

# 40/20



MAGAZIN ZAJEDNICE TRENERA  
rukometnog saveza srbiјe

XIV broj / oktobar 2022.

USPESI NA SVETSKOJ SCENI

**Tri medalje za  
srpski rukomet**

SUPER KUP SRBIJE

**Trofeji Jagodini  
i Metaloplastici**

ARKUS LIGA

**Sve kvalitetnija,  
nikad zanimljivija**

STRUČNA TEMA

**Uloga golmana  
u zonskoj odbrani 5-1**

**VLADAN MATIĆ**

**Želim sklop dobrih ljudi i sportista**

## UVODNIK

Jesenje izdanje u tonovima uspeha \_\_\_\_\_ 03

## IZ ZAJEDNICE TRENERA RSS

Rad na zaštiti interesa trenera po pitanju zloupotrebe licenci \_\_\_\_\_ 04-05

## USPESI NA MEĐUNARODNOJ SCENI

Bronzano leto – tri medalje za srpski rukomet \_\_\_\_\_ 6-13



## INTERVJU BROJA: VLADAM MATIĆ

Želim sklop dobrih ljudi i sportista \_\_\_\_\_ 14-19



## ODRŽAN SUPER KUP SRBIJE

Trofeji Jagodini i Metaloplastici \_\_\_\_\_ 20-23



## ARKUS LIGA ZA RUKOMETAŠE

Sve kvalitetnija, nikad zanimljivija \_\_\_\_\_ 24-27



## ARKUS LIGA ZA RUKOMETAŠICE

Od trke za plej-of do borbe za opstanak samo je par koraka \_\_\_\_\_ 28-31



## STRUČNA TEMA

Uloga golmana u zonskoj odbrani 5:1 \_\_\_\_\_ 32-37



## STRUČNA TEMA

Individualni aspekti igre levog beka na plitke i duboke odbrane \_\_\_\_\_ 39-44



# Jesenje izdanje u tonovima uspeha

**D**ragi rukometni prijatelji, jesenje izdanje Magazina 40x20 najavljujemo u jednom lepotom raspoloženju s obzirom na sve ono što se u srpskom rukometu izdogađalo prethodnog leta. Na naslovnim stranicama XIV broja našeg projekta, koji smo započeli u proleće 2019. godine, naći će se puno slavljeničkih motiva, jer su nam za to naši najbolji rukometari i rukometnice dali povoda.

**Na naslovnim stranicama XIV broja našeg projekta, koji smo započeli u proleće 2019, naći će se puno slavljeničkih motiva, jer su nam za to naši najbolji rukometari i rukometnice dali povoda**

Osvajanjem bronzane medalje na Evropskom prvenstvu za juniore u Portugaliji, naša generacija 2002 probudila je novu energiju među rukometnom populacijom i pokazala da rukomet na ovim prostorima još uvek ima šta da kaže i pokaže. Bronzano odličje, prvo kada je reč o mlađim muškim reprezentativnim selekcijama, jeste i nagrada svim onim stručnjacima koji su ulagali mesece i godine u razvoj tih mlađih igrača po klubovima. Njihov individualni napredak je dokaz da u Srbiji još uvek rastu talenti i da ima trenera koji taj talenat mogu da izbruse i postave ga ispred vodećih svetskih sila koje rade u najboljim mogućim uslovima.

Juniorska medalja bila je šlag na torti za uspeh na Mediteranskim igrama gde su naše dve selekcije takođe završile na pobedničkom postolju.

O tim uspesima naših selekcija, razmišljanjima trenera ARKUS muške i ženske lige na startu nove sezone, razgovoru sa povratnikom u srpski rukomet Vladanom Matićem, uz nezaobilazne stručne teme, čitajte na narednim stranicama magazina 40x20...

Da nam svaka naredna sezona počne sa medaljama.

Uživajte.

Živeo rukomet. ■

## 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: Miloš Čučković (trener golmana švajcarskog Zur Arau); Miljan Stanić (EHF Master coach)  
Recenzent stručnih tema: dr Zoran Valdevit ■ Dizajn i prelom: Novo Bojičić ■ Foto: Ivica Veselinov/RSS, IHF, Youtube/Printscreen, EHF/Kolektiff, Balkan-Handball.com, ARKUS liga, ZT RSS, Dragana Stjepanović/RSS, Jozo Čabralja/Kolektiff

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



## Rad na zaštiti interesa trenera po pitanju zloupotrebe licenci

**C**entralni seminar Zajednice trenera Rukometnog saveza Srbije okupio je sredinom juna na završetku takmičarske sezone tradicionalno u kragujevačkim Šumaricama srpske trenere koji su u tri dana mogli da čuju dosta toga interesantnog od strane eminentnih predavača iz različitih oblasti. O trenažnoj filozofiji holandske rukometne akademije, koja je dovela do toga da devojke iz zemlje lala postanu ekstra klasa i dođu do svetske titule 2019. godine, govorila je u tom trenutku aktuelna selektorka Monika Tijsterman. Selektor muške reprezentacije Srbije, Toni Đerona, upoznao je polaznike seminara sa novim ten-

dencijama u preuzimanju inicijative u obrani teorijskim i praktičnim prikazom.

„Praktičan prikaz kvalitativne analize Evropskog prvenstva 2022 za muškarce“ održanog u Mađarskoj i Slovačkoj imao je Zoltan Marčinka ispred Evropske rukometne Federacije. Predstavnici Zajednice sudija i kontrolora RSS govorili su o izmenama i dopunama pravila rukometne igre.

U okviru seminara za obnovu EHF pro licence Marčinka je zajedno za Zoltanom Koljom govorio o digitalnom planiranju korišćenjem platforme „My handball system“. U sklopu Centralnog seminara

organizovan je i „refrešing“ za EHF Master Coach program u saradnji sa Rukometnim savezom Srbije. Tako je našim trenerima, koji imaju obavezu učešća na „refrešingu“, omogućeno da ujedno prisustvuju i Centralnom seminaru ZT RSS.

Predstavnici Zajednice su aktivno učestvovali u izradu akata za narednu sezonu u cilju zaštite interesa članova Zajednice kroz odredbe Disciplinskog pravilnika i Propozicija takmičenja, a po pitanju zloupotrebe trenerskih licenci. Prethodnih meseci radilo se na ažuriranju spiska ispunjenosti uslova za dobijanje licence u narednoj takmičarskoj sezoni. Kontinuirano je praćen postupak edukacije trenera za rad sa decom.

Od momenta objavljivanja novih propisa vezanih za licenciranje zabeležena je, do sada neviđena ekspanzija, učlanjenja novoškolovanih trenera, kao i reaktiviranje trenera koji u protekle tri-četiri godine nisu radili. Aktivacija njihovog statusa je signal da su klubovi ozbiljno shvatili obavezu angažovanja trenera određenih kategorija koji ispunjavaju obavezu licenciranja za određeni stepen takmičenja. Pogotovo se registruje „potraga“ za trenerima koji ispunjavaju uslove za nivo 1, odnosno, onih koji mogu da rade sa decom do 16 godina. Tu je Zakon o sportu jasan i isključiv, jer bez odgovarajuće dozvole ekipe ne mogu učestvovati u takmičenjima mlađih kategorija. ■





# BRONZANO LETO

## – tri medalje za srpski rukomet

Ako se po letu 2022. godine bude ocenjivala budućnost srpskog rukometa, onda ljubitelji jednog od najtrofejnijih sportova u našoj zemlji, ne bi trebalo da brinu. Jul mesec, iako bronzan po svim parametrima, biće upisan zlatnim slovima u noviju istoriju srpskog rukometa, kao dokaz dobrog rada i putokaz kako bi trebalo ići dalje.

U samo dve nedelje na grudima mladih srpskih rukometara i rukometničica zasijale su tri bronzone medalje sa tri takmičenja. Prvo su sportsku i rukometnu javnost obradovale mediteranske selekcije, koje su na Igrama u alžirskom Oranu došle do medalja posle serije dobrih partija predvođene selektorima Tonijem Đeronom i Urošem Bregarom.

Kao šlag na tortu iz Portugala je stigao uspeh muške juniorske reprezentacije – generacije 2002, koja je osvojila bronzanu medalju na Evropskom prvenstvu. To je i prvo odličje muških reprezentativnih selekcija pod imenom "Srbija", a na nju se čekalo punih 17 godina od poslednjeg uspeha generacije 1986.

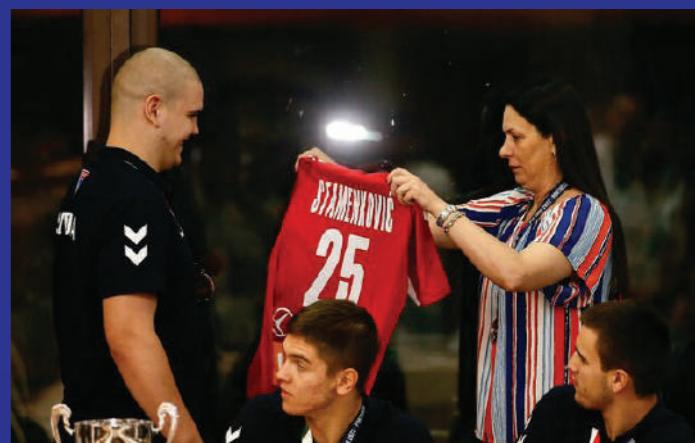
### Bronzani "orlići" – zlatna deca

Dugo se čekala, ali će ući u anale srpskog rukometa. Juniorska generacija 2002 predvođena selektorom Đorđem Teodorovićem napravila je istorijski uspeh za naš rukomet osvajanjem bronce na Evropskom prvenstvu u Portugalu, prve pod imenom Srbija. Najблиži do sada kada su u pitanju mlađe reprezentativne selekcije, bila je kadetska generacija 1992, koja je na Evropskom prvenstvu u Crnoj Gori osvojila peto mesto, sada već davne 2010. godine.

Selekcija predvođena Stefanom i Matejom Dodićem, Milošem Kosom i drugim sjajnim mlađim igračima napravila je veliki iskorak u odnosu na Evropsko prvenstvo u kadetskoj konkurenciji prošle godine, kada je osvojila 13. mesto.

U borbi za bronzu savladana je selekcija Švedske 30:26 (17:12) po drugi put na Prvenstvu, a pre toga upisane su pobede nad Italijom, Nemačkom, remi sa Islandom...

Dokaz da dobar rad i odličan rukomet još uvek staju u Srbiji.



– Bila je presudna utakmica sa Nemačkom. Tada smo osetili da možemo sa svima, jer smo u toku utakmice shvatili da imamo potpunu kontrolu i da oni teško mogu sa nama, a važe za favorite i velesilu. Kada smo se vratili u hotel posle te utakmice imali smo sastanak na kome smo zajednički rešili da ništa nikome ne damo do kraja. Tako je funkcionalo do osvajanja medalje. Izuzimajući mali gaf na startu polufinala sa Španijom, toga smo se držali do kraja turnira i odigrali jedno respektabilno prvenstvo. – rekao je posle osvajanja medalje, selektor Đorđe Teodorović.

– Švedani su zaista jaka reprezentacija, izmaklo im je finale za gol protiv Portugala. Niko se ne bi začudio da su osvojili zlatnu medalju. Takvu reprezentaciju pobediti u nekoliko dana dva puta je pravi podvig. Ono što raduje je disciplina izvršavanja dogovora u pogledu taktike. To su momci u oba meča sa Švedskom uradili neverovatno. Dokazali su da imaju sportsku zrelost u ovim mladim godinama. Veliki ponos osećam što smo pobedili takvu rukometnu naciju na ovakav način – dodaо je Teodorović i naglasio.

– Najveći adut je bio to što nas nigde nije bilo. Rešili smo da dokažemo da srpski rukomet nije to što ljudi misle, da ovde ima izvanrednih igrača i da je momenat da se vratimo na mesto koje nam pripada. Imamo najboljeg igrača u Evropi. MVP je Stefan Dodić. Imati najboljeg među najboljima je velika premija. Marko Tasić je najbolji defanzivac Evrope. To je ključ. Zaista je kao komandant vodio odbranu, a momci su pored njega preuzimali odgovornost i iz meča u meč pokazivali da je moguće zaustaviti bilo koju reprezentaciju.

Juniorska bronza je šlag na tortu posle medalja na Mediteranskim Igrama...

– Fenomenalno leto. Zdravije je nego prošli put. Ne treba zaboraviti da smo pre 10 godina bili vicešampioni Evrope, ali to kada se osvojili na seniorskom ni-

vou nema p o d l o g u . Ovo je sastavljenje od momaka koji mogu dugo predstavljati zemlju na visokom nivou. Osetili su krv na zubu i sada imaju osećaj da mogu sa svima. Ove generacije iz vođećih evropskih reprezentacija će ih pratiti i biti njihovi rivali. I Mediteranci su igrali u egalu sa Španijom. Mislim da nema zime, da je ovo jako zdrav temelj i da će potrajati uspeh srpskog rukometa – rekao je Đorđe Teodorović.

Najkorisniji igrač Evropskog prvenstva za juniore bio je Stefan Dodić:

– Osetili smo podršku ljudi iz rukometa i to nam je dalo vetar u leđa. Zdrava atmosfera u ekipi doprinela je da svako pronađe svoju ulogu u ekipi. To je presudilo u nekim bitnim utakmicama. Znali smo da možemo da se nosimo sa svima. Nadam se da ćemo nastaviti u ovom ritmu. Nisam očekivao titulu najboljeg igrača Evrope. Bronza me je više oduševila, ali individualne nagrade mi puno znače za nastavak karijere. Posle Mediteranaca i mi smo uzeli medalju. Nadam se da će sve to ići na bolje u budućnosti.

Levi bek Miloš Kos bio je pravi motor ekipe...

– Od prvog okupljanja se stvorila

harmonija u svačionici. Funkcionisalo je sve kako treba sa stručnim štabom. Išli smo i rasli iz utakmice u utakmicu do sjajnog rezultata. Pojedinačno je svako dao više od svog maksimuma. To se videlo na utakmicama. Funkcionisao sam odlično sa Stefanom, to se videlo na utakmicama i van terena. U budućnosti ćemo ostavljati srce na terenu i davati sve od sebe. Ako to radimo i rezultat će doći.

## Predsednica UO RSS Milena Delić: Istorijska medalja – O rukometu se ponovo priča

Predsednica Upravnog odbora Rukometnog saveza Srbije, Milena Delić, bila je presrećna osvojenim medaljama, a kao naročito važnu apostrofirala je uspeh generacije 2002:

– Ovo je istorijska medalja za srpski rukomet u ovom uzrastu. Čekali smo medalju 17 godina, posvetili se i verovali ovoj generaciji. Omogućili smo im dobre pripreme i jake trening utakmice. To je bila priprema za ono što ih očekuje na samom prvenstvu. Osvojili smo tri medalje za 14 dana. To je revolucija u rukometu. Rukomet je zaživeo, o našem sportu se ponovo priča. Izuzetno mi je draga da nam mlađe snage daju veru i da neće postojati strah

za srpski rukomet u budućnosti. Sve ono što radimo i što im pružamo stvarno ne bismo mogli bez resornog ministarstva, ministra Vanje Udovičića, a na prvom mestu predsednika Republike Srbije, Aleksandra Vučića. Hvala im što vole i ulažu u sport. Ako nastavimo ovim tempom da radimo sa mladima, verujem da u bliskoj budućnosti možemo očekivati veće rezultate i daj Bože da dodemo do medalje i u seniorskoj konkurenциji. Toni Đerona je stvarno uneo neki preporod što se tiče odnosa i pristupa radu, ali budućnost je u mladima. U seniorskoj reprezentaciji možemo da napravimo neki rezultat, ali ako ne postoji temeljan rad u kontinuitetu sa mladima, onda je svaki uspeh kratkog daha. To smo videli 2012. i 2013. godine kada smo osvojili medalje, bili domaćini, ali se nije radio sa generacijama koje dolaze. Jedino tako je mogao da se obezbedi kontinuitet vrhunskih rezultata. Naočar, to se tada nije desilo. Od prvog dana sam bila svesna da više rada, vremena i sredstava možemo da posvetimo mlađim selekcijama. To se sada i vratio.

## Rezultati juniorske reprezentacije na EHF EURO 2022.

### Island - Srbija 28:28 (18:15)

ISLAND: Sigurjonson (13 odbrana), Astorson 3, Adalsteinson 3, Runarson 3, T. Gunarson, Torison, Gustafson 1, Oskarson 7, Finson 1, Topsteinson (1 odbrana), G. Gunarson, Torstensen, Jonason 3, Guðjonson 2, Andrason 3, Vidarson 2

SRBIJA: Mrdović (12 odbrana), Simić 2, Kos 5, Mirković 1, Tasić, Perić, M. Dodić 4, Podunavac, Šmigić 1, Stamenković 2, S. Dodić 6, Barbatesković, Pređović, Rogan 4, Stanislavljević 3, Zekić (5 odbrana)

### Srbija - Nemačka 33:30 (16:17)

SRBIJA: Mrdović (8 odbrana), Simić 1, Kos , Mirković , Tasić, Perić, M. Dodić 5, Podunavac, Šmigić 4,

Stamenković , S. Dodić 4, Barbatesković, Predović, Rogan 5, Stanisavljević 3, Zekić (1 odbrana)

NEMAČKA: Frajhofer 3, Steinhaus, Šoltes 3, Seic 5, Langhof 2, Neudek, Krancman 1, Eising, Ludvig (6 odbrana), Uscins 4, Vilhelm 2, Fišer 4, Grupe (7 odbrana), Šotl, Orlov 6, Siudad Benitez

#### Italija - Srbija 29:34 (11:19)

ITALIJA: Riva (2 odbrane), Delogu, Hrovatin 4, Fadaneli 8, Vierer, Visentin, Bartoli 8, Albanini (8 odbrana), Kopola, De Andelis 1, Riahi (5 odbrana), Sontači 1, Aldini, Manojlović 2, Kaber 5

SRBIJA: Mrdović (4 odbrane), Simić 1, Kos 3, Mirković 1, Tasić, Perić, M. Dodić 4, Podunavac, Šmigić 1, Stamenković, S. Dodić 6, Barbatesković, Predović 4, Rogan 7, Stanisavljević 7, Zekić (10 odbrana)

#### Švedska - Srbija 27:32 (12:15)

ŠVEDSKA: Sjogren 7, Manson 2, Hamberg, Ljungmark 3, Donaldson, Ljungkvist 2, Kamenhed 1, Palmar 5, Meler 3, Erikson, Helmerson 3, Josefson 1, Linden (18 odbrana), Roberts, Savinger (1 odbrana), Elovson 3

Jamazares 6, Soler Bieskas 2, Muhika Santjago 1, Serano Rodriguez 4, Nieto Marcos, Martinez Himenez (2 odbrane), Reguar Masana 4, Perera Ibanjez 1, Domenek Kalatajud (12 odbrana), Lodos Garsija 5, Alvarez Dominguez 1, Fernandez Guzman

#### Utakmica za bronzanu medalju

#### Švedska - Srbija 26:30 (12:17)

ŠVEDSKA: Sjogren 2, Manson 1, Hamberg 4, Ljungmark 2, Donaldson, Ljungkvist, Kamenhed, Palmar 5, Meler 2, Erikson 6, Helmerson, Josefson, Linden (6 odbrana), Roberts 1, Savinger (9 odbrana), Elovson 3

SRBIJA: Mrdović (9 odbrane), Simić 1, Kos 8, Mirković, Tasić, M. Dodić 5, Podunavac, Šmigić 4, Čabril, Stamenković, S. Dodić 3, Barbatesković, Predović, Rogan 5, Stanisavljević 4, Zekić (3 odbrane)

### Bronzani Oran - veliko iskustvo

Muška mediteranska reprezentacija Srbije ponovo se našla na pobedničkom postolju u alžirskom gradu Oranu. Posle 13 godina od osvajanja zlatne medalje na Mediteranskim Igrama u Peskari, izabrani selektora Tonija Đerone osvojili su novo odliće za srpski rukomet i stekli neophodno iskustvo koje će im pomoći da se brže i lakše uklope u koncepciju i sistem A reprezentacije.

"Orlovi" su na ovom turniru slavili u četiri i bili poraženi u dva meča. Padale su u grupi selekcije Slovenije, Italije i Tunisa. U duelu za bronzu savladana je selekcija Severne Makedonije 34:29, a pretrpljeni su porazi od finalista, Egipa i Španije, koja je zaključila neverovatno leto još jednom zlatnom medaljom pored onih na kadetskom i juniorskem nivou.

- Izuzetno mi je drago zbog ove pobjede. U drugom poluvremenu iako smo imali dosta isključenja, korak po korak uvećavali smo prednost. Nedostajalo nam je veća rotacija, momci su bili zaista umorni i želeo bih da čestitam svim igračima jer je ova bronzana medalja veoma važna. Igrali smo istinski jake utakmice i ovo je veliko iskustvo za sve igrače - rekao je posle osvajanja medalje, selektor Toni Đerona.

O važnosti osvojene medalje, kao i samom procesu treninga i takmičenja, govorio je i pomoćnik selektora, Žikica Milosavljević:



- Vlada odlična atmosfera posle ove osvojene medalje. Imali smo sjajan put na ovim Mediteranskim igrama, ali je bilo izuzetno teško. Skoro tri nedelje smo bili zajedno i ono što je najvažnije je da se vraćamo sa jednom medaljom. Jeste da je bronzana, ali konkurenca je bila izuzetno jaka. Izuzetno mi je drago zbog medalje, drago mi je zbog ovih igrača, zbog stručnog štaba, drago mi je zbog svih nas, jer videlo se kako momci iz dana u dan rastu, kako iz treninga u trening poboljšavaju svoje performanse i da počinju da shvataju što je to i kako je to igrati u sistemu. Zaista su ove tri nedelje bile divne, iako je bilo naporno i zasluženo smo osvojili ovu medalju - rekao je trener kragujevačkog Radničkog i proslavljeni desno krilo našeg nacionalnog tima.

#### Italija - Srbija 33:34 (16:15)

ITALIJA: Volarević, Moreti 1, L. Prantner, Dapiran, Bulcamin 1, Savini 3, M. Mengon 5, Dantino 6, Koleluori, Arćijeri 7, S. Mengon 2, Martini, Bortoli 2, Opredisano, Parizini 5, M. Prantner 1

SRBIJA: Bomaštar, Vorkapić 2, Milić 8, Borzaš 4, Jandrić, Trnavac, Kojadinović 2, Pavlović, Golubović, V. Popović 1, M. Vignjević, Šotić 1, Petrić, I. Popović 7, Milosavljević 4, Grozdanić 5

#### Slovenija - Srbija 27:31 (15:15)

SLOVENIJA: Skledar, Horvat 2, Mazej, Tajnik 2, Cokan 4, Kljun 2, Drobež, Miličević 1, Žagar 1, Rozman 2, Pip 6, Grmek 1, Slatinek Jovičić 5, Sikošek Pelko 1, Dobaj, Kotar

SRBIJA: Bomaštar, Vorkapić 4, Milić 7, Borzaš 2, Šotić 1, I. Popović 2, Milosavljević 5, Jandrić, Kojadinović, Pavlović 1, Golubović, V. Popović, Vignjević, Petrić 1, Grozdanić 8

#### Srbija - Egipat 28:35 (12:16)

SRBIJA: Bomaštar, Vorkapić 4, Milić 3, Borzaš 2, Jandrić (13 odbrana), Trnavac, Kojadinović 1, Pavlović 1, Golubović 1, V. Popović 1, Vignjević, Šotić 2, Petrić 2, I. Popović 3, Milosavljević 1, Grozdanić 7

EGIPAT: Abdu, Nasrala, Abusalem 2, Elmasri, Elvalkil 4, J. Eldera 4, Kadah 3, S. Eldera 3, Abdelak 3, Sad 2, Elahmar 6, Mesili 4, Hendavi (7 odbrana), Mohamed, Sanad 4, Eltajar (6 odbrana)

#### Srbija - Tunis 35:29 (19:13)

SRBIJA: Bomaštar, Jandrić, Vorkapić 7, Milić 3, Borzaš 2, Šotić 2, Petrić 2, I. Popović 3, Milosavljević 1, Grozdanić 5

zaš 6, Trnavac, Kojadinović 1, Pavlović 2, Golubović, V. Popović, Vignjević, Šotić, Petrić 3, I. Popović 4, Milosavljević 4, Grozdanić 5

TUNIS: Belkaied, Banour 1, Abdeli 2, Bhar, Bouganmi 3, Meref, Rzig 8, Bača 4, Mustafa, Toumi 2, Maoua 1, Jabala 6, Darmul 1, Čouiref 1, Jaziri

#### **Polufinale**

##### **Španija – Srbija 42:38 (22:21)**

ŠPANIJA: Rodriguez Lario, Hernandez, Garsiandia 4, Bazan Legasa 3, Valera Rovira 1, Tarafeta Serano 4, Martinez Lobato, Izkerdo Labajen, Marquez 6, Odriozola 6, Folkes Ortiz 3, Serano 5, Fernandez 6, Gallego Muro 1, Nieto Marcos 3, Martin Botet

SRBIJA: Bomaštar, Jandrić, Vorkapić 3, Milić 7, Borzaš 7, Trnavac, Kojadinović 2, Pavlović, Golubović, V. Popović 3, Vignjević, Šotić, Petrić, I. Popović 4, Milosavljević 5, Grozdanić 7

#### **Utakmica za bronzanu medalju**

##### **Severna Makedonija – Srbija 29:34 (13:15)**

SEVERNA MAKEDONIJA: Kizić, Gogov, Đonov 2, Gjorgiev 2, Mitev, Kosteski 2, Petkovski 3, Ivanoski, Mladenović, Jagurinoski 3, Stojković 3, Serafimov 3, Simonoski, Pe. Atanasijević 4, Petrov 5, Pa. Atanasijević 1

SRBIJA: Bomaštar, Jandrić, Vorkapić 6, Milić 4, Borzaš 4, Trnavac, Kojadinović 3, Pavlović, Golubović, V. Popović 3, Vignjević 2, Šotić, Petrić, I. Popović 2, Milosavljević 5, Grozdanić 5

#### **Bronzane dame – zalog za budućnost**

Ženska mediteranska selekcija Srbije, takođe, vratila se na pobedničko postolje u Oranu. Posle devet godina od trijumfa naših dama na MI u Mersinu, tim koji je sa klupe predvodio selektor Uroš Bregar, stigao je do novog odličja – bronzanog. Iskoristio je stručni štab priliku da kroz trenažni i takmičarski proces proveri neka nova lica i proširi bazu kandidata za seniorski sastav koji očekuje Evropsko prvenstvo u novembru koje je održava u Sloveniji, Severnoj Makedoniji i Crnoj Gori.

– Želim da zahvalim devojkama na pobedi i ovom turniru na Mediteranskim igrama na kojem smo dale sve od sebe. Od Bajine Bašte gde smo se okupile, gde

smo krenule da se upoznajemo, da se uigravamo, svima je bilo teško, ali mi smo uspele da izvučemo uspeh iz svega toga i dragi mi je što smo iz utakmice u utakmicu rasle. Od prijateljskih susreta uoči turnira shvatile smo ozbiljno ono što se tražilo od nas, trudile se da rastemo i napredujemo kao ekipa i u odbrani i u napadu. Pre svega smo se trudile oko dobre odbrane kako bismo što više pomogle našim golmanima, da budemo jače i stabilnije, a samim tim u napadu dođemo do lakše realizacije. Drago mi je što smo uspele i pokazale smo da tim pobedjuje. Držale smo se dogovora da nećemo odustati, šta god da bude, da ćemo dati sve od sebe i da ćemo poginuti na terenu za našu državu – rekla je jedna od najiskusnijih u mediteranskoj postavi, Aleksandra Vukajlović.

– Za nas su bile vrlo bitne Mediteranske igre jer je veliki broj mlađih rukometnika dobio priliku da igra i da se iskaže. To je i bio razlog što smo ih pozvali, pa su neke od njih i sada na pripremama za trofej Karpata. Kada smo napravili neku analizu videli smo da je Jelena Đurašinović bila prvi igrač te reprezentacije na Mediteranskim igrama, zatim da su Jovović i Vukajlović imale najbitniju ulogu do sad u reprezentaciji, da su Edita Nuković i Katarina Bojičić baš dobro odreagovale i da su u rotaciji bile na visokom nivou, da smo dobili mlađa krila, Ćetković i Radević, pred njima je još dug put, ali smo malo osvežili reprezentaciju i zato smo ih pozvali i sada, da nadograđujemo sistem. Istina je da je reprezentacija sada malo drugačija, podižemo polako nivo i spremamo ih neke dane u

budućnosti za koje mislim da će brzo doći – rekao je selektor Uroš Bregar.

Srpkinje su savladale selekcije Portugala (dva puta), Severne Makedonije i Turske, a upisan je poraz od Hrvatica u polufinalu.

##### **Srbija – Portugal 21:20 (13:12)**

SRBIJA: Simić, Radević, Mijailović, Ćetković, Obrenović, Vukajlović 2, Indić, Sukur 1, Bogunović 1, Đurašinović, Jovanović 2, Nuković 2, Veličković 2, Jovović 11, Tabak, Bojičić

PORTUGAL: Figueira, Nunjez Monteiro 2, Rodriguez 6, Rosa, Vargas Fereira, Brito, Rezende Rebelo 1, Fagundes Moraiš 1, Pires, Bento de Campos, M. Duarte 3, Kosta 1, Minsiuna 1, Klaudinjo 3, N. Duarte 2

##### **Severna Makedonija – Srbija 18:26 (8:10)**

SEVERNA MAKEDONIJA: Čurlinovska, Jovanovska, Kolovska, Đatevska, M. Jankulovska, Dukoska 5, A. Jankulovska, Koceva, Minovska 1, Kiprianovska 5, Sedloska 3, Arsenjevska 3, Rizoska, Stefanovska, Koceva, Mladenovska 1

SRBIJA: Simić, Đurašinović, Radević 1, Mijailović, Ćetković 2, Obrenović 1, Vukajlović 5, Indić, Sukur, Bogunović 1, Jovanović, Nuković 2, Veličković 1, Jovović 8, Tabak 2, Bojičić 3

##### **Turska – Srbija 26:31 (14:17)**

TURSKA: Goker, Durdu, Karačam 1, Ozboluk 4,

Iskit 5, Ajdin 3, Goktepe Akgun 2, Turkoglu 2, Sozmen, Jilmaz 2, Sahin 3, Caliskan 2, Kara, Kucukjildiz, Gokdemir 1, Demirčelen 1

SRBIJA: Simić, Đurašinović, Radević 2, Mijailović, Ćetković 1, Obrenović, Vukajlović 2, Indić, Sukur 5, Bogunović 4, Jovanović 5, Nuković 3, Veličković 2, Jovović 5, Tabak, Bojičić 2

#### **Polufinale**

##### **Srbija – Hrvatska 20:31 (12:16)**

SRBIJA: Simić, Radević, Mijailović, Ćetković, Obrenović, Vukajlović 8, Indić, Sukur, Bogunović 3, Đurašinović, Jovanović, Nuković 2, Veličković, Jovović 3, Tabak 4, Bojičić

HRVATSKA: Bešen, Šenvald 2, Posavec 1, Japundža 1, Pavlović 8, Šimara, Malec, Barišić 8, Petika 3, Tučaković, Jarak 7, Vojnović, Guskić 1, Bebek, Tupek

#### **Utakmica za bronzanu medalju**

##### **Portugal – Srbija 22:26 (12:10)**

PORTUGAL: Figueira, Rosa, Vargas, Nunjez Monteiro 2, Rodriguez 3, Brito 2, Rezende Rebelo, Fagundes, Pires, Bento de Campos, M. Duarte 4, Kosta 1, Minsiuna 2, Klaudinjo 4, N. Duarte 4

SRBIJA: Simić, Đurašinović, Radević 5, Mijailović, Ćetković, Obrenović, Vukajlović 7, Indić, Sukur, Bogunović 1, Jovanović 2, Nuković 1, Veličković, Jovović 7, Tabak, Bojičić 3 ■



# Želim sklop dobrih ljudi i sportista

**N**ekadašnji proslavljeni reprezentativac SR Jugoslavije u čijem je dresu osvojio dve bronzane medalje na Svetskim prvenstvima 1999. i 2001. godine, a poslednjih 15 sezona jedan od najuspešnijih srpskih stručnjaka u inostranstvu, Vladan Matić, vratio se proteklog leta u srpski rukomet. Stručnjak koji je u EHF Ligi šampiona vodio ekupe mađarskog Pik Segeda i slovenačkog Celja Pivovarne Laško, prihvatio je poziv svog matičnog kluba, šabačke Metaloplastike i posle više od dve decenije od kako je napustio beogradski Partizan kao vrhunsko levo krilo, vratio se na naše terene.

Pedesetdvogodišnji trener, koji je u svojoj klupskoj karijeri vodio i timove Ferencvaroša i Tatabanje, a kao selektor radio sa reprezentacijom Srbije 2013. i 2014. godine, odnosno, bio uključen u rad sa selekcijom Mađarske, bio je sagovornik magazina 40x20.

## Kako je došlo do saradnje sa Metaloplastikom i povratak u srpski rukomet?

Sve se izdogađalo u dan-dva. Imao sam određeno zaštićenje u Tatabanji. Ne mogu da kažem da me je uprava prevarila, ali takav je bio splet okolnosti. Promenila se politika u gradu. Od jednog stabilnog kluba i ekupe sa određenim planovima i ciljevima, došli smo do faze bukvalnog preživljavanja. Načuo sam da bi jedan novi

sponzor mogao da nas spase od propadanja i mislio da mogu izdržati u neuslovima u kojima smo bili, ali dosta toga se nagomilalo. Moji bolovi i zdravstveno stanje sa kukovima, kao i stres jer smo došli do toga da kao čergari idemo po Evropi i odigravamo dve utakmice na gostujućem terenu gde god se neko ponudio da plati smeštaj. Videlo se da je sve zbrda zdola. Nije to bila Tatabanja kakva je bila nekada. Pukao mi je film u jednom trenutku i rekao sam da više ne mogu. Bili su korektni pri rastanku. Ostao sam pod ugovorom do kraja sezone, osam meseci sam praktično bio na bolovanju. Posvetio sam se sebi i rešavanju problema. Uradio sam operaciju kuka, obnovio fizički i psihički, napunio novom energijom. U tom trenutku svi ambiciozni klubovi su imali rešeno pitanje trenera za narednu sezonu. Nije mi bio problem da čekam, iako 15-16 godina nisam bio u takvoj situaciji. U tom nekom periodu javila se i Metaloplastika. Osetio sam želju da radim, ali i da se vratim malo kući. Otac mi je ostao sam u Šapcu, a tu je i brat sa njegovom porodicom. Rekao sam sebi „hajde da vidim kako i gde mogu da pomognem“. Ljudi iz kluba su bili korektni, odmah su ponudili saradnju na duže staze, ali na moje insisti-

ranje smo se dogovorili na godinu dana. Želeo sam jednostavno da vidim da li sam ja za njih i oni za mene. Dugo sam van zemlje i ne pozajem prilike baš najbolje.

O čemu ste razgovarali, šta uprava kluba očekuje od vas, a kakva su vaša očekivanja?



## Biografija

Datum rođenja: 28. april 1970. Mesto rođenja: Šabac Pozicija: levo krilo

Igračka karijera: Metaloplastika (1988–1993), Partizan (1993–1995), Crvena zvezda (1995–1997), Partizan (1997–2001), Pik Seged (2001–2007)

Reprezentacija: SR Jugoslavija (105 utakmica).

Trenerska karijera: Pik Seged (2007–2009), Mađarska – pomoćni trener (2009), Ferencvaroš (2009–2011), Celje (2011–2013), Srbija (2013–2014), Tatabanja (2014–2021), Metaloplastika (2022–)

ranje smo se dogovorili na godinu dana. Želeo sam jednostavno da vidim da li sam ja za njih i oni za mene. Dugo sam van zemlje i ne pozajem prilike baš najbolje.

O čemu ste razgovarali, šta uprava kluba očekuje od vas, a kakva su vaša očekivanja?

Ništa mi nisu posebno tražili, već iskorak napred i to da se igra lepši rukomet. Svestan sam da se pojавila i mala euforija jer je došao Matke, ali Matke nije čudotvorac. Stalno to govorim, došao je i Željko Obrađović u Partizan sa 10 titula evropskih titula, pa se nije desilo čudo. Ekipu sam nasledio, upoznajem momke, dobri su i korektni ljudi, ali neće biti lako. Moja želja, koja se možda ne poklapa sa nekim mišljenjima, jeste da napravim dobre ljude i sportiste, i da im na osnovu svog petnaestogodišnjeg iskustva iz Lige šampiona i Lige Evrope, predočim u kom pravcu ide rukomet. Da ih naučim kako da se ponašaju na terenu i van njega, šta je više, a šta manje bitno. Zato sam i želeo saradnju na godinu dana, da vidim da li može takva filozofija da prođe ovde. Nisam ni najpametniji, ni najbolji, ali hoću da napravim sklop dobrih ljudi i sportista. Takvu sam misiju imao u Celju, gde smo od momaka iz juniorskog pogona stvorili dobre rukometare i ličnosti.

.....

Startovali ste trijumfom u Super Kupu nad Vojvodinom i pobedama u uvodnim mečevima šampionata. Da li je prošlo dovoljno vremena da procenite kvalitet takmičenja?

Ne mogu da kažem da sam ranijih godina pratio ligu. Još uvek sam u fazi upoznavanja timova i igrača. Dosta je to udaljeno od nekog evropskog nivoa, ali zanimljivo je pošto su se pojavili neki novi momenti i ambicije određenih timova. Vojvodina je tu standardna i po mom mišljenju najrespektabilniji sastav i najbolje organizovan klub. Pojavljuje se sada i Zvezda sa Draganom Škrbićem i Nenadom Peruničićem, i nekim planom na pet godina. Daj Bože da se to i obistini. Dinamo ulaze ogromna sredstva, tu je i mladi sastav Partizana, zatim stabilni Radnički iz Kragujevca. Tu smo i mi u grupi timova koji žele da dođu do plej-ofa iako mislim da neće biti ni malo jednostavno. Liga će biti jako zanimljiva.

**Kako ocenjujete svoj sastav. Dosta je mlađih igrača...**

Darko Arsić i Voja Brajović su stariji, a ostalo su uglavnom mlađi igrači željni informacija i znanja. To mi de luje jako simpatično. Pogodili smo sa Božom Simićem, pravim srednjim bekom koji povezuje bekove i radi za ekipu. Najsrećniji ću biti ako stariji momci budu zadovoljni, a da za godinu Brana Mirković, Aljoša Damjanović, Luka Ivanić na levom beku, kao i 17-godišnji Luka Karić, zatim Marko Jevtić vidljivo napreduju. Voleo bih i da Mateja Dodić dođe do statusa A reprezentativca. Tu su i Srđanović, pa Milovanović na levom krilu, interesuje me njihov individualni napredak. Najbitnije mi je da oni napreduju, a da uz to kao grupa uradimo nešto dobro i pokušamo da dođemo do plej-ofa i borbe za visok plasman. Pokušavam da ih naučim da čitaju igru protivnika, da se spremaju za svaki sledeći korak sa što manje grubih faulova. Da bismo se odbranili i postizali lake golove potreban je dobar rad nogu. Na startu sezone se suočavamo sa grubom igrom protiv-



nika u većini mečeva, što se ne podudara se sa našom igrom, ali za sada nam ide dobro. U Super kupu smo imali grubu utakmicu i to su sudije sankcionisale. Desilo nam se da smo protiv Proletera imali dva minuta isključenja, a protivnik 16. Ne kažem da je u svakoj utakmici tako. Težim da se igra lepo, atraktivno, da se štiti zdravlje igrača, jer evropski rukomet ide u tom pravcu. Ne igramo idealno, imamo dobre periode od 10-15 minuta, ali i crne rupe gde izgledamo kao početnici. Da li će takav način proći kod nas na Balkanu, to ne znam. Uglavnom svi igraju grubo i čvrsto. Nisam pristalica toga i u tom segmentu smo zaostali za ekipama sa Zapada. I u Ligi šampiona, i u Ligi Evrope sve se podređuje dobroj, korektnoj odbrani gde se čitaju namere protivnika, a onda uz dobrog golmana dolazi do lakih golova iz kontre i polukontre...

**Par momaka u dresu Metaloplastike ima lep potencijal. Možete li da procenite koje su im krajnje granice?**

Svi su vredni pažnje, ali dečko koji odskače u ovom trenutku je Mateja Dodić. To je i selektor Toni Đero-

ni primetio. Ide u dobrom pravcu. Marko Srđanović ništa ne zaostaje za njim. U malom Branislav Mirkoviću, koji je bio dosta dugo povređen, leži puno potencijala. Malo je sporiji, ali ima dva metra i levu ruku. U odbrani može da igra dvojku i trojku. Jako zanimljiv materijal. Interesantni su takođe Ivanić i Jevtić, ali kao što rekoh, Dodić je trenutno najbliži vrhunskom rukometu.

**Kao igrač karijeru ste završili u mađarskom Pik Segedu, gde ste praktično iz partika ostvarili prvi veliki trenerski uspeh – osvajanjem šampionske titule 2007. godine protiv moćnog Vesprema. Možete li napraviti neku paralelu između mađarskog i srpskog rukometa?**

Kao nacija talentovaniji smo od njih. Oni imaju upornost i fanatične radne navike. Svi pričamo o nekom sistemu, puna su nam usta sistema i sve je to u redu, a osnova svega je u državi. Stanje u državi nameće i stanje u samom sportu. Velike kritike trpi mađarski premijer Viktor Orbán od opozicije zbog njegovog enormnog ulaganja u sport. Mađarska je prvo uložila u infrastrukturu. Puno novca je otislo na nove stadione, arene i bazene. Stvorili su izvrsnu infrastrukturu. Posle toga otišli su korak dalje i počeli da prave akademije. Opredelili su se za četiri sporta – fudbal, rukomet, košarku i vaterpolo. U rukometu imaju četiri muške i tri ženske. Muške akademije su na Balatonu, Segedinu, Budimpešti i tu je NEKA kao projekat Lajoša Močaia. Moj sin je član Akademije u Segedinu. Ima 14 godina i uslove bolje od svih superligaških ekipa ovde. Oprema, vitaminizacija, rehabilitacioni centar, adekvatna ishrana, imaju deca takve uslove da je to teško opisati. Naš Vladan Jordović ga trenira u projektu nacionalne Akademije, a nastupa i za selekciju Pik Segeda. Sve to finansira država. Svaka Akademija ima određeni budžet, a treneri su zadovolj-

**Svi pričamo o nekom sistemu, puna su nam usta sistema i sve je to u redu, a osnova svega je u državi. Stanje u državi nameće i stanje u samom sportu**

ni i dobro plaćeni za rad sa decom. Svaka kategorija u Akademiji ima kondicionog trenera, masera, glavnog i pomoćnog trenera, čoveka koji se bavi videom. O čemu pričati više? Mađari imaju dva najbogatija kluba u Evropi, Vesprem i Seged. Nije isto jedan evro u Mađarskoj i u Francuskoj ili Nemačkoj. U Mađarskoj je sve neto, to nije isto kao kada vidite bruto cifre u Bundesligi. To su realno dva najbogatija kluba u Evropi. Oni su iznad svih. Bore se između sebe, ne bakču se sa ostalima. Od trećeg do 12. mesta u ligi je jedno totalno drugo takmičenje, šampionat u šampionatu.

**Mađari su se u radu sa mlađim kategorijama opredelili za španski model u tehničko-taktičkom, odnosno, skandinavski kada je reč o radu na fizičkoj spremi...**

Tako je, to je istina. Ne može se govoriti o tome da je španski model totalno jedinstven, jer između španskih trenera postoje jasne razlike. Nisu svi isti. Lično sam prisvojio dosta njihovih stvari, jer nije sramota učiti od boljih, od onih koji vladaju rukometom. I oni su nekada učili od nas, ali mi čini mi se i dalje mislimo da smo najpametniji i najbolji. Čudne smo glave. Dosta stvari sam video i prihvatio od Španaca, nadogradio neke svoje zamisli i formirao neki svoj sistem. Ko se uklopi, uklopi, ko ne, Bože moj. Ima razlike između Pastora i Raula ili recimo Dušebaeva. Sve su to Španci, ali ima razlike. Jedinstveno im je da su jako uspešni. Možemo da volimo ovaj brži skandinavski ili sporiji, taktički španski rukomet, iako se može reći da i Španci ubrzavaju. Svi ubrzavaju osim Pastora. On je tvrda struja, drži se svoje igre sa teškim i krupnim pivotmenima. Ostali idu na atletiku. Rukomet je i ovako bio brz, ali je dobio dodatno ubrzanje sa smanjivanjem pasivne igre sa šest na četiri dodavanja. Sve mi više liči na košarku. Što manje kontakta, čitanje protivnika, dobar golman i trčanje do besvesti.

**Svestan sam da se pojavila i mala euforija jer je došao Matke, ali Matke nije čudotvorac. Stalno to govorim, došao je i Željko Obradović u Partizan sa 10 titula evropskih titula, pa se nije desilo čudo. Ovu ekipu Metaloplastike sam nasledio, upoznajem momke, dobri su i korektni ljudi, ali neće biti lako**

### Gde se tu uklapa srpski mentalitet i shvataje rukometa?

Dosta smo iza po onome što sam video, ali ne krivim nikoga. To mora da počne od gore. Mađarska je Evropska Unija, imala je fondove odakle da crpi i pravi infrastrukturu. Kako mi u našoj jednoj državi sa tolikim problemima i ratovima koje smo imali da radimo takve stvari? Sport je zabava, ali kada je svakodnevna borba za život i krišku hleba, pitanje je koliko ozbiljno može da se ulaže u njega. Mađari su bili pod Rusima, nisu ni oni toliko opušteni kao ovi na Zapadu gde posle svakog poraza ide novi dan. U Vespremu i Segedu je pritisak ogroman, i svaka utakmica je pitanje života i smrti, ali znate kako. Za taj novac koji se tamo dobija, treba malo i interpreti pritisak.

### S obzirom na ogromna ulaganja, da li Mađari izvlače maksimum što se tiče rezultata?

Tek će izvlačiti. Siguran sam da će sve doći na naplatu pre ili kasnije. Postavlja se pitanje da li su to sve mađarska deca. Uglavnom su oni zainteresovani za decu koja imaju mađarske korene, ali zadesi se tu i po neki stranac. Uroš Borzaš je bio kod mene u Tatabanji. On je dečko koji je prošao NEKA akademiju, a kasnije u Vespremu pao u zaborav, završio u drugoj ekipi. Uzeo sam ga i uspeo da vratim za godinu dana. Imao je izraženu crtu patriotizma iako je nastupao za mađarske mlađe selekcije. Želeo je da igra za Srbiju, a mi smo dobili dečka koji je praktično stvoren kao igrač u Mađarskoj. Deca mogu da prođu kroz Akademiju, ali ne postoji osnov po kome mogu da ih nateraju za koga će igrati. Ne postoji ta opcija. To je isključivo pitanje za igrača i njegovu porodicu.



Aktuelni šampioni Evrope i selekcija koja je u najvećem naletu jeste Švedska sa Glenom Solbergom na klipi. Šta je ona novo donela?

Skandinavci se samo menjaju, Norvežani, Danci, Švedjani, svake godine neko drugi. To je stvar pristupa. Oni se jednostavno igraju rukomet. Shvataju sport kao nešto najnormalnije, dosta su rasterećeni, imaju pravilan rad i puno se posvećuju tehnicu od malih nogu. Da bi ubrzao rukomet moraš da imaš dobru tehniku. Ne može da ti se desi da trčiš i baciš loptu saigraču u noge sa pet ili 10 metara. Oni su u tom segmentu fantastični. Te lopte idu brzo i precizno, tehnika šuteva i pokreti iz ramena i zglobova, to je nešto neverovatno. Kod nas je tradicija da ti trener otkine glavu ako baciš „zavrtaljku“ i promašiš. To je kod njih sasvim normalno. To se vežba i trenira. Mi smo nekada bacali lob iz ramena, a oni sada kada krenu na šut, prevrnu zglob, maltene bace loptu iza leđa. Neverovatno. Sam pristup životu i sportu, kultura tih ljudi koju donose, kako su radosni i veseli, te život shvataju na drugačiji način nego mi, donosi im superiornost. Kod nas je sve moranje, preživljavanje, a ne napraviš rezultat, skidaju se glave. Mađari nisu prošli ni prvi krug na EURO 2022, a uložili su neverovatan novac. Dvorana u Tatabanji je koštala 60 miliona evra, u Segedinu 100, a u Budimpešti i ne znamo koliko je novca potrošeno. Šta da radiš, sutra je novi dan, nije prekinuto finansiranje sporta i Akademija. Idu dalje. Švedjani su imali rupu posle Vislandera i Olsona, ali evo ih, vratili su se. Nas su realno ratovi unakazili. Deca su bila zatvorena, a ljudi upućeni na Zadruge, rijaliti programe, kri-

**Prava stvar je bila dovođenje stranog trenera. Dobra je stvar što je okupio mlade perspektivne srpske trenere oko sebe da uče. Nisu imali naši treneri priliku da se nadograđuju i uče jer su bili zatvoreni. Dobro je i da trener-stranac ne može da razume dosta toga što govore neki naši pametnjakovići i sveznalice koje mlate istu priču već 30 godina**

minal. Ima vrlo malo sportskih objekata gde deca mogu kvalitetno da provode vreme. Više su upućeni na telefon i kompjuter. Često kažem da smo mi jako uspešni u sportu s obzirom na okruženje u kome postojimo i radimo.

### Bronzana medalja juniora je pravo osveženje...

Nekada smo bili mnogo veći kao Jugoslavija i SRJ pa nije bilo medalja. Odlična stvar za rukomet. Sve polazi od i iz porodice. Šta deca vide kod kuće, da li roditelji puše, piju, u kakvim su odnosima. Tako vidim stvari. Uslovi su skromni, sistem ne možeš da praviš bez podrške, a to je kod nas jako teško. Predviđam da ćemo u budućnosti biti bolji u individualnim sportovima nego kolektivnim. Mnogo je jeftinije i isplativije.

### Kako se rukomet razvija u defanzivnom smislu?

Otvorena odbrana traži dosta kontakata. Igrači su dosta ubrzali noge, eksplozivnost se ceni i primarna je, tako se i trenira. Zatekao sam svoju ekipu zapepljenu za liniju šest metara. Odbrana 6-0 se ne zove zbog te linije, već zato što je šest igrača u postavi. Uhvatili su se linije kao pijan plota. Nije to više ruska taraba koju treba prepucati kao nekada. Odvajam ih polako od nje. Mora se igrati sa dosta pritiska dvojke i petice u odbrani na bekove koje treba naterati da prave tehničke greške i prodaju lopte, a to da se iskoristi za postizanje lakih golova. To je kombinovana 6-0 do devet metara, ponekad i dublje, sa čestim obilaskom oko pivotmena. Uglavnom se igra svodi na jedan na jedan ili dva na dva.

### Kako vam se čini trenutak u kome se nalazi reprezentacija Srbije?

Jako sam zadovoljan. Prava stvar je bila dovođenje stranog trenera. Dobra je stvar što je okupio mlade perspektivne srpske trenere oko sebe da uče. Nisu imali naši treneri priliku da se nadograđuju i uče jer su bili zatvoreni. Toni Đerona je vodio Tunis, odigravali smo prijateljske utakmice i znam da su igrali lep rukomet. Dobro je i da trener-stranac ne može da razume dosta toga što govore neki naši pametnjakovići i sveznalice koje mlate istu priču već 30 godina. Kre-nuli smo u dobrom pravcu. Momci to dobro prate i jako su dobra grupa. Dobili smo puno sa Dragom Pešmalbekom. Čovek je neverovatan igrač, robot, uneo je dosta pozitivne energije. Lazar Kukić je mnogo napredovao i izrastao u pravog srednjeg beka i vodju ekipe. Na poziciji golmana smo u dve-tri najbolje reprezentacije u Evropi. Sve to jako lepo izgleda.

### I jedna nova generacija srpskih trenera predvođena Momicom Ilićem, Alemom Tosićem i Danijelom Andelkovićem pravi lepe rezultate u ozbiljnim klubovima...

Jako je bitno to što rade u inostranstvu. Nadam se da će i Ivan Nikčević da uđe u te vode jer ga interesuje taj posao. Dobro je to za naš rukomet. To su sve kvalitetni momci i ljudi, dosta su pokupili od trenera u inostranstvu i sada ugrađuju u svoje sisteme i zamisli. Trenerima koji rade u Srbiji želim da se što više edukuju. Dosta je toga dostupno danas, pa i samim gledanjem utakmica može puno da se nauči. Dosta toga što sam video je staromodno. Onaj rukomet koji sam igrao pre 20 godina kada sam osvajao medalje za našu zemlju, to je prošlost. A šta reći o eri osamdesetih. Nisam uzeo i neću da gledam neke svoje utakmice, jer to je smešno za ovo danas. Ono što tražim danas od igrača i šta sam igrao tada, to je nebo i zemlja – zaključuje trener Metaloplastike, Vladan Matić. ■



## Jagodini i Metaloplastici trofeji Super Kupa Srbije 2022

**P**očetak septembra doneo je i borbe za prve pehare u srpskom rukometu u sezonu 2022/2023. Dokaz da će sezona ispred nas biti jako zanimljiva jesu i utakmice u Jagodini i Lozniči u kojima su se najbolje ekipe iz prošle sezone nadmetale u borbi za Super Kup Srbije.

Rukometnice Jagodine otvorile su sezonu na najbolji mogući način ubedljivom pobedom nad aktuelnim šampionkama ŽRK Železničar iz Indije.

### Het-trik Jagodinki u Super Kupu

Jagodinke, koje su u letnjoj pauzi imale dosta izmena u sastavu, ponovile su uspeh iz dve prethodne sezone i tako upisale het-trik u Super Kupu, revanširajući se timu Vlade Šimića za eliminaciju u polufinalu prošlosezonskog plej-ofa.

ŽORK Jagodina – ŽRK Železničar 36:28 (19:15)

ŽORK JAGODINA: Radivojević, Adžić 4, Kojčić 12,

Simatović, Pejović, Sukur 7, Nišavić, Gugač, Hlogik, Marković, Bojičić 2, Đurašinović, Savić, Stojanović, Mitrović 11

ŽRK ŽELEZNIČAR: Žak, Čavrić, Tabak 9, Todorović, Zorić, Kovačić, Paunić 4, Žakula, Simić 8, Živkov 2, Činku, Ignjatović 2, Obrenović, Jovanović 3, Vasiljković, Tešić

Trener Jagodinki, Dragan Markov, nastavio je niz trofeja sa klubom iz Pomoravlja:

– Želeo bih da se zahvalim Železničaru iz Indije koji je učinio da svi ljubitelji rukometa uživaju u ovoj utakmici. Sigurno je da i mi i oni možemo kvalitetnije, ali bila je ovo borbeni utakmici sa mnogo želje, a to je nešto što sigurno ljudi vole. Mojim devojkama bih zaista čestitao na osvajanju trofeja jer ovo je potpuno nova ekipa u odnosu na prethodnu godinu i veoma je bitno za ovakvu ekipu da osete pobedu u ovakvoj utakmici, protiv ovakvog protivnika, prošlogodišnjeg šampiona. To nam je bilo bitno – da ova ekipa shvati šta sve može. Što se same utakmice tiče, ima stvari koje mogu da budu bolje, ali ovo nam je prva zajednička utakmica, sa gomilom problema i devojke su uspele da se izdignu

nu iznad svih tih stvari i pokažu sportski karakter. Osvojili smo prvi trofej i nadam se da će se u ovom duhu sezona nastaviti. Hvala devojkama, gradu, klubu, ljudima koji nas podržavaju, publici iz Indije koja je večeras bila na utakmici i doprinela dobroj atmosferi. Pre svega zahvalnost ovim devojkama za trofej, lepo je osvojiti ga ponovo.

Trener poraženih šampionki, Vlada Šimić, ovako je video poraz u Jagodini:

– Čestitke ekipi Jagodine na zaslужenoj pobedi. Nismo odigrali odbranu na dovoljnom nivou, nismo imali dovoljan broj prekida za jedno finale, nismo uspeli ni našim golmanima da pomognemo. Broj golova koji smo primili nije karakteristika koja čini ovu ekipu, ali nismo se samo mi pitali, pitala se i ekipa Jagodine. Ima i stvari kojima sam zadovoljan, mislim da smo napad odigrali dobro, tranziciju, vraćanje nazad. Pojedine stvari smo igrali bolje nego što je to bio slučaj prethodne sezone, ali danas su odbrana i golmani podbacili, to je moja krivica i sada znamo na čemu treba da radimo do početka prvenstva. Još jednom čestitke Jagodini i mislim da smo odigrali dobru utakmicu s obzirom

na to da je ovo prva takmičarska utakmica u novoj sezoni, puno tempa, puno trčanja i sa te strane smatram da smo zadovoljni publiku i da su ljudi u prenosu imali šta da vide.

Prvi osvajač Super Kupa Srbije u ženskoj konkurenциji 2018. godine bila je ekipa Bekamenta Bukovička Banje.

### Prvi trofej Vladana Matića u srpskom rukometu

Proslavljeni ime jugoslovenskog rukometa, Vladan Matić, započeo je trenerski deo karijere na domaćoj sceni na najbolji mogući način. U prvom zvaničnom meču, nekadašnji trener Pik Segeda, Celja Pivovarne Laško i Tatahanje, predvodeći svoj matični klub šabačku Metaloplastiku, došao je do trofeja savladavši aktuelne šampione, novosadsku Vojvodinu 29:28 (12:15) u Lozniči.

To je Šapčanima prvi trofej u Super Kupu, a novosadski tim savladali su i u finalu Kupa Srbije prošle

• • • •



sezone u Leskovcu. Novosađani ostaju najuspešniji tim u istoriji Super Kupa takmičenja koje se igra od 2009. godine. Tim trenera Borisa Rojevića je ovaj trofej osvajao čak šest puta.

Vojvodina – Metaloplastika 28:29 (15:12)

**VOJVODINA:** Lučin, Vasić 1, Milić 1, Pribak 1, Vukovljak, Idris, Kurteš 1, Milenković 5, Savić 2, Radenović 2, Pešić 5, Tomić, Rogan 2, Bunešta, Grozdanić 4, Pukovski 4

**METALOPLASTIKA:** Pavković, Dodić 8, Karić, Jevtić 2, Srđanović 2, Mirković, Milovanović 2, Azis 2, Terzić, Ivanić 1, Arsić, Damjanović, Simić 4, Brajović 3, Petrović, Dakić 4

– S obzirom na to da radimo zajedno samo šest nedelja mogu biti zadovoljan. Zadovoljan sam pristupom i zadovoljan medaljom. Iskreno, rekao bih da je ova utakmica bila pre borbenog, nego kvalitetna, bilo je mnogo grešaka i te greške bih voleo da ispravimo. Mislim da će nam biti potrebno pet, šest meseci da učinimo da sve to bude kako treba. Najvažnije je da momci to žele, da imaju volju da rade i putem video analize i treninga pokušaćemo da broj grešaka svedemo na minimum – rekao je posle trijumfa, Vladan Matić.

Iza najboljeg igrača Super Kupa Srbije 2022, Mateje Dodića, nezaboravno je leto. Desno kri-

lo Metaloplastike sa svojom generacijom 2002 osvojilo je bronzanu medalju na Evropskom prvenstvu u Portugalu, a niska uspeha se nastavlja za mladog Vranjanca i na klupskoj sceni.

– Zahvalan sam što imam ovakvu ekipu i zainista držali smo se zajedno tokom čitave utakmice. To se videlo od početka, imali smo izražen timski duh. Dosta tehničkih grešaka u prvom poluvremenu nas je koštalo rezultatskog zaostatka. Vojvodina je vodila tri-četiri gola razlike, mi smo vraćali par puta, ali nismo uspeli da preokrenemo utakmicu. U drugom poluvremenu smo uspeli da ih stignemo i damo gol za pobedu. Srećan sam, lepo smo počeli ovu sezonu i nadam se da ćemo do kraja nastaviti ovako, rekao je najbolji pojedinac Superkupa i bronzani "orlić" sa Evropskog juniorskog prvenstva u Portugalu i dodaо:

– Mislim da je utakmicu prelomilo to što smo ispoštovali svaki dogovor sa trenerom na tajmautu i tokom igre i to je bio naš plus u ovoj utakmici. Individualno priznanje pruža veter u ledu, ali ne treba da me uzdigne već podstakne u novoj sezoni u kojoj se nadamo što boljem uspehu. Idemo utakmicu po utakmicu, za svaku ekipu ćemo se spremati najbolje što možemo i taktički i fizički i videćemo gde će nas to odvesti, zaključio je Dodić. ■



# Sve kvalitetnija, nikad zanimljivija

**A**RKUS liga za muškarce u sezoni 2022/2023, elitno klupsko takmičenje u našoj zemlji započela je u drugoj polovini septembra u novom sistemu odigravanja, sa kvalitetnijim i ambicioznijim sastavima u odnosu na prethodne sezone. Umesto grupne faze takmičenja, ove sezone najbolji srpski rukometari igraće u klasičnom liga formatu (14 timova) sa 26 kola posle čega sledi odavno oprobani format plej-ofa četiri najbolje ekipe u ligi koje će odlučiti o plasmanu u evropske kupove i tituli šampiona. Iz lige će ispasti četiri najlošije ekipe što će dati poseban pečat zanimljivosti takmičenja.

Utisak da je svaki bod zlata vredan od prvog minuta sezone proizveo je novu energiju koja je vidljiva od samog starta. Za magazin 40x20 govorili su treneri superligeša sa različitim ciljevima i ambicijama u mesecima ispred nas – šef struke kragujevačkog Radničkog Žikica Milosavljević, RK Crvena zvezda Ratko Đurković i aranđelovačkog Šamota, Slobodan Jedoksić.



– Sezonu smo otvorili jako lepo pobjedom nad kvalitetnim sastavom pančevačkog Dinama i posle toga smo bili svi zadovoljni. Već poraz u Kragujevcu pokazao je da još neke stvari moraju da se dorade što se tiče Crvene zvezde u ovom trenutku. Imali smo utakmicu u svojim rukama, ali je iskusni golman domaćina Zlatanović odlučio pobednika odbranom sedmerca. Rezultati na startu pokazuju da će Liga biti interesantna, odnosno, da će se sa mukom užimati bodovi u gostima. Pobeda nad Jugovićem

– Sezonu smo otvorili jako lepo pobjedom nad kvalitetnim sastavom pančevačkog Dinama i posle toga smo bili svi zadovoljni. Već poraz u Kragujevcu pokazao je da još neke stvari moraju da se dorade što se tiče Crvene zvezde u ovom trenutku. Imali smo utakmicu u svojim rukama, ali je iskusni golman domaćina Zlatanović odlučio pobednika odbranom sedmerca. Rezultati na startu pokazuju da će Liga biti interesantna, odnosno, da će se sa mukom užimati bodovi u gostima. Pobeda nad Jugovićem

nam je pomogla da se vratimo na pobednički kolosek i skoncentrišemo na nastavak sezone – kaže trener beogradskog crveno-belog tima Ratko Đurković i dodaje:

– Naše ambicije su vezane za plasman u plej-of. U sastav je došlo osam novih igrača tako da nam je potrebno vreme da svako pronađe svoje mesto. Treba nam vreme da se bolje osetimo. Dva povređena igrača Ivan Horvat i Miloš Bujišić su blizu povratka na teren, tako da imamo dovoljan broj igrača da iznesemo sezonu na pravi način. Stigao sam u klub prošlog januara i znam kako je kada imaš 12 igrača u sastavu. Jako teško. Zato bi ova situacija u kojoj se sada nalazimo trebalo da bude naša prednost. To mogu da nazovem slatkim mukama, jer nas čeka duga sezona i kvalitetno takmičenje. Verujem u svoju ekipu, nadam se da ćemo biti ispraćeni na pravi način u svakom smislu i da ćemo imati vremena da rastemo kao tim. Zvezda je klub koji je godinama bio u borbi za opstanak i nadam se da smo svi svesni toga. Zdravo je imati visoke ambicije, i lično sam uvek bio takav, ali vreme će pokazati da li u procesu stvaranja možemo da idemo nešto brže od onoga što je normalno i što dugogodišnji planovi predviđaju. Za povratak Zvezde u sam vrh srpskog rukometa potrebno je vreme za uigravanje i strpljenje. Vidimo svi kako funkcioniše Vojvodina kao dugogodišnji šampion države. Godinama se gradila i nadograđivala postojeći sastav, ali to za neke evropske prilike nije bilo dovoljno. Želim da se svi dobro osećamo, da ispravljamo stvari iz utakmice u utakmicu, a na tom putu normalno je da će biti uspona i padova.

Nekadašnji trener Pelistera, Lovćena, banjalučkog Borca, mađarskih timova Komlo i Orošzaze, ističe promenu sistema takmičenja kao pozitivnu stvar za ARKUS ligu.

– To će preduprediti bilo kakve kalkulacije. Igrači se vraćaju, dosta ekipa se pojačalo, svi su dobili neke bolje uslove i sama zanimljivost i interesovanje za ligu je podignuto promenom sistema takmičenja. I za nas učesnike, i za navijače i medije, ovo je puno zanimljivije. Igrače se i više derbi utakmica, da to ne bude samo recimo Vojvodina – Metaloplastika, već da najbolji timovi imaju šansu da igraju i u regularnom delu i u plej-ofu.

Favoriti ostaju isti, a borba za plej-of, prema mišljenju nekadašnjeg proslavljenog pivotmeđa reprezentacije SCG, biće jako zanimljiva.

– U favorite svrstavam u prvom redu ekipe koje su osvajale trofeje prethodnih godina, Vojvodinu i Metaloplastiku. Ne bih nabijao pritisak nikome, ali u borbi za plej-of vidim i Dinamo, Partizan, svoju Crvenu zvezdu, pa zatim Radnički i neke druge ekipe. Nijanse će odlučivati, ekipe su približnog kvaliteta. Odlučivaće i zdravstveni bilten, ko ima dužu klupu ili oni koji nemaju širok sastav, da li imaju postavu spremnu da kvalitetno iznese sezonu bez povreda.

U ligi je i dosta trenera sa internacionalnim iskustvom, poput povratnika u srpski rukomet Vladana Matića u Metaloplastici, vas, Žikice Milosavljevića u Kragujevcu. I ta činjenica je važna za razvoj samog takmičenja...

– Sigurno je da ljudi, bez obzira da li to bili igrači ili treneri, sa internacionalnim iskustvom pojačavaju konkurenčiju i daju jednu novu notu lige. Zvezda 30 godina nije imala stranca u ekipi, imamo dvojicu Izraelca i Tunišanina. To sigurno diže kvalitet i nivo domaćih igrača što može da dovede do toga da u reprezentaciji imamo više momaka iz domaće lige u budućnosti – zaključuje Đurković.

## Stvari idu na bolje

Proslavljeni ime jugoslovenskog rukometa, nekada najbolje desno krilo na planeti, Žikica Milosavljević, zasukao je rukave na poziciji šefa struke kragujevačkog Radničkog. Tim iz Šumadije je bio jedno od najpriyatnijih iznenade u prethodnoj sezoni 2021/2022, a ambicije u hali „Jezero“ ostaju iste, vezane za gornji dom srpskog rukometa.

– Ušli smo sa ozbiljnim namerama u sezonu. Napačemo plej-of iako smo u sastavu koji je nešto slabiji nego prošle sezone. Ako uzmemo u obzir da su se mnoge ekipe tokom leta pojačale, a da je sistem takmičenja promjenjen, prvi deo sezone biće poprilično težak i ozbiljan. Nisam pesimista, bez obzira na sve. Imam dobar i disciplinovan sastav, borbenu grupu čiji adut može biti i to što se nije previše menjala u odnosu na prošlu sezonu. Potrudicemo se da budemo najbolji što možemo u datoj situaciji, s tim što smo u potražnji za još jednim-dva igrača. Ne želimo da dovodimo bilo šta i bilo koga, već nešto što je kvalitet ili je u perspektivi neko ko bi mogao da nam bude od koristi.. Ne žurimo. Polako sakupljamo bodove. Najvažnije je pobeđivati kod kuće pred svojim navijačima, a sa gostovanja doneti sve što je realno moguće – jasan je Milosavljević.

Favorit za osvajanje šampionskog pehara, po mišljenju trenera Kragujevčana, jeste aktuelni šampion iz Novog Sada.

– Vojvodina je najsigurnija što se tiče plasmana u plej-of i prva u redu da dođe do trofeja na kraju sezone. Organizacija kluba i finansije su na strani Novosađana, tu prednjače ozbiljno. Crvena zvezda sa novim ulaganjem i velikim brojem igrača može da bude ozbiljna. Partizan u sastavu ima šest mlađih reprezentativaca, ali i ne toliko dugu klupu. Dinamo je ušao sa velikim očekivanjima u sezonu, širokim rosterom i dva iskusna golmana, a Metaloplastika je dovela trenera koji ima zavidno znanje i iskustvo. Realno to su četiri ekipe koje će se boriti za preostala tri mesta. Ne izbacujem ni svoj Radnički iz te borbe, a i Dubičica, bez obzira na start, ekipa je koja će nekome pomrsiti račune. To je neki krug od šest ekipa koji će odlučivati o plasmanu u plej-of.

Liga je, prema rečima trenera koji je prošle sezone radio u Crvenoj zvezdi, kvalitetnija nego ranije.

– Idu stvari na bolje. Dobili smo dosta igrača povratnika iz inostranstva. Veliku ulogu je imala i finansijska pomoć države od 5.500.000 dinara u dva-tri navrata. Možda taj novac ne predstavlja . . . . .



veliku stvar za neke druge sportove, ali za rukomet je bio i više nego značajan. Klubovi su pokrili neke dugove, dobijena je mogućnost da se novac od lokalnih samouprava i sponzora preusmeri na pravljenje sastava za naredni period. Samim tim su kreirani neki novi planovi i ideje. I bolji sistem takmičenja će doprineti tome da neće biti više kalkulacija. Svako ko hoće da ostvaruje ciljeve moraće da bude pravi od prve do poslednje utakmice.

Pored igrača povratnika, u ligi su sada i treneri sa internacionalnim iskustvom poput Vladana Matića, Ratka Đurkovića, a i Milosavljević, kao najbliži saradnik Tonija Đerone u stručnom štabu seniorske reprezentacije Srbije u dve godine mandata, dobija novi profil...

– To je sigurno značajno. Matke i Ratko su treneri sa velikim međunarodnim iskustvom i to su neki novi momenti za srpsku klupsку scenu. Kroz reprezentativni rad sa Tonijem Đeronom imam uvid u to kako se radi u inostranstvu i pokušavam da nešto od toga implementiram i u radu sa Radničkim. Možemo govoriti da stvari idu na bolje, a najveći problem svih nas jeste stabilnost finansija. Ako po tom pitanju klubovi budu stabilni, očekujem da kvalitet takmičenja ide samo na bolje. Za mnoge stvari je potrebno vreme. Promenila se organizacija i struktura u Rukometnom savezu Srbije i to je jedan značajan korak unapred. Moramo da budemo svesni da smo predugo stajali u mestu. Koliko smo stajali, minimum toliko će nam trebati da se vratimo na neku pozitivnu nulu. Idemo malim koracima i za sada to nije dovoljno za neki veći iskorak na međunarodnoj sceni. To se videlo i u našem dvomeču sa Duklom iz Praga. Ispali smo nesrećno posle sedmeraca, presudili su neki sitni detalji. Nismo naviknuti na nivo trčanja u evropskim mečevima, na kriterijum suđenja, da nema razgovora, da je svaki udarac u glavu isključenje bez obzira da li je prva sekunda ili 60 minut. To su neke stvari koje se mogu shvatiti i razumeti samo češćim igranjem u Evropi.

## B reprezentacija – motivacija za sve

U oktobru će zaživeti i ideja B reprezentacije sastavljene od igrača iz domaćeg prvenstva. Milosavljević je uveren da rad u reprezentativnom okruženju može pomoći momcima iz ra-

zličitih klubova da se podignu i kvalitativno i u smislu profesionalizma...

– Drago mi je da ste to spomenuli. Ta ideja se rodila pre godinu i po dana kod Tonija Đerone i mene, i bilo je potrebno neko vreme da zaživi. Sjajno je to što se pokrenulo. U pravu ste kada kažete da su igrači Partizana koji su prošli kroz letošnji proces oko Mediteranskih igara, dobili puno. Prošli su kroz jedan ozbiljan proces, stekli iskustvo igranja na međunarodnoj sceni i osvojili medalju. Imali su priliku da sagledaju situaciju, nivo i trenutak u kojem se nalaze. Kojadinović, Popović i ekipa su igrali protiv vrhunskih rukometara iz Egipta, Slovenije i Španije, i videli su da mogu sa njima da se nose u određenom sistemu pod određenim pravilima. Sigurno je da su se kvalitetniji vratili u svoj klub, kao i ostali momci u svoje sredine. Ideja B reprezentacije će podstaknuti i motivisati mnoge igrače u našim klubovima u najpozitivnijem mogućem smislu, jer je ona samo korak do A tima. Poslužiće nam kao filter za potencijalne A reprezentativce iz domaće lige uz neke juniore ekstra kvaliteta. Već krajem godine igraćemo protiv selekcije Irana koju predvodi Veselin Vučović. Momci će dobiti dragoceno međunarodno iskustvo koje će im značiti u ličnom razvoju, ali i njihovim ekipama. Formiranje B reprezentacije je benefit za sve – uveren je Žikica Milosavljević.

## Šamot – i rezultat i škola



Grad koji već dece-nijama predstavlja jedan od najvažnijih centara srpskog rukometa u srcu Šumadije, Aranđelovac, iznedrio je velike igrače i kapitene nacionalnog tima poput Momira Ili-

ća i Ratka Nikolića. Rukometari Šamota su već godinama stabilan superligaš, a prema rečima trenera Slobodana Jedoksića, Aranđelovčani će dati sve od sebe da to ostanu i u budućnosti.

– Šamot ima jedan jedini cilj, a to je da uđe u bezbednu zonu i ostvari opstanak. Sistem takmičenja koji će dovesti do toga da ligu napuste četiri kluba malo nas je poremetio u našim planovima. Ušli smo u priču smene generacija, ali ćemo se ove sezone



malo zaustaviti u tom procesu. Moraćemo da tražimo neku hemiju između mladosti i iskustva koja će nas dovesti do toga da završimo među najboljih osam ekipa. To bi bio pravi uspeh za naš klub. Ostali smo bez nekih nosilaca igre, doveli neke nove momke koji tek traže afirmaciju na superligaškoj sceni. Potrebno je vreme, istreti ih da dođu do nekog potrebnog nivoa. U svakom slučaju, osnovni cilj je opstanak u društvu najboljih – jasan je Jedoksić, koji navodi da se klub iz Aranđelovca posvetio stvaranju novih generacija rukometara.

– Pokrili smo sve takmičarske selekcije uključujući i najmlađe kategorije. Imamo 150-180 dečaka od kojih je 150 u redovnom trenažnom ciklusu. Krećemo ove jeseni sa selekcijom 2015. godišta. Drugi tim Šamota igra Srpsku ligu. Najbolji treniraju sa prvom ekipom, a igraju za drugi tim. Naša namera je da kroz drugu ekipu kristališemo igrače i popunjavamo superligaški sastav. Stvaranje igrača je dug i mukotrpan proces u kome ne postoje prečice. Potrebno je strpljenje i puno razumevanja. Na nama je u klubu da nađemo kompromis između pravljenja igrača i postizanja rezultata. Za sve ovo ne postoji nikakav pritisak. Želimo da izbacimo 4-5 Aranđelovčana koji će biti sposobni da igraju za prvu ekipu. To je stvar koja nam je primarna.

Prema rečima Jedoksića, vidljiv je napredak u smislu kvaliteta takmičenja...

– Ima pomaka, veća je briga za rukomet. Pomoć države je izuzetna i uopšte nije zanemarljiva. Ne bavim se rukometnom politikom, ali još ima mogućnosti i prostora za nadogradnju. Ove procese bi trebalo nastaviti. Napredak se vidi.

Iskusni stručnjak misli da bi liga sa 14 klubova bila pravo rešenje...

– Po mom mišljenju liga od 14 klubova je idealna za našu zemlju. Kroz 26 utakmica bi moglo da se pruži prostora mladim igračima. Smanjenjem broja timova doći ćemo do toga da ćemo povećati starosnu strukturu igrača. Klubovi će biti u većoj opasnosti za svoj status i prirodno je da će ići ka tome da biraju iskusnije igrače na uštrb mlađih. I treneri neće moći puno da biraju pod pritiskom uprava i sponzora. U datom trenutku to može zaustaviti priliv mlađih igrača u superligaško društvo. Sa 12 klubova bojim se da će tako i biti. Neke rukometne sredine su vidljivo napredovale dobijanjem superligaškog statusa. S druge strane, čak osam timova će u dve sezone izgubiti mesto u Super ligi. Neke sredine to neće preživeti i verovatno će nestati. Ne smemo to da dozvolimo. Moramo da ih sačuvamo, osnažimo i razvijamo nove centre. To bi za muški rukomet bilo najprofitabilnije.

Ni trener Šamota se ne razlikuje od svojih kolega kada je u pitanju procena „gornjeg doma“ srpske klupske scene...

– Neki klubovi se bude iz letargije poput Crvene zvezde. Ove godine ćemo je gledati u borbi za visok plasman. Vojvodina je uvek gladna trofeja. Metaloplastika ima velike ambicije i vidim je pri vrhu. Partizan će uvek biti Partizan. Radnički će pokušati da ostane deo te priče, a i ekipa Obilića je veoma zrela i iskusna, što je pokazala na samom startu. Osam ekipa će se boriti za četiri mesta koja vode u plej-off. Mi ostali ćemo biti dole i grčevito se boriti za opstanak u društvu najboljih. Favoriti se znaju, ne želim da spominjem koliko to mogao da izgubi status ove sezone, vreme će najbolje pokazati – zaključuje trener Šamota, Slobodan Jedoksić, razgovor za magazin 40x20.

Regularni deo ARKUS lige za muškarce završava se trećeg maja 2023. godine. ■

# Od trke za plej-of do borbe za opstanak samo par koraka

**V**eć sam početak ARKUS liga za žene u sezoni 2022/2023 nagovestio je da će takmičenje najboljih srpskih rukometušica biti veoma zanimljivo i neizvesno. Jedanaest najboljih srpskih timova (ŽRK Vrbas je odustao od takmičenja) boriće se za četiri mesta koja vode u plej-of, kao i za izbegavanje poslednje tri pozicije koje šalju u Super B ligu. U takvoj podeli karata, praktično nema tima koji neće imati konkretne ambicije i veliki izazov u njihovom ostvarenju.

O očekivanjima od nove sezone, ambicijama i kvalitetu njihovih sastava, kao i same lige, za Magazin 40x20 govorili su trener ŽRK Vojvodina Radan Rovčanin, ŽRK Mladost Nova Pazova Slavko Krnjajac i ŽRK Bor Zijin Copper, Zoran Kiza Barbulović.

## Nova Vojvodina – i škola i superligaški status



Nekadašnji selektor juniorske reprezentacije Srbije, Radan Rovčanin, sa mlađim Novosadankama započeo je sezonu na najbolji mogući način pobedama u Boru i nad kragujevačkim Radničkim pred svojim navijačima u „Slanoj bari“ i tako nagovestio da bi Vojvodina mogla da se izbori sa ozbiljnom konkurenjom u borbi za očuvanje superligaškog statusa...

– Ekipa je mnogo podmlađena u odnosu na prethodne sezone, posebno poslednju. Grožnja čine juniorke, zato je nezahvalno progno-

zirati bilo šta, s obzirom da su kod mlađih igračica normalne i očekivane oscilacije usled nedostatka iskustva. Naša ideja je da devojke rastu iz utakmice u utakmicu, a želja da ostanemo stabilan superligaš. Liga će biti izuzetno zahtevna s obzirom da znamo da će tri ekipe ispasti na kraju. Dosta ekipa će kao prioritet postaviti opstanak u društvu najboljih. Razlike u kvalitetu nisu velike, tako da će puno toga zavisiti od zdravstveno biltena i trenutne situacije – kaže nekadašnji trener beogradskog Voždovca, gde je imao sličnu ulogu, da održava superligaški nivo uz afirmisanje mlađih igračica.

– Već tokom prošle sezone došlo je do resetovanja ekipa kada je data šansa mlađim igračicama. Nastavili smo u tom trendu. Okosnica su devojke 2005. godine i namera nam je da u naredne dve tri sezone napravimo bazu od tih devojaka koje će u jednom stabilnom okruženju iskoristiti svoj pun potencijal. Prioritet kluba je razvijanje omladinske škole. Sve devojke su u takmičenjima Lige mlađih kategorija Vojvodine. Želimo da stvorimo lanac, koji će biti sve jači iz godine u godinu, gde će prva ekipa imati koristi i stabilnost, a krajnje ciljeve ćemo određivati shodno budžetu.

Sistem takmičenja nameće zaključak da će linija, koja razdvaja borbu za plej-of i opstanak u ligi, biti tanja nego ikada...

– Svi će se boriti za nešto, liga će biti izuzetno interesantna. Nama će opstanak biti prioritet, a verujem da tako razmišlja veliki broj mojih kolega po klubovima. I borba za plej-of će biti jako zanimljiva. Uvodna dva kola nagovestila su da su iznenadenja moguća. Kvalitet je skoncentrisan u dve-tri ekipe, a za ostale biće neizvesno do poslednjeg kola. Po meni je ekipa Jagodine i dalje neprikosnovenja. Iako su prošle sezone kiksnuli u plej-ofu, i da je ih smatram ekipom koja ima najrealnije šanse da dođe do šampionskih pehara. Železničar iz In-

dije nije krenuo na krilima zvanja aktuelnog šampiona, ali siguran sam da će se podići i biti konkurentan do kraja borbe za plej-of i trofeje. Pazova je pobedila Indiju i tako pokazala da ima veoma iskusnu ekipu koja može da napravi prevagu. Naisa je sa novim trenerom Teodorovićem i igračkim kadrom koji odskače. To su najkvalitetnije ekipe u ovom trenutku. Ni Bekament nije za potcenjivanje, jer tu uvek treba uzeti u obzir tradiciju kluba i iskustvo. Liga će biti jako ujednačena i unapred osvojenih bodova nema što je i sam start pokazao. Najrealnije je da će o tituli odlučivati Jagodina i Železničar – jasan je Rovčanin.

ARKUS liga u ženskoj konkurenciji puna je mlađih igračica, juniorki i kadetkinja. Može se nazvati i pravom „razvojnom ligom“...

– Postoji par timova koji se oslanja na iskustvo, ali većina je sastavljena od mlađih igračica. Možda je to i prerano za neki uzrast, ali okolnosti su takve. Dosta mlađih devojaka će dobiti šansu i imati zahtevne uloge u svojim klubovima. To svakako može biti dobro za njihov razvoj, a na njima je da tu priliku i iskoriste. Drago mi je da je i generacija 2004 dobila veću pažnju, da je dobila adekvatan prostor i vreme zajedno. Nadam se da će te devojke nastaviti da se razvijaju u pravom smjeru – zaključuje Rovčanin, trener sa bogatim iskustvom u radu sa mlađima.

## Cilj sredina tabele, ali ne odustajemo ni od čega

Nekadašnji trener austrijskog Linca koji je u srpski ženski rukomet zakoračio angažmanom u ŽRK Crvena zvezda, Slavko Krnjajac, sa svojim timom Mladosti iz Nove Pazove na početku takmičenja nagoveštava dobre partie.

– Desio se najbolji mogući scenario za nas. Savladali smo šampiona iz Indije u lokalnom derbiju posle nekoliko godina. Savladali smo i Medicinar. Znao sam da ekipa poseduje mnogo veći potencijal nego što je to pokazivala. Preuzeo sam sastav u drugoj polusezoni. Znao sam i šta nam je potrebno da bismo taj potencijal ostvarili. Prvo i osnovno pitanje jeste bilo da dovedemo golmana kao što je Goca Đilas. Tu se poklopila naša namera i njena želja da se vrati kući. Pogodilo se sve i hvala Bogu, prezadovoljni smo kako funkcioniše – kaže Krnjajac i odgovara na pitanje kakve su mogućnosti Mladosti u sezoni 2022/2023.

– Znamo da ispadaju tri kluba iz Super lige, ali ne mogu da kažem da je opstanak u ligi moj cilj. Ambiciozan sam trener tako da će reći da je to sredina tabele. Ne odustajemo ni od borbe za plej-of. Ako se ukaže šansa daćemo sve od sebe da je iskoristimo. Ako se to desi, uzimam i ne pitam za cenu.

Sastav Mladosti je spoj mladosti i iskustva predvođen sjajnim levim bekom Leposavom Glušicom, koja briljira na terenu...

– To je žena zmaj. Lepta je profesionalac od a do š. Spremna je da trenira dan i noć. Mora stalno da se priča sa njom da ne bi trenirala toliko u tim godinama. Mlađe igračice moram da teram da pruže svoj maksimum na treningu, dok Glušiću moram da zaustavljam. U njenim godinama, igračica bi trebalo manje da trenira, više da ima prostora za odmor. Sve što mlađima moram da pričam, u kontra smeru ide kada razgovaram sa Lepom. Pravi je lider na terenu. Pomaže svima, devojkama, meni i klubu. Kao čovek besprekorna, pomaže klubu na svaki mogući način, i u vezi marketinga, opreme...

Od trke za plej-of do borbe za opstanak u ligi deliće ekipe samo par bodova...

– Liga je jako ujednačena. Neće biti kao prošle sezone kada su se brzo iskristalisala neka mesta. Ono što je sigurno jeste da je Jagodina najprofesionalnija u svemu. Vidi se jedna stabil-



nost u radu stručnog štaba i igračkom kadru. Jagodinke vidim u plej-ofu i borbi za pehare. Sve ostalo od drugog do 11. mesta biće jako zanimljivo i na loptu. Svako svakoga može da pobedi ove jeseni. I sami rezultati u prva dva tri kola su pokazala da su utakmice na dva-tri gola razlike, da presuđuje par tehničkih grešaka ili po koja odbrana golmana više. Nebitno je da li si domaćin ili gost. U takvoj podeli karta vidim šansu i za moju ekipu. Ciljeve smo definisali, ali ne odustajem ni od čega vezanog i za bolji plasman. Prošle sezone smo došli do polufinala Kupa Srbije. Očekivali smo da možemo sa Medicinarom, ali usledio je ubedljiv poraz. To je tako kada ekipa nema dovoljno iskustva. Zbog toga ne mogu da decidno tvrdim, ali i ne odustajem od borbe za plej-of. Ekipa mora da sazri, jer osim Lepe Glušice nemamo igračice koje su u karijeri prošle kroz situacije kakve su igranje pod određenim pritiskom u polufinalima, finalima...

Da prelazak iz muškog u ženski rukomet zahteva određen period za prilagođavanje, potvrđuje i nekadašnji pivotmen Crvene zvezde...

- Mnogo teže je raditi sa ženama. Sa muškarcima je lakše doći do zajedničkog jezika, mogu i lakše da pokažem ono što želim. Sa ženama mora više da se priča, ima puno različitih karaktera koji traže drugačiji pristup. Puno

je pitanja na koje traže odgovore, mora puno da se radi i na psihološkom planu. Drago mi je da sam u klub stigao u decembru prošle godine što mi je pomoglo da upoznam situaciju, igračice, da ih bolje razumem, razbijem sve barijere i pripremim za ono što nas čeka. Mnogo sam naučio iz razgovora sa pokojnim Vukom Roganovićem, legendom našeg sporta, njegovim sinom Ackom Roganovićem i drugim prijateljima koji su radili u ženskom rukometu. Otvorili su mi oči za neke stvari, ukazali na šta treba da obratim pažnju i gde se mogu susresti sa problemima - zaključuje Slavko Krnjajac.

### „Jagodina i Indija se izdvajaju“ - ostali će biti na pobedu-dve

Rukometušice Bora ušle su u novu sezonu 2022/2023 sa višim ambicijama, ali i problemima koji su uslovili lošiji start prema rečima dugogodišnjeg šefa stručnog štaba, Zorana Kize Barbulovića.

- Nismo očekivali poraz od Vojvodine. Imamo bolju ekipu nego što je to bilo ranijih godina, ali imamo problem druge vrste. Nekoliko igračica na koje najozbiljnije računamo su u procesu oporavka. Tu mislim na Teodoru

Majkić, Minu Petrović, dok se Jovana Nikolić vraća sa porodiljskog odsustva. Iz dana u dan, međutim, ide sve bolje i bolje. Sa njihovim povratkom na određeni nivo možemo da budemo bolje kotirani. Tu pre svega mislim na plasman među šest najboljih ekipa u Srbiji - kaže Barbulović, koji se slaže sa mišljenjem kolega da je epilog ovosezonskog takmičenja teško prognozirati.

- Većina nas smatra da je nezahvalno reći da li njihove ekipe mogu da budu među četiri, šest ili osam najboljih. Bodovna razlika će na kraju biti veoma mala. Opseg bodova između nekog trećeg i devetog mesta svedoće se na pobedu ili dve više. To su prognoze, a vidimo i na startu dosta neočekivanih rezultata. Loš start šampionki iz Indije, niške Naise, Medicinara, ekipa koje su proteklih godina činile gornji dom šampionata. Liga izgleda tako da svako svakoga može da pobedi. Biće veoma ujednačeno i zaista je teško reći kakav će biti epilog. Možemo da dođemo i do plej-ofa, ali samo sa dve pobeđe manje čeka nas borba za opstanak.

Iskusni stručnjak, međutim, izdvaja ekipu koja bi trebalo da obeleži ovu sezonu...

- Izdvojio bih Jagodinu. Bez obzira na probleme pokazala je najviše. Ima ekipu koja je u ovom trenutku najkvalitetnija u ligi. Očekujem da se Železničar vrati u kolosek u kome je bio prošle sezone. Šampionke su uz Jagodinu najkvalitetniji sastav u ligi. Ostalo je sve moguće. Moguće je da vidimo i nekoga koga ne očekujemo u plej-ofu. Pre starta većinsko mišljenje je bilo da su Kikinda i Pančevo viđeni za ispadanje, ali na terenu to ne izgleda baš tako.

Liga je, po mišljenju Barbulovića, manje kvalitetna nego ranijih godina...

- Liga je, po meni, slabija nego prethodne sezone, a ona prethodna je slabija od one prethodnje i tako redom. Iz godine u godinu kvalitet rukometa opada. Sve više je jako mlađih igračica što je dokaz da nema puno kvalitetnih igračica u pravim godinama. Da li su prestale da igraju ili odlaze u inostranstvo, nisam upućen u statistiku, ali liga nam je sve slabija. Treneri to jako dobro vide kada pokušaju da dovedu neku igračicu. I da imaš novca za to, kako je teško, jer je ponuda slaba. Nije lako dovesti ni strane igračice. Znaju da je liga u Srbiji slaba i retko koja se odlučuje da ovde

dođe i tako trasira svoj profesionalni put. Bojim se da će se ovaj trend nastaviti i u narednim godinama - jasan je Barbulović.

Kao selektor kadetskih selekcija, trener Bora nije mišljenja da mlade igračice dobijaju puno povremenim nastupima u Super ligi...

- Pre par godina sam imao drugačije mišljenje ali praksa je pokazala da mlade igračice ne dobijaju puno samim tim što su u sastavu superligaških timova ili dobijaju minutažu na kašičicu. Bolje je da su nosioci svojih ekipa u nižim ligama u poređenju sa par minuta u Super ligi. Tu, po meni, nema bitnijeg napretka.

Iza Barbulovića je uspešan ciklus sa reprezentativnom generacijom 2004 koja se vratila u A diviziju evropskog rukometa.

- Ocenili smo da ta generacija može puno toga da doneše srpskom rukometu. Iskočilo je par perspektivnih igračica koje puno obećavaju. Problem sa kojim se borimo, moji pomoćnici i ja, kao i sportski sektor Rukometnog saveza Srbije, a koji nije ozbiljno shvaćen sa druge strane, jeste usmeravanje tih devojaka ka ozbiljnijim rukometnim sredinama u zemlji gde bi nastavile da se razvijaju. Naišli smo na otpor, a bitniji deo devojaka iz te generacije ostao je u Super B i Prvoj ligi. Neke igraju na dvojnu registraciju u Super A ligi, ali uz male minutaže i ne na svojim pozicijama. To je goruci problem za budućnost ženske reprezentacije. U razgovoru sa kolegom iz Hrvatske prilikom prijateljskog meča u Đurđevcu marta ove godine, saznali smo da iz njihove prve postave šest devojaka igra njihovu A ligu sa minutažom od po 40 minuta. Uspeli su da prebacе devojke u adekvatne sredine i da im daju na značaju. Sličan je slučaj kod nas i sa generacijom 2006. Doduše, te devojčice su još uvek mlađe i daleko od Super A lige, ali gledajući gde nastupaju, mislim da ćemo doći u istu situaciju. Generacija kao generacija ima perspektivu, ali neophodno je puno okupljanja kako bi doveli tim na neki optimum u takmičenju A divizije - zaključio je trener Bora i selektor kadetkinja, Zoran Kiza Barbulović. ■





# Uloga golmana u zonskoj odbrani 5: I

**R**ukometni golman predstavlja specifičnu igračku poziciju u rukometu. On je „poslednja linija odbrane“, tj. poslednja prepreka koja može da spreči postizanje gola od strane protivničke ekipe. Svaka golmanova greška ili nepravovremena intervencija skoro uvek dovodi do realizacije protivnika i to je „bespovratna“ situacija. Da bi se to izbeglo, u radu sa golmanima neophodan je individualni pristup koji je najviše usmeren na razvijanju i usavršavanju njegovih motoričkih sposobnosti i izgradnji njegovih tehničko-taktičkih znanja.

Selekcija golmana se vrši već u mlađim kategorijama. Iskusan trener primenjujući određene teste, kao i kroz treninge i igru, može da proceni koji dečak ili devojčica imaju predispozicije za dobrog golmana.

## Pozicija golmana u rukometnoj ekipi

Golman je igračka pozicija koju definišu određene specifičnosti koje se mogu posmatrati iz nekoliko uglova. U toku igre on deluje kao zasebna igračka pozicija u okviru rukometne ekipе, posebno kada pričamo o fazi odbrane. Njegovi tehnički i taktički zadaci se bitno razlikuju od zadataka svih ostalih igrača u ekipi.

Jedna od bitnih specifičnosti je i ta da se jedino golman kreće u ograničenom prostoru od 6m (golmanovom prostoru) koji je praktično „zabranjen“ za sve ostale igrače. Takođe, svaki pokušaj postizanja gola od strane protivničke ekipe se završava odbranom ili pokušajem odbrane golmana, gde dolazi do izražaja isključivo golmanova spremnost i koncentracija da spreči postizanje gola.

Golmanovo postavljanje se uči i usavršava tokom cele karijere, s tim da se prilagođava određenim pozicijama odakle je šut upućen kao i protivničkim ekipama, u zavisnosti kakve napadače imaju u svojim redovima i odakle su najopasniji. Golman se različito postavlja za šuteve sa bekovskih pozicija, sa krilnih pozicija, sa pozicije pivotmena i prilikom odbrane sedmeraca. Da bi se pravovremeno postavio i bio u prilici da odbrani šut, golmanska tehnika i tehnika njegovog kretanja moraju biti na zavidnom nivou.

## Uloga i značaj golmana

Uloga golmana u rukometu je posebna iz više faktora. Dobar golman u ekipi predstavlja veliku prednost. Njegova uloga je višestruka a jedan njen deo se odnosi na „upravljanje igrom“ u fazi odbrane. U zavisnosti od vrste odbrane, menja se i uloga samog golmana, ali ono što je zajedničko za sve je da je golman poslednja prepreka svakoj lopti da uđe „u mrežu“ i da je golman „komandant“ svakog odbrambenog sistema, a sve u cilju sprečavanja ekipe u napadu da postigne gol. Po dogovoru, golman raspoređuje ostale igrače, ukazuje na greške u postavljanju, dogovara se za blokiranje šuteva, šta raditi u situacijama sa igračem više ili igračem manje u polju i slično. Takođe, dobra igra golmana izuzetno pozitivno utiče na moral cele ekipe. Dobre odbrane povećavaju celoj ekipi samopouzdanje, dok slabe intervencije unose nesigurnost i nervozu u celu ekipe.

Uloga golmana u fazi tranzicije iz odbrane u napad je veoma značajna bilo da se radi o situacijama kada je loptu odbranio i nalazi se u njegovom posedu ili je lopta završila pored gola. Kada golman odbrani šut i lopta je u njegovom posedu, najbitniji zadatak golmana je da loptu prenese najbližem igraču ili da samostalno započne kontranapad dugačkim

dodavanjem. Takođe, u situaciji kada je golman odbranio šut, a lopta nije ostala u njegovom posedu već je u gol autu, zadatak golmana je da što brže dođe u posed lopte i vrati je u igru kako bi se brzo započeo napad. U takvim situacijama brzina reakcije golmana pokreće ceo sistem i ekipa prelazi veoma brzo iz faze odbrane u fazu napada. Takođe, ista situacija se dešava i kada je primljen gol, a taktička zamisao ekipe da se igra brzi centar. Tada se uloga golmana ogleda u što bržem prenosu lopte iz gola do igrača koji izvodi početno bacanje.

Uloga golmana u napadu svoje ekipe je svedena na minimum ako uzimamo u obzir samo igru u pozicionom napadu. Novim pravilima postoje mogućnosti da se golman zameni sa sedmim igračem u polju tako da u toj izmeni golman mora da bude skoncentrisan i fokusiran na sopstveni zadatak tj. adekvatnu i pravovremenu izmenu sa igračem iz faze napada i vraćanje na svoju poziciju. Takođe, značajna uloga golmana se odvija u situacijama kada protivnička ekipa dođe u posed lopte, a golman svojim postavljanjem na udaljenost od 9-10 metara od svoga gola može da spreči da protivnički golman baci direktnu loptu za kontranapad.

Golman ima značajnu ulogu u napadu svoje ekipe u situacijama kada protivnik napada 7:6, tj. kada umesto golmana protivničke ekipe ulazi u igru još jedan napadač. U takvim situacijama se neretko dešava da nakon neuspešnog napada 7:6, golman odbrambene ekipe direktnim šutem na protivnički gol postiže pogodak, pre nego što se sedmi igrač u polju napadačke ekipe zameni sa svojim golmanom.

Golman je igrač sa posebnim značajem i specifičnim zadacima u rukometnoj ekipi. Pozicija koju golman ima u igri omogućava maksimalno eksploriranje individualnih kvaliteta i motoričke kreativnosti, ali i nameće potrebu za funkcionalnom saradnjom sa saigračima. Ono što je otežavajuća okolnost svakog golmana je to što nemaju pravo na grešku tj. vreme da je isprave.

## Psihofizički model golmana u modernom rukometu

Kada govorimo o psihofizičkom modelu modernog golmana mislimo na dva najbitnija segmenta: motoričke (fizičke) predispozicije i psihološki sta-

tus. Tokom niza godina razvoja rukometa i same pozicije golmana, definisalo se nekoliko primarnih osobina koje kvalitetan golman treba da poseduje, a to su: određene antropometrijske dimenzije, gipkost, eksplozivna snaga, brzina reakcije, koordinacija, hrabrost, lukavost, pozitivna agresivnost i smirenost.

Telesna visina je važan kriterijum za golmane kako na profesionalnom nivou tako i na nižim nivoima bavljenja rukometom. Golman sa telesnom visinom preko 190cm i velikim rasponom ruku (dužina ekstremiteta) biće u mogućnosti da odbrani sve šuteve upućene u gornje uglove njegovog gola, i samim tim će biće u prednosti u odnosu na niske golmane. Iz tog razloga, prilikom selekcije potencijalnih golmana u mlađim kategorijama, telesna visina i dužina ekstremiteta igraju veoma značajnu ulogu.

Takođe, brzina reakcije na određeni nadražaj je veoma bitna i u velikom procentu urođena. Golman koji ima brzu reakciju pravovremeno će reagovati na loptu upućenu ka njegovom golu.

Fleksibilnost (gipkost) se definije kao sposobnost čoveka da izvede pokret sa što većom amplitudom. Koeficijent urođene fleksibilnosti je prilično nizak, tako da postoji mogućnost njenog razvoja (Doder, 2010). Gipkost je jedna od bitnijih motoričkih sposobnosti kod golmana. Gipkost na visokom nivou (pogotovo donjih ekstremiteta) omogućava golmanu da dosegne sve uglove svoga gola i tako spreči postizanje gola.

Određene konativne i kognitivne sposobnosti takođe moraju biti na nadprosečnom nivou. Golman mora biti hrabar, pomalo lucidan i lukav, motivator, smiren kada je to neophodno, a agresivan u određenim momentima.

Golmani koji ne poseduju sve ove sposobnosti ostaju na prosečnom nivou ili pak svoje nedostatke kompenzuju nekom drugom ekstremno kvalitetnom osobinom, pa tako možemo imati i vrhunskog golmana nižeg rasta, koji je istovremeno izuzetno brz i lukav, inteligentan i „čitajući“ sve šuteve protivničkih igrača nadoknađuje svoj nedostatak telesne visine.

U tabeli 1 predstavljene su telesne visine i mase tela nekoliko svetskih vrhunskih golmana. Iz priloženog možemo konstatovati da je telesna visina veoma bitna karakteristika vrhunskog golmana u

.....

modernom rukometu. Većina pomenutih golmana ima telesnu visinu od 190-200cm što nam potvrđuje da je ova antropometrijska vrednost bitan parametar u modelu vrhunskog golmana u modernom rukometu.

Ime, prezime i klub	TV / TM
Mattias Andersson (Flensburg-Handewitt)	185cm/90kg
Kevin Moller (Flensburg-Handewitt)	200cm/103kg
Borko Ristovski (RK Vardar)	190cm/103kg
Arpad Šterbik (Veszprém KC)	200cm/118kg
Mirko Alilović (PICK Szeged)	200cm/110kg
Roland Mikler (PICK Szeged)	190cm/100kg
Vincent Gérard (Paris Saint-Germain)	188cm/100kg
Nikola Portner (Chambéry)	194cm/96kg
Rodrigo Corrales (Veszprém KC)	201cm/99kg
Marin Šego (Montpellier)	194cm/100kg
Thierry Omeyer (Paris Saint-Germain)	192cm/93kg
Niklas Landin (THW Kiel)	200cm/98kg
Andreas Wolff (Lomza Vive Kielce)	198cm/110kg
Dejan Milosavljev (Füchse Berlin)	196cm/130kg
Andreas Palicka (Rhein-Neckar Löwen)	190cm/93kg
Vladimir Cupara (Veszprém KC)	199cm/105kg
Napomena – TV (telesna visina); TM (telesna masa)	

Golmani trebaju da poseduju i tzv. specifičnu okretnost-snalažljivost na golu. Ona je usko povezana sa nekim motoričkim osobinama, a to su koordinacija, brzina, eksplozivna snaga i gipkost. Oni treba da budu hrabri, istrajni i uporni, a ove osobine se mogu primetiti kod sportista već u mlađim uzrasnim kategorijama.

U svakoj odbrambenoj formaciji igrači odbrane i golman imaju zajedničku taktiku kako nadmudriti protivnika, izblokirati šut, ukrasti loptu, navesti igrača u napadu da šutira u određeni ugao gola i slično, ili kako da odbrana svojim kretanjem i organizacijom natera napadačku ekipu da šutne na gol iz nepovoljne pozicije (malog ugla sa krila, preko visokog bloka u sredini ili sa velike distance). Ova zajednička taktika važi za sve vrste odbrane, u zavisnosti koju odbranu trener odluči da njegova ekipa primeni.

## Uloga golmana u zonskoj odbrani 5:1

Kao što smo ranije naglasili, uloga golmana u svim oblicima i vrstama odbrane u rukometu je velika. On je komandant odbrane, autoritet koji se poštaje i sluša. Golman ima najbolji pregled svoje odbrambene formacije i napadačke epipe. Svojim savetima i motivacionim porukama, koje moraju biti pravovremene, može da utiče na samopouzdanje i agresivnost svojih saigrača kao i na njihovo pravilnije kretanje u odbrani i rešavanje zadataka. Kako se lopta kreće od igrača do igrača u napadu, tako se i golman kreće u polukrugu od jedne do druge stative. Veoma je bitno da golman neprestano komunicira sa odbrambenim igračima, da im svojim savetima skrene pažnju na uočene propuste odbrane i prenese bitne informacije kada je u pitanju aktivnost saigrača u odbrani. Tu se prvenstveno misli na informacije o utrčavanju napadača na poziciju drugog pivotmena, blokade i slično.

Da bi se sve ove „taktičke zamke“ kvalitetno primenjivale na samoj utakmici, u treninzu procesu se mora izdvojiti posebno mesto za uvežbavanje varijanti saradnje golmana i odbrambenih igrača. Takve varijante je najefikasnije uvežbavati na golmanskim treninzima ili treninzima na kojima se uvežbava odbrana. Na ovim treninzima kroz situacione vežbe u kojima pravimo model moguće situacije sa samih utakmica, odbrambenu ekipu dovodimo na viši nivo rešavanja ovih situacija čestim ponavljanjem i objašnjavanjem kako neke problemske situacije u samoj igri možemo rešiti.

U nastavku teksta će posebno biti predstavljene sledeće taktičke varijante u saradnji između golmana i odbrambenih igrača u zonskoj odbrani 5:1:

- saradnja golmana sa blokom
- sprečavanje bekovskih šuteva sa zemlje
- princip gustine odbrane i puštanje krila na šut
- preuzimanje najopasnijeg napadača

## Saradnja golmana sa blokom

Jedan od taktičkih dogovora golmana i ostatka odbrane treba da bude usmeren na blokiranje šuteva

sa bekovskih pozicija. Centarhalf, desni i levi half čine blok koji sprečava direktni šut na gol od strane bekova u napadu.

U praksi, po nekom nepisanom pravilu, veoma često se golman dogovora sa centarhalfom i dva odbrambena igrača do njega da pri šutevima bekova sa sredine i širokih pozicija blok pokriva dalji ugao, dok golman reakcijom čeka loptu u bližem uglu. Pravilno postavljeni dvostruki visoki blok nateraće šutera da izbegne blok i šutne u ugao gde ga golman čeka. Svakako, dogovor može da bude i obrnut, da golman čeka šut u dalje uglove, a blok pokriva bliži ugao, sve u zavisnosti kako golman i odbrani više odgovara. Ovdje treba uzeti u obzir kvalitet samih napadača, tj. informacije dobijene skoutingom (gde neki igrači češće šutiraju).

Jedan od primera je na slici 1 gde se vidi da blokovi pokrivaju dalje uglove. Međutim u praksi se češće dešava da blok pokriva ugao gola gde šuter redi šutira, da bi ga golman sačekao u uglu gde češće šutira. Uloga golmana u ovoj taktičkoj zamisli je svakako velika i očekuje se da u potpunosti pokrije ugao u kojem se nalazi i na takav način u potpunosti preuzme odgovornost za taj šut.

Bilo da se radi o pokrivanju bližeg ili daljeg ugla od strane odbrambenog bloka, za ovaku vrstu saradnje sa golmanom je neophodno posvetiti određeno vreme u treninzu procesu. U trenutku kada blok podjednako dobro pokriva obaугла, zajedno sa adekvatnom saradnjom golmana i dobrog pokrivanja slobodnog ugla, ova vrsta saradnje može predstavljati značajno taktičko sredstvo u direktnom suprotstavljanju protivniku. Izbor taktike, u smislu pokrivanja uglova gola može varirati zavisno od kvaliteta i navika protivničkih igrača.

Pored gore navedene saradnje, blokiranje se može izvoditi u dva reda. U ovom slučaju to bi značilo da ukoliko levi bek šutira na gol, bilo bi dovoljno da desni half izđe dublje na 8-9m od gola i skoči u blok, dok bi centarhalf za to vreme ostao plitko, kako bi očuvao gustinu odbrane i formirao blok rukama iznad svoje glave ali bez skoka. Na ovakav način bi mogla da se poveća efikasnost delovanja odbrambenih igrača u zoni 5:1 uz njihovo manje angažovanje, pri čemu bi se blokom pokrila veća površina gola i sačuvala mogućnost za saradnju bloka i golmana u cilju dogovora oko pokrivanja jednog ili drugog ugla gola.



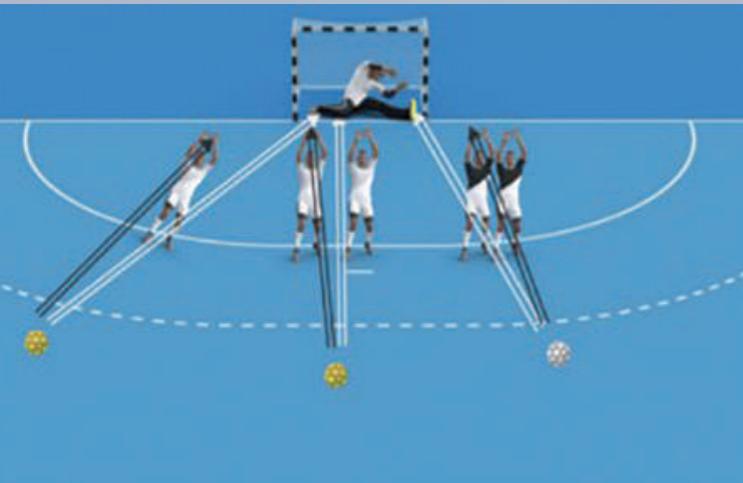
Slika 1 – Pokrivanje daljih uglova od strane bloka

## Sprečavanje bekovskih šuteva sa zemlje

Ako ekipa ima golmana u svom sastavu koji izuzetno dobro brani niske lopte i poseduje brze donje ekstremitete, to svakako treba iskoristiti u taktičkom smislu. Takvi golmani poseduju dobru brzinu reakcije i gipkost donjih ekstremiteta koja je neophodna kako bi mogli uspešno da zatvore donje uglove gola. Jedna od mogućih taktičkih dogovora odbrane i golmana je da svaki šut protivnika iz koraka i sa zemlje igrači odbrane pokrivaju samo gornje uglove, dok bi golman pokriva niske šuteve, one za koje je bolje tehnički spremjan.

Na slici 2 je prikazano kako bi to moglo da izgleda u praksi. Odbrambeni igrači centralnog dela odbrane (levi, desni i centarhalf) podignutim rukama blokiraju moguće šuteve ka gornjim uglovima gola i tako svojim postavljanjem usmeravaju bekove da šutiraju pored tela odbrambenih igrača u bloku ka donjim uglovima gola koje pokriva golman. Da bi ovaj dogovor postao značajno sredstvo taktike neke eipe, ovom obliku saradnje treba da se posveti dosta pažnje u treninzu procesu. Neophodno je dosta strpljenja u procesu obučavanja halfova u cilju njihove dobre sinhronizacije sa aktivnostima golmana. I ako ovo deluje da je veoma rizičan taktički dogovor, ukoliko golman sa igračima odbrane uspostavi dobar oblik saradnje u cilju pokrivanja gornjih uglova, onda se u pojedinim delovima igre ovo taktičko sredstvo može opravdano koristiti. Ovaj oblik saradnje postaje još efikasniji

.....



Slika 2 – Obrane niskih šuteva

ukoliko se napadački bekovi odlučuju za šuteve sa zemlje iz nešto nepovoljnijih pozicija za šut, kao što su široke pozicije ili neke druge neizgrađene šanse za šut.

## Princip gustine odbrane i puštanja krila na šut

U svojoj osnovnoj postavci zonska odbrana 5:1 više poštuje princip dubine nego princip gustine. Iza leđa prednjeg centra se nalazi pet igrača odbrane koji pokrivaju široki prostor na liniji golmanovog prostora i zbog svega toga moraju biti dobro fizički pripremljeni. Igrači moraju biti snažni, brzi i agilni kako bi bili uspešni u igri 1-1 i 2-2 na većem prostoru nego u što je to slučaj u zonskoj odbrani 6:0.

U zavisnosti koja je specijalnost golmana odbrambene ekipe (to mogu biti šutevi sa krila,

bekova, penali itd) dogovor odbrane u smislu čuvanja gustine može biti različit. U slučaju da su u pitanju šutevi sa krila, onda ekipa može da primenjuje i princip gustine, pogotovo ako je na desnom krilu igrač koji šutira desnom rukom ili igrač sa manje takmičarskog iskustva. U tim situacijama krajnji odbrambeni igrači (bekovi) se postavljaju bliže sredini odbrane držeći gustinu prema halfovima kako bi im pomogli u sprečavanju bekova da naprave prodor ka golu ili da šutiraju iz polja.

Suština ovog tipa saradnje je da se napad protivničke ekipe uglavnom završi šutem sa krila (ako je procena da su krila „slabija karika“ napadačke ekipe) a da se zadrži gustina odbrane i samim tim onemoguće prodori i šutevi iz nešto izglednijih pozicija za postizanje gola. Zavisno od kvaliteta krilnih igrača i bekova, ovakva takтика odbrane, u smislu dozvoljavanja pojedinih šuteva sa krila, može se primenjivati samo na jednoj strani odbrane. Pored toga, ovaj tip saradnje odbrambenih igrača i golmana se može koristiti kao sredstvo taktike u dužim i kraćim vremenskim intervalima u toku utakmice, kao i u različitim periodima igre. Odluka o tome se može doneti i na osnovu takmičarskog rezultata u toku igre kao i potrebe da se u nekom trenutku izvrši iznenadna promena u taktici igre u odbrani kako bi se izvršio dodatni pritisak na igrače u napadu.

Na slici 3 je prikazano taktičko rešenje kada je u pitanju održavanje gustine odbrane ka sredini, kao i široke pozicije iz kojih je moguće uputiti šut.

## Preuzimanje najopasnijeg napadača

U ovoj taktičkoj varijanti pored redovnih obaveza centralnih odbrambenih igrača, obraća se posebna pažnja na najboljeg napadača. I ovde postoji nekoliko podvarijanți, a pomenućemo dve:

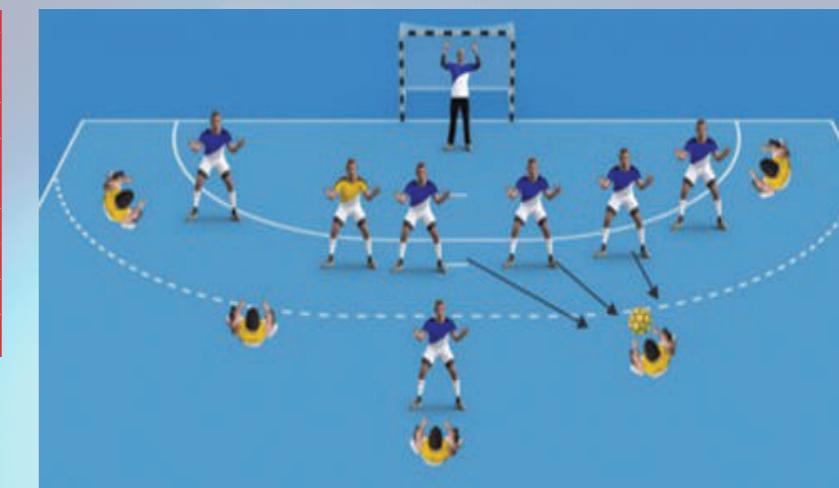
- Jedan od igrača centralnog dela odbrane vodi posebnu pažnju u pokrivanju najboljeg napadača (beka) i nastoji da ga spriči u šutiranju. Sve to se radi u posebnom dogovoru sa golmanom;
- Dvojica ili trojica igrača centralnog dela odbrane naizmenično preuzimaju najbo-

ljeg strelca i spričavaju ga u šutiranju. Ti igrači sve vreme ispunjavaju svoje redovne odbrambene zadatke, dok pored toga po dogovoru naizmenično izlaze ka tom napadaču ometajući ga u njegovim napadačkim namerama. Od velikog značaja za uspeh ove grupne odbrambene aktivnosti igrača je njihov dogovor oko preuzimanja najboljeg napadača, a o svemu mora da bude upoznat i golman (slika 4).

## ZAKLJUČAK

Iz svega navedenog u ovom radu može se zaključiti sledeće:

- Golman je jedna od veoma važnih pozicija u svakoj ekipi i neko ko iz drugačije perspektive posmatra kretanje i dešavanja na terenu za vreme utakmice. Uspeh svake ekipe u velikoj meri zavisi od uspešnosti igre golmana. Uloga golmana u svim segmentima rukometne igre je različita ali i veoma značajna.
- Ako golman i odbrambeni igrači ispoštuju dogovorene oblike taktičke saradnje u okviru zonske odbrane 5:1, to može rezultirati smanjenjem efikasnosti realizacije napada protivničke ekipe.
- Osnovni oblici saradnje se mogu ogledati u pokrivanju blokom od strane odbrambenih igrača određenog ugla gola a da golman bude fokusiran na odbranu suprotnog ugla ili da blokom se pokrivaju gornji uglovi a da golman bude
- Da u situacijama kada ekipa poseduje golmana koji kvalitetno brani šuteve sa krilnih pozicija principom gustine odbrane i dogovorom golmana i odbrambenih igrača se realizacija napadačke ekipe usmeri ka krilima.
- Ako protivnička ekipa ima jednog izrazitog napadača na poziciji bekova, taktičkim dogovorom ekipa u odbrani posvećuje posebnu pažnju pomenutom napadaču. U zavisnosti na kojoj se poziciji nalazi najopasniji napadač, igrači u odbrani koriguju svoje uobičajeno kretanje i postavke koje karakterišu odbranu 5:1 i postavljaju sebi prioritet zaustavljanja najopasnijeg napadača. Sve ove izmene se sprovode u dogovoru između igrača u odbrani i golmana. ■



Slika 4 – Pokrivanje najboljeg šutera

spreman da reaguje pokrivanjem donjih uglova.



Slika 3 – Princip gustine u odbrani 5:1

## Literatura

- Arslanagić, A. (2013). *Rukometni golman – najvažnija karika uspjeha*. Vekomp, Zagreb.
- Doder, D. (2010). *Fizička razvijenost i fizičke sposobnosti dece osnovnoškolskog uzrasta*. Pokrajinski zavod za sport. Novi Sad.
- Perić, D. (2014). *Tehničko-taktička obuka golmana za odbranu niskih lopti*. Zajednica trenera RSS, Kragujevac.
- Schubert, R., Potthoff, N., Potthoff, C. (2015). *Halten wie die Grossen*. Philippka-Sportverlag, Germany.
- Schubert, R., Grintz, O., Potthoff, N., Stange, N. (2015). *Torwarttraining – Trainingsformen für alle Leistungsbereiche*. Philippka-Sportverlag, Germany.



# Individualni tehničko-taktički aspekti igre levog beka na plitke i duboke zonske odbrane u rukometu

**K**ada govorimo o poziciji levog beka u ekipi, tu prvenstveno mislimo na snažnog, brzog i skočnog igrača koji poseduje izuzetno jak i raznovrstan šut, koji igra dobro 1:1, 2:2 i ima odličnu saradnju sa svojim saigračima, prvenstveno sa levim krilom, pivotmenom i srednjim bekom. To je igrač koji zna i može da preuzeme odgovornost u određenom momentu, a visok nivo kognitivnih sposobnosti mu omogućava da isprati sve zamisli srednjeg beka u napadu. Takođe, zbog pretpostavke da levi bek ima dobre morfološke karakteristike (nadprosečnu visinu), njegova uloga u odbrani nije zanemarljiva, pogotovo u plitkim zonskim odbranama.

Pozicija levog beka u rukometu je veoma zahtevna. Kvalitetan levi bek mora da zadovolji sve kriterijume antropološkog statusa jednog sportista kako bi njegove performanse bile na visokom nivou. Ako se osvrnemo na period poslednjih tridesetak godina, možemo konstatovati da su rukometnim terenima dominirali bekovi (Veselin Vujović, Nenad Peruničić, Magnus Vislander, Bojana Popović, Kristina Neagu, Momir Ilić, Mikel Hansen, Nikola Karabatić, Sander Sagosen i mnogi drugi), a svi oni su u svojim zrelim igrачkim godinama proglašavani za najbolje igrace sveta i imali vodeću ulogu u klubovima gde su igrali.

## Profil uspešnog levog beka u modernom rukometu

Kada se govorи о antropometrijskim merama, telesna visina igrača značajnu ulogu i predstavlja predispoziciju za selektiranje igrača. Ovaj parametar može da se prati tokom razvoja sportiste, a periodičnim merenjem, standardizovanim metodama, se može utvrditi približna konačna visina sportiste. Ako poseduje taj podatak, trener koji radi u



mlađim kategorijama može usmeriti tog sportistu na određenu poziciju u igri, agde će njegov učinak biti najbolji. Prema istraživanju (Martinez-Rodriguez i ostali, 2019), telesna visina bekova u svim državama koje obuhvata ovo istraživanje je najveća u poređenju sa telesnom visinom pivotmena, golmana i krila. Na drugom mestu je telesna visina golmana.

Od motoričkih (fizičkih) predispozicija bekova u rukometu, na prvom mestu je eksplozivna snaga donjih ekstremiteta (skočnost), brzina, koordinacija i sve ostale podvrste snage. Ima slučajeva da uspešni bekovi nemaju izraženu telesnu visinu a da taj nedostatak nadoknađuju izuzetnom skočnošću. Jedan od primera je i igrač sa naših prostora i bivši reprezentativac Zoran Tomić. Ipak, na vrhunskom svetskom nivou takvih slučajeva nema mnogo jer da bi uspešno rešavao zadatke u napadu, neophodno je da levi bek bude i visok i skočan.

Što se tiče osobina ličnosti, kvalitetan i uspešan levi bek na prvom mestu mora biti skoncentrisan i fokusiran na zadatke koje treba da obavlja. U svakom slučaju, pažnja mora biti na visokom nivou, baš kao i motivacija, timski duh, nesebičnost i mogućnost da u svakoj akciji izabere najbolje rešenje za realizaciju napada.

## Tehničko-taktički aspekti igre levog beka na plitke i duboke zonske odbrane

Uvidom u dosadašnja istraživanja koja su nama bila dostupna, dolazimo do konstatacije da na našim prostorima, a tako i u razvijenijim rukometnim zemljama, prvenstveno misleći na zapadnoevropske i skandinavske zemlje, nema puno istraživanja i stručne literature na temu tehničko-taktičkih

aspekata samo jedne pozicije, u ovom slučaju levog beka. Do takvog zaključka dolazi i Valdevit (2009) koji navodi da su istraživanja tehničko-taktičkih aktivnosti u rukometu u manjoj meri zastupljena od istraživanja koja se odnose na prostor telesnih i motoričkih dimenzija u istom sportu.

Individualni aspekti igre levog beka, na duboke i plitke odbrane, mogu varirati. Tehničko-taktička priprema i trenažni proces u velikoj meri utiču na razvoj svakog igrača, mada često dolazimo u situaciju da imamo problema sa dinamičkim stereotipom, da ne prilazimo svakom beku odnosno sportisti individualno. Upravo iz tog razloga u trenažnom procesu treba akcenat staviti na obučavanje tehnike i primeni taktike kroz individualni i grupni rad. Sa daljim napretkom igrača potrebno je sprovoditi tehničko-taktičko usavršavanje kroz kolektivne zadatke u situacionim uslovima.

Prema Maliću (1999), tehničko-taktička priprema zauzima vodeće mesto u jednogodišnjem trenažnom ciklusu rukometaša sa 40% zastupljenosti. U poslednjih dvadesetak godina ovaj procenat zastupljenosti se dodatno uvećao. Na osnovu toga može se zaključiti koliko je važno usmeriti trening na ove segmente razvoja svakog rukometaša.

Svaki kvalitetan igrač, pa samim tim i levi bek, mora da bude osposobljen za što raznovrsniju igru. Da bi počeli sa obučavanjem i taktičkom pripremom, bekovi moraju da poznaju sve tehnike zaleta, šutiranja, načina dodavanja, hvatanja, vraćanja na početnu poziciju, primanje lopte u zaletu sa leve i desne strane i što je najvažnije, u svim tim situacijama bekovi moraju da budu opasni po gol.

Igrač na poziciji levog beka mora da poseduje kvalitetan zalet. Zalet može biti direktni (pravolinjski tj. ravno napred), kosi (levo i desno), polukružan (levo i desno) i nakon finte (u jaču ili slabiju stranu). Zalet se izvodi u nekoliko koraka, a igrači sami procenjuju koji će zalet primeniti u zavisnosti od trenutne situacije u igri. Ono što je najbitnije kod obučavanja ovog elementa je da igrači kroz treninge nauče sve vrste zaleta i da ih adekvatno i pravovremeno koriste u igri. Ono što će izdvojiti vrhunskog od prosečnog levog beka je sposobnost da proceni situaciju u igri i odabere kojim će se zaletom kretati bez lopte i napasti postavljenu odbranu.

Sledeći veoma bitan elemenat tehnike igre beka u napadu je fintiranje. Finta je tehnički eleme-

nat rukometne igre koja služi kao sredstvo individualne taktike, a podrazumeva da se protivnik dovede u situaciju da pogrešno proceni nameru igrača koji je izvodi (Popmihajlov, 1984). Postoji više vrsta finti. One koje se najviše koriste su jednostruka, dvostruka, finta lažni šut, finta okretom i dribling finta. Ono što izdvaja vrhunskog levog beka od prosečnog je obučenost za primenu nekoliko kvalitetnih finti, tako da odbrambeni igrač nije u mogućnosti da se fokusira na samo jednu vrstu finte već biva zatečen različitim mogućnostima fintiranja.

Bitan segment tehničko-taktičke obuke levih bekova predstavlja izmena mesta sa i bez lopte, zabadanja, ukrštanja sa krilom i sa srednjim bekom, kao i različite kombinacije ovih elemenata.

Zabadanje je osnova napada na odbranu i sastoji se od kvalitetnog zaleta, primanja lopte, naznake šuta ili finte i predaje lopte. Svi ovi podeljeni zabadanja se moraju kroz trening uvežbavati i kao celina primenjivati kasnije na utakmici.

Ukrštanje je sredstvo taktike u kom učestvuju dva ili više igrača koji na određen način predaju loptu i menjaju mesta u cilju stvaranja mogućnosti za realizaciju napada. Da bi ovo sredstvo bilo efikasno kao deo taktike u napadu, mora se tehnički usavršiti kako bi njegov učinak u primeni bio visok.

Šutiranje na gol predstavlja završnu fazu procesa igre svakog igrača u napadu. Cilj obuke i usavršavanja ovog elementa jeste da igrač bude „opasan“ po gol, odnosno da poseduje jak, kvalitetan i precizan šut. U procesu obučavanja, šutiranje na gol se odvija bez suprotstavljanja. Kako se koji element savlada, tako se u vežbanje uvode igrači odbrane, pa se dalje usavršavanje odvija u situacionim uslovima i u različitim brojčanim odnosima kroz grupne elemente saradnje.

Kada se savladaju ove faze, onda se pristupa usavršavanju u kolektivnim uslovima (igra 6:6) kako bi bekovi u napadu mogli da procene i odaberu koje će kretanje i vrstu šuta u određenom momentu odabrati i koristiti, a sve to i u odnosu na koju vrstu odbrane napadaju.

Skok je veoma važan segment prilikom šutiranja na gol. On se može uvežbavati kao motorička sposobnost eksplozivne snage donjih ekstremiteta, posebno na treninzima fizičke pripreme, a i kao element šuta. Kroz razne razvojne vežbe skoka: u dalj, u vis, napred, sa padom, iz mesta ili iz kreta-

nja, podiže se kvalitet skoka pri šutu i samim tim se utiče na bolju realizaciju šuta.

Sa pozicije levog beka postoji mogućnost nekoliko šuteva: šut iz skoka (sa zadrškom, brz šut, na prvi, drugi ili treći korak), šut sa zemlje (iz zaleta, iz šase koraka, iz ereta, pored odbrambenog igrača, preko odbrane) i šutevi nakon finte ili skoka sa nastavkom vođenja (uglavnom sa pozicija bližih golu). Prilikom napada na plitke odbrane, to su često šutevi sa veće udaljenosti i preko bloka odbrane ili iz koraka, dok kod dubokih zonskih odbrana otvara se više prostora za fintiranje, tj. prolaz i šut sa 6 metara. Tokom treninga treba ravnomerno obuhvatati sve vrste šuteva kako bi igrač posedovao više kvalitetnih opcija za realizaciju napada.

Koristeći tehničko-taktičke elemente rukometne igre (zalet, zabadanja, skok, šut, odvlačenja, ukrštanja i slično) od iskusnog levog beka se očekuje da, u situacijama kada ne prolaze uigrane akcije ili je ekipa pasivna, svojim rešenjima preuzme odgovornost i pokuša da realizuje napad. To mogu biti individualna rešenja ili u saradnji sa ostalim igračima u timu bez obzira da li je u pitanju plitka ili duboka zonska odbrana ili neka kombinovana varijanta.

U nastavku ćemo prikazati neka moguća rešenja.

## Napad levog beka na plitke odbrane

Kada govorimo o plitkim zonskim odbranama, najčešće mislimo na odbrane 6:0 i 5:1. Raspored igrača u odbrani i njihova gustina otežavaju napadačima prodore ka golu, ali se otvara više mogućnosti za šuteve sa spoljnih, bekovskih pozicija. Kvalitetni šuteri mogu doći do izražaja protiv ovakve zonske odbrane. Takođe, pregrađivanjem odbrane od strane pivotmena, kao i izmenom mesta bekova, treba tražiti adekvatna rešenja za realizaciju napada. Na slici 1 je prikazano jedno od rešenja na odbranu 6:0 gde akcija kreće i po mogućnosti se završava na levom beku.

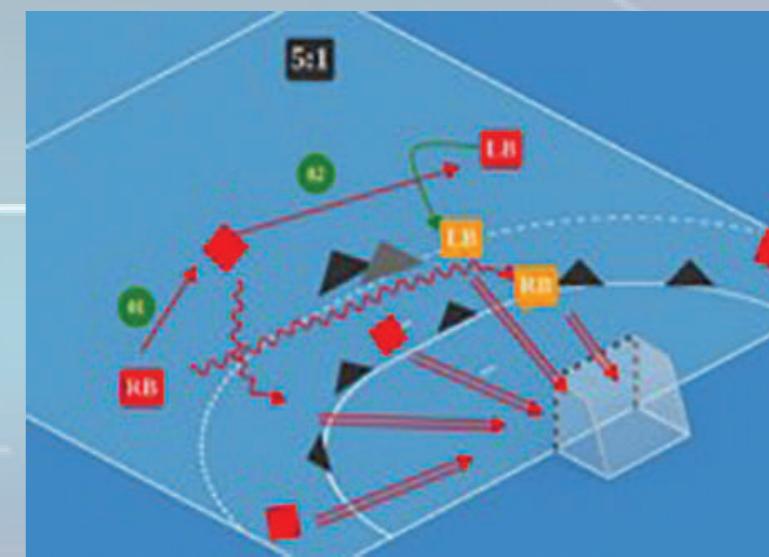
Tok napada je sledeći: Lopta je kod levog beka koji dodaje srednjem beku. On ukršta sa desnim bekom na širokoj poziciji. Pivotmen se nalazi između drugog i trećeg igrača u odbrani 6:0. Desni bek (RB) nakon primanja lopte od srednjeg beka dodaje istu levom beku (LB) koji je u zaletu i na-



Slika 1 – Napad na odbranu 6:0

pada široko. Levo krilo je zauzelo poziciju u uglu terena. Desni bek nastavlja kretanje, koristi blokadu pivotmena na trećem u odbrani i kao jednu od mogućnosti završetka akcije dobija povratnu loptu od levog beka i šutira sa 6 metara na gol. Suština ove akcije je da je stvorena situacija 4:3 ne levoj strani i da je pregrađivanjem odbrane i kretanjem bez lopte stvorena situacija za postizanje pogotka. Takođe, u nastavku akcije desni bek može ponovo da doda loptu levom beku koji realizuje napad na širokoj poziciji (između prvog i drugog igrača u odbrani) ili asistencijom ka levom krilu.

Na slici 2 vidimo jedno od rešenja napada na odbranu 5:1 u kojem levi bek (LB) ima važnu ulogu. Tok napada je sledeći: desni bek (RB) dodaje loptu srednjem beku i utrčava iza leđa prednjem centru i pozicionira se na



Slika 2 – Napad na odbranu 5:1

liniji od 6m između desnog halfa i centarhalfa. Srednji bek blago odvlači ka desnom beku i daje loptu levom beku (LB) koji napada polukružnim zaletom. Levi bek (LB) napada sa desne strane prednjeg centra ulazeći u 9m i tako „povlačeći“ prednjeg centra ka sebi. Moguće rešenja su: šut levog beka (LB), asistencija ka pivotmenu ili desnom beku (DB) na liniji 6m ili dodavanje lopte srednjem beku koji napada prodorom između levog halfa i levog beka u odbrani.

Kod ove i sličnih varijanti, veoma je bitno da svaki igrač pravovremeno reaguje, da zna gde menja mesto i kada dodaje loptu saigracu. Što se tiče levog beka veoma je bitan izbor i pravovremeni zalet. Kod akcije na odbranu 6:0 on koristi kosi i pravolinijski zalet, a u akciji na odbranu 5:1 polukružni zalet. U odnosu na kretanje odbrambenih igrača levi bek traži najbolje moguće rešenje i završava akciju.

## Napad levog beka na duboke odbrane

Kada govorimo o dubokim zonskim odbranama, mislimo na odbrane 3:2:1, 4:2, 3:3. Jedna od najzastupljenijih odbrana, pogotovo na našim prostorima je odbrana 3:2:1. Ova vrsta odbrane je izuzetno zahtevna. Ekipa koja je primenjuje mora u svojim redovima posedovati igrače koji su na prvom mestu fizički i tehničko-taktički spremni da odgovore na sve zadatke koje im ova odbrana postavlja.

Ova vrsta odbrane je duboka, ali istovremeno nije „gusta“. Samim tim ona otvara mogućnosti

za napadačku ekipu da je raznim taktičkim rešenjima nadmudri i dođe do povoljne pozicije za realizaciju.

Na slici 3 predstavljeno je jedno od mogućih rešenja protiv odbrane 3:2:1. Tok napada je sledeći: srednji bek blago odvlači ka desnom beku (RB) i dodaje loptu levom beku (LB) i nakon toga utrčava na liniju 6 metara između centarhalfa i levog beka u odbrani. Pivotmen se tada pomera ka desnom beku u odbrani odvlačeći na takav način centarhalfa. Levi bek (LB) iz polukružnog zaleta napada iza leđa prednjeg centra i moguća rešenja su: šut na gol, dodavanje ka pivotmenu ili srednjem beku na poziciji drugog pivotmena, ili dodavanje ka desnom beku (RB) na širokoj poziciji.

Veoma je bitan pravovremeni i maksimalni zalet levog beka na početku ove akcije, a kasnije i pravilan izbor rešenja kako istu završiti i dovesti svoju ekipu u izglednu poziciju za postizanje pogotka.

Na slici 4 predstavljena je napadačka akcija na zonsku odbranu 3:2:1. U principu odbrana 3:2:1 se primenjuje protiv ekipa koje u svojim redovima imaju izrazite šutere i zbog toga halfovi igraju duboko ka njima (prednji centar do 10 metara, a desni i levi half do 9 metara pa nekada čak i dublje). Ovakva postavka odbrane otvara prostor dobrom krilnim igračima za igru 1:1. Takođe, pivotmen blokadom bilo kojeg od halfova наруšava ravnotežu i stabilnost odbrane, pokreće preuzimanje igrača koja može rezultirati viškom i prodorom napadača ka golu. Ova vrsta odbrane je „ranjiva“ i na utrčavanje krilnih igrača na poziciju drugog pivotmena.

Tok napada na slici 4 je sledeći: lopta se kreće od desnog krila, desnog beka (RB), srednjeg beka ka levom beku (LB) odvlačenjem. U momentu kada levi bek primi loptu u pravolinijskom zaletu, pivotmen izlazi na blokadu desnog halfa omogućavajući levom beku (LB) da fintom napadne kroz sredinu odbrane. U momentu fintiranja levog beka, desno krilo utrčava na liniju 6 metara u sredinu očekujući loptu. U zavisnosti od kretanja odbrambenih igrača, moguća su sledeća rešenja: šut na gol levog beka (LB) sa 7-8 metara, dodavanja levog beka ka pivotmenu koji se otvara posle blokade ili ka desnom krilu koje se nalazi na poziciji drugog pivotmena. Takođe, moguće je odigrati povratnu loptu srednjem ili desnom beku (RB).

U ovoj akciji je bitan pravolinijski zalet levog beka direktno na desnog halfa kako bi iskoristio blo-

kadu pivotmena i nakon toga fintom u jaču stranu omogućio pomenute opcije za realizaciju napada.

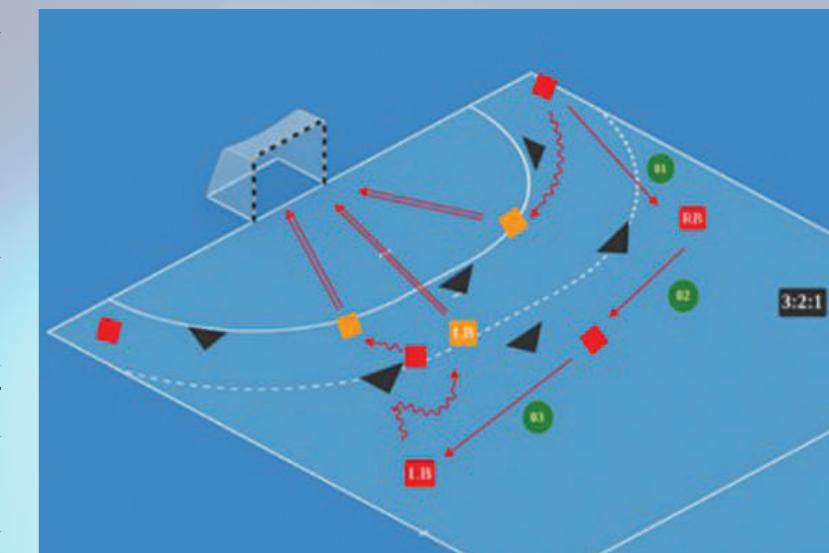
## ZAKLJUČAK

Individualna igra na svakoj poziciji u rukometu, a na „vrhu liste“ je svakako pozicija levog beka, „slika“ je kolektivne snage ekipa. Rad na tehnici mora da predstavlja osnovu rada sa rukometašima od samog početka njihovog bavljenja rukometom, jer nedovoljna tehnička obučenost je ograničavajuća za kasnije postizanje dobrih rezultata.

Moderan rukomet podrazumeva „brzu“ igru sa mnogo trčanja. Stalne promene pravca kretanja od svih igrača zahtevaju adekvatan trenažni proces od najranijih uzrasta kako bi bili pripremljeni za sve izazove koje rukomet stavlja pred njih. U takvom načinu igre, može se primetiti da su levi bekovi postali mnogo pokretljiviji i brži nego pre nekoliko decenija. Njihova visina je predodređena pozicijom koju imaju na terenu, a telesna masa se poslednjih godina smanjivala tj. moral je da prati značajno veće „trkačke“ potrebe igre.

Na osnovu svega navedenog mogu se izvesti sledeći zaključci:

- Postoji model tehničko-taktičkih aktivnosti u napadu za svaku poziciju u rukometu i on je najčešće određen nivoom usvojenosti tehničko-taktičkih elemenata. Potrebno je kroz trenažni proces stalno težiti unapređenju tog modela. To se svakako odnosi i na levog beka koji se smatra jednim od nosilaca odgovornosti napada u rukometu.



Slika 4 – Napad na odbranu 3:2:1 sa utrčavanjem krila

• Adekvatan rad na obučavanju tehničko-taktičkih elemenata rukometa u mlađim kategorijama može doprineti kasnijem uspehu u igrackoj karijeri. Usvojeni tehničko-taktički elementi moraju biti na visokom nivou i treba težiti njihovom stalnom usavršavanju. U te elemente spadaju: zalet, skok, štевi, zabadanja, ukrštanja, kretanja sa i bez lopte i slično. Takođe, igrači moraju biti dobro upoznati sa taktičkim varijantama (akcije, polazi, moguće varijante završetka) koje će se primenjivati u igri.

• Tokom sveobuhvatnog rada sa igračima, određene osobine ličnosti je potrebno razvijati i kontrolisati (koncentracija, pažnja, fokus i slično). Takođe, potrebno je stalno razvijati samopouzdanje kod igrača i motivisati ih za postizanje najvećih dostignuća. ■

## Literatura

- Malić, Z. (1999). *RUKOMET – POGLED S KLUPE*. Samostalno izdanje autora, Zagreb.
- Martínez-Rodríguez, A., Hernandez-Garcia, M., Rubio-Arias, J., Sanchez-Sánchez, J., Sanchez-Saez J. (2019). *BODY COMPOSITION CHARACTERISTICS OF HANDBALL PLAYERS: SYSTEMATIC REVIEW*. University of Alicante, Spain.
- Popmihajlov, D. (1984). *RUKOMET – TEHNIKA*. Zavod za fizičku kulturu Vojvodine, Novi Sad.
- Valdevit, Z. (2009). *MODELNE KARAKTERISTIKE TEHNIČKO-TAKTIČKIH AKTIVNOSTI U FAZI NAPADA U RUKOMETU*. Doktorska disertacija. Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd.

Slika 3 – Napad na odbranu 3:2:1



*Stefan Dodić, najbolji junior Evrope*