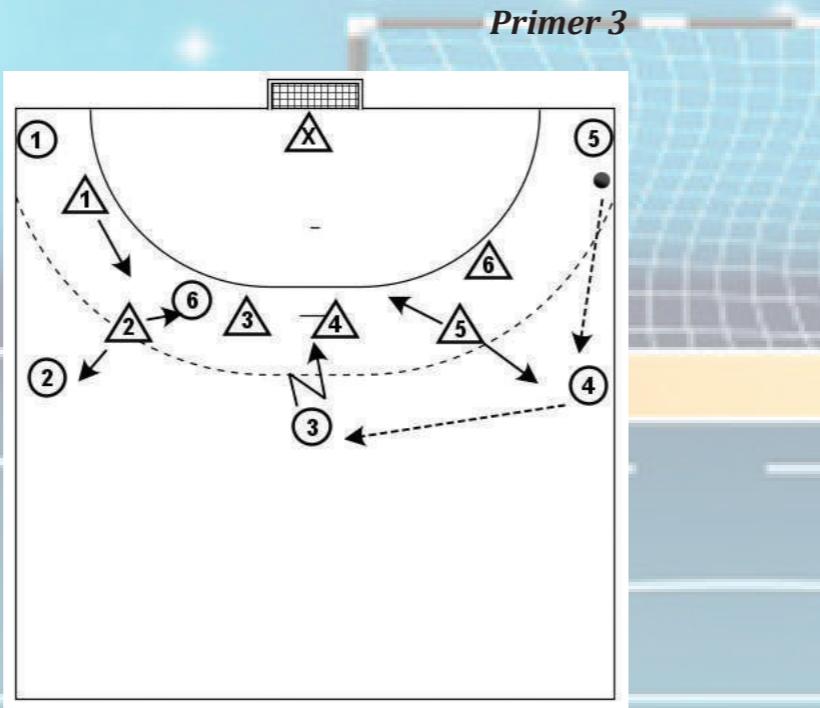
Ukoliko se napadačka akcija započne sa desne strane, a pivotmen se kao u prethodnoj situaciji nalazi između drugog i trećeg odbrambenog igrača, agresivnim iskakanjem drugog i petog odbrambenog igrača mogla bi se sa uspehom rešiti ova situacija. U trenutku kada lopta dođe do srednjeg beka koji namerava da uputi dodavanje prema levom beku, odbrambeni igrač 2 agresivnim izlaskom nastoji da preseče to dodavanje (Slika 2). Taj izlazak drugog igrača u odbrani zahteva i određene korekcije u stavljanju i kretanjima ostalih odbrambenih igrača. Odbrambeni igrač 1 se postavlja nešto bliže sredini odbrane kako bi pomogao u čuvanju pivotmena. Odbrambeni igrač 3 je u potpunosti zadužen i odgovoran za čuvanje pivotmena ali i za saradnju i pomaganje svom saigraču sa leve strane (odbrambeni igrač 4). Odbrambeni igrač 4 uz saradnju odbrambenih igrača 3 i 5 čuva srednjeg beka. Srednji bek na osnovu novonastale situacije procenjuje kome će uputiti dodavanje, a odbrambeni igrači moraju biti spremni na nekoliko mogućnosti: dodavanje pivotmenu, dodavanje levom krilu, dodavanje desnom beku, dodavanje levom beku ili prodor i šut prema golu. Za svaku od navedenih mogućnosti potrebno je pripremiti odgovarajuće rešenje.

- Za dodavanje pivotmenu – odbrambeni igrači 1, 2 i 3 se brzom i agresivnom reakcijom trude da okruže pivotmena i ne dozvole izvođenje šuta.

- Za dodavanje levom krilu – odbrambeni igrač 1 pokušava da preseče to dodavanje, a ako ne uspe onda nastoji da smanji ugao krilnog igrača i da u što većoj meri zatvori „uskok“ sa krilne pozicije.
- Za dodavanje desnom beku – odbrambeni igrač 5 postupa isto kao i odbrambeni igrač 2 tj. agresivnim iskakanjem i pokušajem da preseče putanju lopte.
- Za dodavanje levom beku – ukoliko srednji bek uspe u nameri da doda loptu levom beku, odbrambeni igrač 2 nastavlja duboki izlazak i agresivnim igrom pokušava da udalji beka iz zone šutiranja.
- Za prolaz ili šut srednjeg beka prema golu – odbrambeni igrač 4 u saradnji sa igračima 3 i 5 pokušava da zaustavi srednjeg beka ili da blokira šut. U takvoj situaciji odbrambeni igrač 2 se vraća i preuzima pivotmenu.

beku (Slika 3). Ovaj izlazak bi trebalo da bude iznenadan i pravovremen, kako bi se izvršio istovremeni pritisak na srednjeg beka ali i na desnog beka koji treba da odluci kako će nastaviti napadačku akciju. Cilj ovakvih agresivnih izlazaka u odbrani na liniju dodavanja je nametanje tempa i ritma, kao i one mogućavanje protivničkih igrača da ostvare željenu igru u fazi napada. Desni bek se sada nalazi u nametnutoj poziciji i taktičkoj nedoumici u kojoj mora da odluci da li će uputiti dodavanje prema desnom krilu, srednjem beku, pivotmenu ili „preskočiti“ isturenog odbrambenog igrača i dodati levom beku. Takođe, jedna od opcija jeste i šut na gol, a zadatak odbrambenih igrača je da u zavisnosti od delovanja desnog beka reaguju na sledeće načine:

- Ako desni bek želi da doda loptu desnom krilu – odbrambeni igrač 6 najpre nastoji da preseče dodavanje, zatim ne dozvoljava ulazak krilnog igrača u prostor između njega i saigrača sa desne strane (odbrambenog igrača 5), a ukoliko lopta dođe do desnog krila sprečava šutiranje na gol.

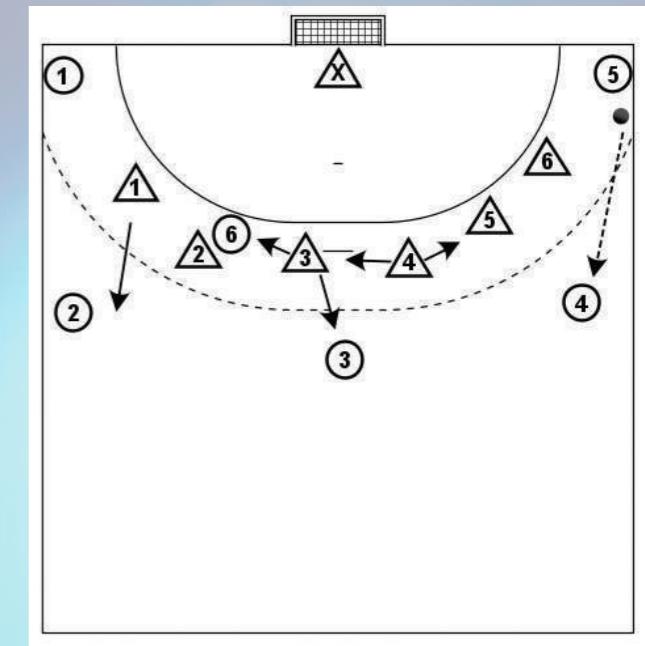


Slika 2 – druga varijanta zonske odbrane 6:0
sa izlaskom na pravac dodavanja

Slično prethodnoj odbrambenoj taktici, u situaciji kada se pivotmen nalazi ispod levog beka a napadačka akcija započinje sa desne strane, izlazak na pravac dodavanja se može izvršiti i jedan „pas“ ranije, odnosno u trenutku kada se lopta nalazi kod desnog beka. Taktičko rešenje moglo bi započeti izlaskom odbrambenog igrača 3 prema srednjem

- Ako desni bek želi da uputi skok šut ili napravi prodor prema golu – odbrambeni igrač 5 u saradnji sa saigračima sa leve i desne strane sprečava željene akcije desnog beka.
- Ako desni bek želi da uputi dodavanje prema srednjem beku – odbrambeni igrač 3 se najpre trudi da preseče dodavanje, a ukoliko lopta dođe do srednjeg beka on nastavlja agresivnom igrom da udalji srednjeg beka od zone šuta i zone kvalitetnog dodavanja. Odbrambeni igrač 2 zaustavlja poziciju ispred pivotmena tako da ovaj napadač nema mogućnost da dobije loptu.
- Ako desni bek želi da doda levom beku – iskakanjem iz zone odbrambeni igrač 1 nastoji da preseče taj „pas“.

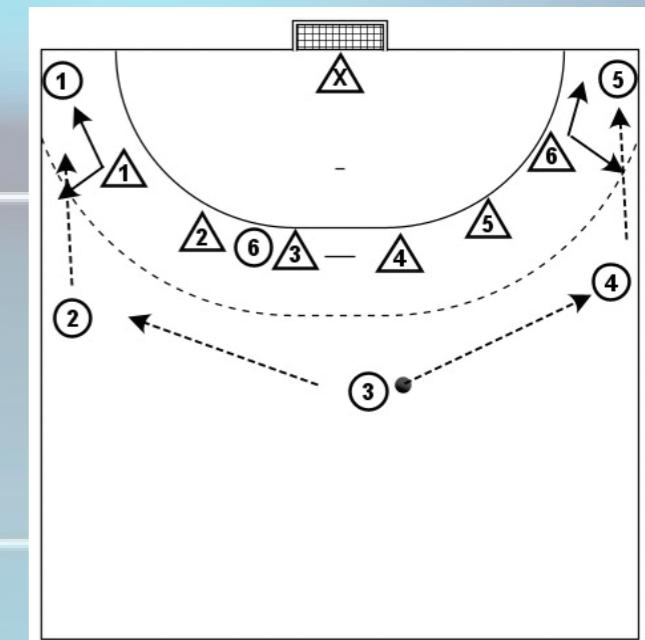
- Ako desni bek želi da doda pivotmenu – odbrambeni igrači 3 i 4 svojom pokretljivošću i zauzimanjem dobrog odbrambenog stava sa podignutim rukama sprečavaju dodavanje, dok je odbrambeni igrač 2 postavljen ispred pivotmena kako bi sprečio eventualno dodavanje lopte ka njemu. Ukoliko lopta dođe do pivotmena odbrambeni igrači 1, 2 i 3 pokušavaju da ovu napadačku zamisao prekinu faulom.



Slika 3 – treća varijanta zonske odbrane 6:0
sa izlaskom na pravac dodavanja

Primer 4

Varijanta koja je će biti prikazana na ovom primeru počela se koristiti još 80-tih godina prošlog veka. Ona predstavlja model zonske odbrane 6:0 sa



Slika 4 – četvrta varijanta odbrambene zone 6:0
sa izlaskom na pravac dodavanja

izlaskom na pravac dodavanja sa agresivnom igrom krajnjih odbrambenih igrača. Dok su u klasičnom obliku odbrane 6:0 odbrambeni igrači 1 i 6 delovali isključivo na liniji 6 metara, „zatvarajući prostor, ne

dozvoljavajući prodor krilnog napadača i gurajući zonu u bočnu pokretljivost" (Tomljanović i Malić, 1982), u ovoj varijanti odbrambeni igrači 1 i 6 izlaze van zone prema protivničkim krilnim igračima čime sprečavaju dodavanje bek-krilo a time i šutiranje sa krilne pozicije. Još veći benefit onemogućavanja dodavanja prema krilu jeste sprečavanje planski organizovanog kolektivnog napada s obzirom da je dobro poznato da veliki broj napadačkih akcija polazi upravo sa krilnih pozicija. Pored toga ideja sprečavanja dodavanja prema krilu je da se primora bek (levi ili desni) da pravi zalet sa loptom, a veoma često u tom zaletu koristi i vođenje. To ga dovodi u lošiju poziciju jer odbrana lako može napraviti faul. Potvrda da je ovakva taktička zamisao dobra i kvalitetna jeste upravo činjenica da kao takva i dalje pronalazi svoje mesto u savremenom rukometu.

U situaciji prikazanoj na slici 4 u trenutku kada lopta dođe do desnog beka koji pokazuje nameru da doda loptu prema desnom krilu, odbrambeni igrač 6 izlazi na pravac dodavanja i sprečava dodavanje bek-krilo. Logičan sled bi bio da desni bek vrati loptu do srednjeg a on dalje prosledi do levog beka. U tom trenutku odbrambeni igrač 1 izvršava istu akciju kao odbrambeni igrač 6 čime se igra protivničkih napadača svodi samo na tri beka. Ovako limitirajuća situacija za napad svakako predstavlja problem, a od ostalih odbrambenih igrača se očekuje da izvrše preraspodelu ostalih delova odbrambene zone i ne dozvole šut sa bekovske ili pivotmenske pozicije.

Prethodno su opisane odbrambene taktičke zamisli koje nastupaju i pre nego što protivnički igrači preduzmu određene napadačke aktivnosti, odnosno još u fazi pripreme napada. Time se skraćuje trajanje protivničkog napada, nameće se ritam odbrane i vrši pritisak na napadače kako bi se eventualnim iznenadnim situacijama doveli do tehničke greške ili promašaja.

Taktičke varijante zonske odbrane 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja mogu se primenjivati i u trenucima kada su napadači osmisili i počeli sprovoditi organizovani napad. Sledeći primeri idu tome u prilog.

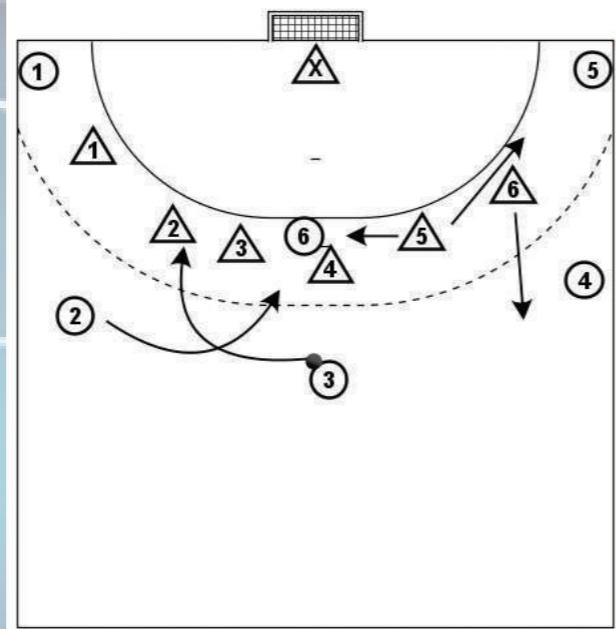
Primer 5

Napadačka akcija u kojoj srednji bek ukršta levom beku ima za cilj stvaranje povoljne pozicije za šut levog beka ili saradnju sa drugim igračima koji bi nakon dodavanja bili u povoljnoj poziciji za realizaciju napada. Ovakva napadačka akcija mogla bi se rešiti pravljenjem gustine prema igračima koji izvode ukrštanje, zatvaranjem pivotmena i izla-

skom odbrambenog igrača 6 prema desnom beku sa ciljem presecanja lopte.

Prilikom ovakvog ukrštanja pivotmen se nalazi između odbrambenih igrača 3 i 4. Srednji bek napada odbrambenog igrača 3 i predaje loptu levom beku koji polukružnim zaletom napada u visine bliže stative. Nakon ukrštanja pivotmen blokira odbrambenog igrača 3 i naizgled u ovoj situaciji je napad ostvario prednost i moglo bi se očekivati uspešan završetak akcije. Međutim, odbrana sa izlaskom na pravac dodavanja daje mogućnost da se ekipa sa uspehom izbori sa ovakvim napadom (Slika 5).

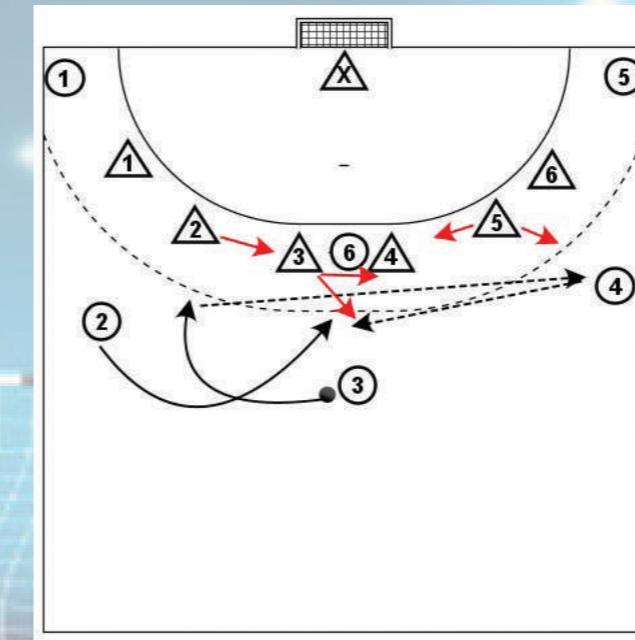
- Odbrambeni igrači 4 i 5 se pomeraju prema mestu gde se izvodi ukrštanje čime stvaraju gustinu i pomažu odbrambenom igraču 3 u sprečavanju šutiranja na gol i čuvanju pivotmena;
- U slučaju kvalitetnog zatvaranja skok šuta i sprečavanja dodavanja lopte pivotmenu, levi bek nakon ukrštanja najčešće nastoji da doda loptu desnom beku. U toj situaciji odbrambeni igrač 6 izlazi na pravac dodavanja prema desnom beku sa ciljem da preseče dodavanje.
- Takođe, odbrambeni igrač 6 sprečava i eventualno dodavanje između levog beka i desnog krila. Da bi ispunio oba zahteva potrebno je dobro pozicioniranje i pravovremena reakcija.



Slika 5 - varijanta zonske odbrane 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja nakon jednostrukog ukrštanja

Primer 6

Druga napadačka akcija koja bi se takođe mogla rešiti izlaskom na pravac dodavanja jeste odvlačenje. Nakon širokog zabadanja srednjeg beka prema levoj strani i upućenom dodavanju prema desnom beku, odbrambeni igrač 3 izlazi izvan zone i sprečava dodavanje desnog beka prema levom beku koji je polukružnim zaletom došao na poziciju srednjeg beka (Slika 6). Odbrambeni igrač 5 je u slučaju individualne akcije desnog beka direktno zadužen za njegovo čuvanje a u tome mu pomaže odbrambeni igrač 4.



Slika 6 - varijanta zonske odbrane 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja nakon odvlačenja

ZAKLJUČAK

Razvoj rukometne igre uslovjava prilagođavanje i stalno usavršavanje trenera. Neophodno je da se sva praktična saznanja teoretski obrade ali i obrnuto, da se nova teoretska saznanja o savremenim tendencijama u rukometnoj igri implementiraju u trenažni i takmičarski pro-

ces. Iz svega što je do sada napisano mogu se izvesti sledeći zaključci:

• **Faktori uspešnosti odbrambenih zadataka** svrstani su u nekoliko kategorija: tehnička znanja odbrambenih igrača, taktička znanja odbrambenih igrača, fizički i energetski kapaciteti odbrambenih igrača, morfološke karakteristike, psihološko – kognitivne karakteristike, protivničko delovanje i uticaj okoline.

• **Zonska odbrana 6:0 sa izlaskom na pravac dodavanja zadovoljava princip gustine i širine bočnom pokretljivošću odbrambenih igrača, a povremenim i nepredvidljivim izlascima zadovoljava i princip dubine.**

• **Izlazak na pravac dodavanja može se koristiti u velikom broju situacija.** Nametnjem ritma i dinamikom igre u odbrani, napadu se ostavlja malo prostora za kolektivnu organizovanu igru, a samim tim i smanjuje mogućnost uspešne realizacije napada. Takođe, izlazak na pravac dodavanja može se koristiti i tokom započetih akcija igrača u napadu, a sve sa ciljem da se uspešnost tog napada svede na minimum.

• **Osnovni ciljevi 6:0 odbrane sa izlaskom na pravac dodavanja su: narušavanje ritma i tempa napada, usporavanje napada u njegovim određenim fazama, vršenje pritiska prema bekovima neposredno pre prijema lopte, udaljavanje bekova od svojih inicijalnih pozicija, udaljavanje bekova od zone šuta, primoravanje bekova da šutiraju iz neizgrađenih pozicija, povećavanje broja tehničkih grešaka u fazi napada i stvaranje dileme kod napadača da li da doda loptu ili da deluje prema golu.**

Literatura

- Gec, I. (1995). *Rukomet po planu*. Međurepublička zajednica za kulturno-prosvjetnu delatnost, Pljevlja
- Koprivica, V. (2013). *Teorija sportskog treninga*. Izdanje autora, Beograd
- Tomljanović, V. i Malić, Z. (1982). *Rukomet - teorija i praksa*. Sportska tribina, Zagreb



Boris Rojević sa devetim uzastopnim šampionskim peharom novosadske Vojvodine, njegovim četvrtim