

40+20

IZ ZT RSS

**Centralni seminar
održan u Kragujevcu**

TONI ĐERONA

Borićemo se za Pariz

DOGAĐAJI

**Šest Srpkinja
u trci za pehar
prvaka Evrope**

STRUČNA TEMA

**Motoričke i morfološke
karakteristike pivotmena
u savremenom rukometu**

MAGAZIN ZAJEDNICE TRENERA
RUKOMETNOG SAVEZA SRBIJE
XVIII broj / oktobar 2023.



EHF LIGA ŠAMPIONA
Tri srpska trenera u eliti

UVODNIK

Pola decenije postojanja Magazina 40x20 _____ 03



IZ ZAJEDNICE TRENERA RSS

Centralni seminar održan u Kragujevcu _____ 04-05



INTERVJU BROJA (TONI ĐERONA)

Borićemo se za Pariz _____ 06-13



DOGAĐAJI

Srbija sa trojicom trenera u EHF Ligi šampiona _____ 14-19



DOGAĐAJI

Šest Srpskih u trci za pehar prvaka Evrope _____ 20-23



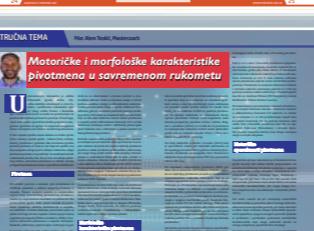
AKTUELNO

Vojvodina na pravom ispitu, Jagodinke ostale jedine na sceni _____ 24-25



STRUČNA TEMA

Motoričke i morfološke karakteristike pivotmena u rukometu _____ 26-33



STRUČNA TEMA

Uloga, karakteristike i izbor kapitena u rukometnoj ekipi _____ 34-39

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: Alem Toskić (Mastercoach); Bojan Nikolajević (Mastercoach) ■ Recenzent stručnih tema: dr Zoran Valdevit ■ Dizajn i prelom: Novo Bojičić ■ Foto: Ivica Veselinov/RSS, IHF, Balkan-Handball.com, ARKUS liga, ZT RSS, Telekom Veszprem, Fradi.hu, Pick Szeged media team, Slavko Kolar

Elektronsko izdanje ■ Časopis izlazi tromesečno

Pola decenije postojanja MAGAZINA 40X20

red vama je još jedan broj magazina 40x20 koji je septembarskim izdanjem zakoračio u petu godinu postojanja. Kao i u svim prethodnim prilikama, koristimo ovaj projekat da članove Zajednice trenera RSS što bolje informišemo o aktuelnostima iz sveta rukometa i pružimo dodatni način za edukaciju pored svih ostalih aktivnosti i redovnih seminara koje imaju priliku da pohađaju.

Zajednica trenera RSS je zauzela čvrst stav vezan za poštovanje Zakona o sportu i Pravilnika o dozvolama za rad, što se tiče stručne edukacije i obaveze imanja određenog fonda sati seminara. Ovaj odnos prema stručnoj edukaciji nije patent Zajednice trenera RSS. Usvojili smo neka iskustva zajednica trenera iz zemalja bližeg, ali i daljeg okruženja. Znanje se ne meri u dinarima, već iskustvom koje donose okupljanja kao što su naš Centralni seminar i regionalni seminari.

I magazin 40x20 je način da apelujemo na našu struku i utičemo na ljude, da ih što više motivišemo i inspirišemo da nađu svoje mesto u rukometnom svetu. Permanentna edukacija je osnov svakog uspeha. Za sve to poseban impuls mogu dati rezultati naših reprezentativnih selekcija i timova na međunarodnoj sceni na takmičenjima i utakmicama koje slede u sezoni 2023/2024.

Želimo vam svima uspešnu sezonu, puno zdravlja i uspeha. ■



Centralni seminar održan u Kragujevcu

Centralni seminar Zajednice trenera Rukometnog saveza Srbije održan je u kragujevačkim Šumaricama sredinom juna uz učešće više stotina trenera – članova Zajednice koji su u tri dana mogli da čuju interesantna predavanja od eminentnih gostiju. Selektor muške reprezentacije Srbije, Toni Đerona, lektor EHF Aleksandru Ašćente, legendarni profesor Vladimir Koprivica i docent dr Milan Petronijević našli su se u ulozi predavača. Centralni seminar bio je namenjen i trenerima Master coach kategorije koji su imali tzv. „refreshing“, odnosno, obnavljanje za master. U Kragujevcu je održan i prvi obavezujući jednodnevni seminar za trenere koji će u sezoni 2023/2024 voditi ekipe u ligama mlađih kategorija.



Uskoro termin regionalnog seminara

Upravni odbor Zajednice trenera Rukometnog saveza Srbije doneće uskoro i odluku o terminima regionalnih seminara koji bi trebalo da se razlikuju od dosadašnjih, a sve to u okviru paketa odluka o organizaciji seminara u narednom periodu.

Dogovor strukovnih organizacija

Na osnovu dogovora strukovnih organizacija RSS (delegate, kontrolori, sudije i treneri), Zajednica trenera RSS očekuje striktiniju primenu izmenjenih propozicija takmičenja mlađih kategorija, te da će svi učesnici u sprovođenju takmičenja dati svoj puni doprinos. ZT RSS će na utakmicama za koje se proceni da je to potrebno dati svoje tumačenje određenih situacija u igri (odbrana, izmena u posedu lopte, itd). ■



Borićemo se za Pariz

Godina u kojoj bi sve ono što smo videli u vreme mandata španskog stručnjaka na klubu muške reprezentacije Srbije, Tonija Đerone, trebalo da donese plodove, praktično je krenula sa septembarskom akcijom u kojoj je selektor obilazio naše najbolje klubove, gledao mečeve Super lige, razgovarao sa trenerima i radio sa potencijalnim kandidatima za sastav u okviru razvojnog tima koji se okupio u Staroj Pazovi.

U tri godine i tri meseca svog boravka na klupi „orlova“ viđen je rezultatski napredak u odnosu na prethodni period, a ispred Đerone, njegovog stručnog štaba i reprezentativaca nalazi se najvažniji ispit – Evropsko prvenstvo 2024 koje će se u januaru održati u Nemačkoj. Dueli sa selekcijama Islanda, Mađarske i Crne Gore u grupi u Minhenu daće najbolji mogući odgovor na pitanje „gde se nalazi srpski rukomet u ovom trenutku na evropskoj mapi?“, a dobar rezultat bi mogao da odvede „orlove“ u olimpijske kvalifikacije gde nisu bili od Londona 2012. godine, kada se tamo našla srebrna generacija sa Ilićem, Stanićem, Vujinom i drugovima.

U razgovoru za magazin 40x20, Đerona je analizirao prethodni period na klupi nacionalnog tima i dao predloge šta bi moglo da bude bolje u budućnosti. Posle dosta godina, stručnjak iz Barselone mogao je da se posveti samo jednom poslu – selektorskom, s obzirom da se krajem prošle sezone rastao sa francuskim Šartrom.

Dobro je da imate više vremena da pratite igrače, da analizirate, da zastanete i nešto pogledate iz drugog ugla. Nekada, kada ste u gužvi sa klubom i reprezentacijom, nemate vremena da napravite distancu. Preko leta sam imao priliku da uradim dodatnu analizu našeg nastupa na Svetskom prvenstvu u Poljskoj. Nije bilo loše, ali nije bilo dovoljno, to je jasno. Imamo šansu da radimo sa igračima iz domaće lige, sa mladima i nekim koji nisu više mlađi, ali želimo da se uverimo da mogu da nam pomognu. Gledao sam mečeve domaće lige, treninge, razgovarao sa trenerima. Jako je bitno da se to radi uživo, da se priča sa igračima, prati rad trenera, čuje njihovo mišljenje i pruži sugestiju. Drago mi je da sam konačno u toj situaciji da to mogu da uradim.



Zabrinut sam za neke mlade igrače koji igraju samo u napadu, jer su mlađi i kada imaš 19-22 godine, jako je bitno da igraš u oba pravca, ali razumem trenere koji rade ono što je najbolje za interes kluba

Šta je zaključak dublje analize nastupa reprezentacije u zvaničnim mečevima? Da li stoji ona teza da naši bekovi imaju ozbiljan defanzivni deficit i da u tome zaostajemo za najboljim reprezentacijama?

Danas kada igrate sa Norvežanima i sličnim timovima koji vam trče u leđa, možda možete da menjate jednog igrača ili dvojicu, ali trojica je mnogo.

Ima nekih timova poput Španije koji menjaju dva-tri, ali morate imati igrače koji su sposobni da odigraju odbranu, a odbrambeni da trče u napad. Možda i više od tih stvari bitnije je da imamo igrače u najboljem mogućem stanju. Kako smo igrali na početku turnira nije izgledalo tako kao kada smo igrali na kraju, iako smo pobedili Argentinu i Holandiju u poslednjoj fazi. Tim je igrao dobro, ali igrali smo više timski na početku turnira. Imam zaključke kako treba upravljati timom i šta urediti da igrači spremni dočekaju najvažnije momente na turniru. Kako da svi budu na nivou neophodnom da se savladaju sva tri rivala na EHF EURO 2024.

U kakvoj su formi srpski reprezentativci? Vidite li progres u njihovim karijerama?

Ima puno igrača, teško je generalizovati. Danas na listi imamo 50-55 igrača koje pratimo, gledam stvarno sve što mogu da pogledam od utakmica. Imate igrače koji igraju više nego prošle sezone, neki su u boljoj formi, neki nisu. Pričam sa trenerima da vidim kako to funkcioniše na dnevnom nivou. Zabrinut sam za neke mlade igrače koji igraju samo u napadu, jer su mlađi i kada imaš 19-22 godine, jako je bitno da igraš u oba pravca, ali razumem trenere koji rade ono što je najbolje za interes kluba. Mogu samo da poručim igračima da svojim zalaganjem na treninzima nateraju trenere da ih stave u odbranu. Ako to rade kvalitetno, treneri nisu glupi, igrače odbranu i na utakmicama. Ubedite igrače da možete igrati i u odbrani. Uvek postoji neko na koga ne obratite dovoljno pažnje u nekom trenutku, ali trudimo se da svi koji bi mogli da obuku dres reprezentacije budu praćeni na dnevnom i nedeljnog nivou.

Gledate i domaće prvenstvo. Ima puno talentovanih igrača...

Talenat je tu, to vidim i to nije sporno. Kada vidite par utakmica Super lige, međutim, a onda pogledate Bundesligu, odmah shvatite glavnu razliku. Mora da se pojača ritam utakmica. To pre svega mora da pr...

ti povećanje intenziteta treninga i rad u teretani. Pričao sam sa igračima iz domaće lige. I dalje je velika razlika između TOP liga i Srbije. Ima puno talentovanih momaka, ali u 20-21. godini telo mora već da bude sposobno za nešto više. Naravno da ima vremena još uvek da se nadogradi u tom uzrastu, ali ne treba tretirati te momke kao mlađe igrače. Tu vidim dosta prostora za napredak i u tome domaći timovi moraju da napreduju, naravno, u skladu sa mogućnostima i u okolnostima u kojima rade.

Stvarali ste generaciju današnjih španskih zvezda poput Vargasa, Koraljesa, Arinja, radeći godinama s njima u Barseloni B. Koliko je rad u teretani bio zastupljen?

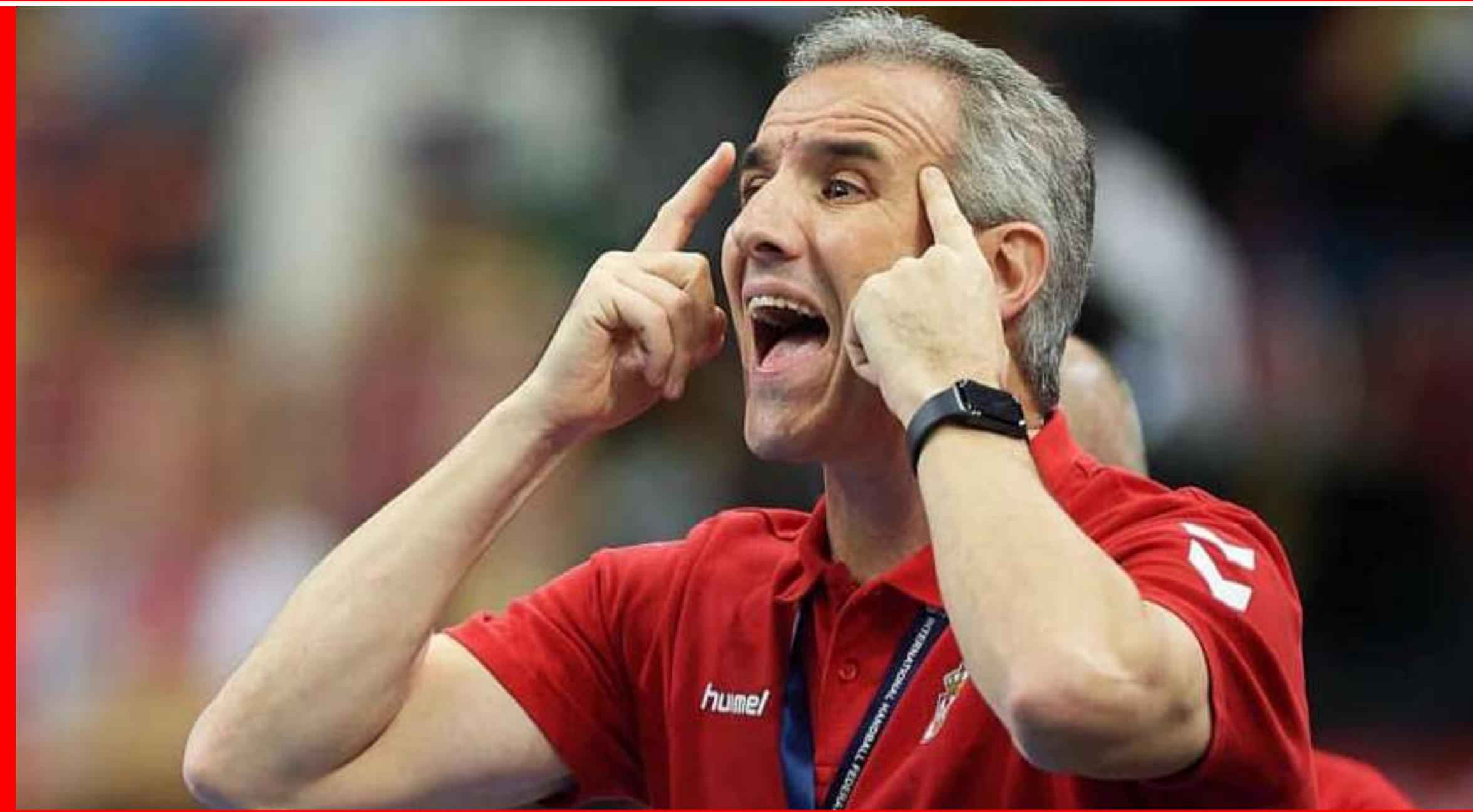
Krenuli smo već sa 15-16 godina da ih „punimo“. U uzrastu od 17 godina tri puta najmanje nedeljno je bila zastupljena teretana, plus 5-6 treninga rukometa. Kada radite devet puta nedeljno svakog meseca vidite razliku. Kada u tom ritmu trenirate godinama, onda je razlika velika u odnosu na one koji tako ne rade. Imam neku predstavu koliko se ovde radi. Znam da su finansijski i organizacijski problem, ali to je jedan začarani krug. Ako ne radiš jer nemaš uslove, onda ne napreduješ jer ne radiš dovoljno. Znam da je teško, ali treba nalaziti najbolja moguća rešenja.

Kakav je plan za reprezentaciju do odlaska na EHF EURO 2024 koje počinje 12. januara?

Imamo EHF nedelju krajem oktobra. Treniraćemo 4-5 dana u nizu, a onda ćemo u Sloveniju na dvomeč u subotu i nedelju. Završne pripreme za Nemačku počinjemo 25-26. decembra. Okupićemo se bez igrača iz Bundesliga, a onda kompletni krećemo u završnu fazu drugog januara. Imaćemo ukupno pet utakmica uključujući i one sa Slovenijom i nekim 15-16 treninga do Evropskog prvenstva. To nije puno, ali iskoristićemo vreme na najbolji mogući način jer nas čekaju izuzetno teški mečevi sa Islandom, Mađarskom i Slovenijom. Jako je bitno da igrači dođu zdravi, da dođu u adekvatnoj formi i da budu motivisani, a vremena za rad nikada neće biti dovoljno.

Island, Mađarska i Crna Gora, reklo bi se „najbolja moguća grupa“ posle koje ćemo znati na čemu smo...

To je to, grupa je ta, a ne znam da li je najbolja. Veoma izjednačena, svi mogu da izbore plasman u glavnu fazu. Nema nikoga nepobedivog poput Danske da u tom slučaju morate da odigrate decenije kako biste pobedili. Osnovni cilj je glavna faza. To mora tako biti jer je to jedina šansa da izborimo



olimpijske kvalifikacije. Šteta što to nismo uspeli kroz plasman na Svetskom prvenstvu 2023, da je odlučivala gol-razlika od devetog do 12. mesta, a za tako bitne stvari mislim da je trebalo da se igra doigravanje. Pravila su pravila, moramo se pomiriti s tim. Uradićemo najbolje. Šanse za Pariz postoje i probaćemo da mu se približimo.

Promovisani ste u selektora reprezentacije Srbije 28. juna 2020. godine – na Vidovdan. Kako ocenjujete vaš dosadašnji rad ovde, sa kojim ste se problemima i izazovima suočili?

Najveći problem je bio KOVID. Praktično smo preškočili prvo veliko takmičenje – EHF EURO 2022 u Mađarskoj i Slovačkoj. Došli smo puni energije na završne pripreme posle pobeđe nad Francuskom

.....

Svetsko prvenstvo je bilo korak napred, a nadam se i da će ovo naredno Evropsko biti još jedan u istom smeru. Stvorili smo određenu bazu, radimo dobro, pozajemo se međusobno, znamo gde možemo imati problema i spremni smo da reagujemo. Na početku nije bilo tako, bilo je potrebno vreme da neke stvari saznamo i naučimo kako da reagujemo na njih

u kvalifikacijama, ali se onda desilo šta se desilo, puno problema sa koronom. Svetsko prvenstvo je bilo korak napred, a nadam se i da će ovo naredno Evropsko biti još jedan u istom smeru. Stvorili smo određenu bazu, radimo dobro, poznajemo se međusobno, znamo gde možemo imati problema i spremni smo da reagujemo. Na početku nije bilo tako, bilo je potrebno vreme da neke stvari saznamo i naučimo kako da reagujemo na njih. To je sve proces stvaranja tima. Sada igrači znaju šta traži stručni štab i na koji način se radi. Bavimo se detaljima, jer su neke krupne stvari postavljene i svi su sa njima upoznati. Svi znaju svoju ulogu.

Ovo je poslednja godina vašeg ugovora sa Rukometnim savezom Srbije. Kako razmišljate u pogledu svoje budućnosti na klupi „orlova“?

Imam ugovor do juna 2024. Očekujem da će biti razgovora sa čelnicima Rukometnog saveza Srbije. Posle godina rada u klubu i reprezentaciji u isto vreme, svestan sam koliko je to težak proces. Voleo bih da se fokusiram na jedan posao, da li u reprezentaciji Srbije ili u nekom klubu. Fokusiranje na reprezentaciju omogućilo bi mi da imam veći uticaj na neke proceze nego što je to bio slučaj do sada. Postoji dosta stvari koje možemo unaprediti,

pojačati neke aktivnosti. Ćavi Paskval u Rumuniji ima mogućnost da i domaći šampionat prilagođava potrebama okupljanja reprezentativnih kandidata. Svakog meseca postoji prostor od 3-4 dana koji služi okupljanju nacionalnog tima. To je dobar primer i Srbija bi mogla da krene tim putem. Ne vidim sebe u ulozi na ovom trenutnom nivou. Igrači su glavni glumci u svemu ovome, a dogovor Saveza i klubova treba da bude takav da im omogući da razvijaju svoj talenat do krajinjih granica. To je interes svih. Uvek se uvidi talenat momaka sa 17-18 godina, ali nedostatak uslova i samim tim adekvatnog rada ne dozvoljava im da razviju sav

Imam ugovor do juna 2024. Očekujem da će biti razgovora sa čelnicima Rukometnog saveza Srbije. Posle godina rada u klubu i reprezentaciji u isto vreme, svestan sam koliko je to težak proces. Voleo bih da se fokusiram na jedan posao, da li u reprezentaciji Srbije ili u nekom klubu

potencijal.

Pojedini mediji su objavili da ste imali pregovore sa beogradskim Partizanom proteklog leta?

Pozvali su me početkom juna i pitali da li sam zainteresovan. To bi moglo da bude dobra opcija ukoliko je povezano sa radom u nacionalnom timu. Posle su me pozvali krajem juna. Rekao sam im da nema vremena da se pripremi ozbiljan projekat. Zainteresovan sam za tako nešto, ali ne želim da dođem u situaciju da ne možemo izgraditi tim sa igračima koji imaju određeni potencijal. Ima mnogo srpskih igrača u inostranstvu i bio sam mišljenja da nije problem ni da se potpiše ugovor od leta 2024 za sezonu 24/25 ukoliko se tokom godine naprave dogovori sa tim igračima iz inostranstva. To nije bilo moguće. Iz kluba su tražili trenersko rešenje odmah. To je bilo to. Ta dva poziva.

Koga očekujete na vrhu kada je reč o narednoj olimpijskoj godini?

....



Ako pričamo o najboljima, to su Danska, Španija, Švedska, oni se uvek bore za medalje. Olimpijske igre su u Francuskoj, ne treba to zaboraviti.

Francuzi će biti spremni za to, neki još treba da se kvalifikuju osim Danske. Danska je glavni favorit, ima mnogo talentovanih igrača koji dolaze

Ako pričamo o najboljima, to su Danska, Španija, Švedska, oni se uvek bore za medalje. Olimpijske igre su u Francuskoj, ne treba to zaboraviti. Francuzi će biti spremni za to, neki još treba da se kvalifikuju osim Danske. Danska je glavni favorit, ima mnogo talentovanih igrača koji dolaze. Stil se menja. Pitlik, Gidsel, visina 193-194, ali brzina, igranje u oba pravca, kretanje koje su fenomenalne. Danci strašno brzo napreduju. Videćemo kako će drugi odreagovati, ima puno dobrih reprezentacija. Tu su i Norveška, Hrvatska, nadam se ne i Island koji je sa nama u grupi. Poljska napreduje, Češka je dobra sa Sabateom, Portugal je uvek opasan, Holandija raste, ali potrebna su im još 3-4 igrača. Uvek je bolje igrati protiv njih na kraju turnira, nego na početku. Jako su opasni kada su sveži. To je videla i Hrvatska u kvalifikacijama za EHF EURO 2024.

Španija je osvojila dva zlata u kadetskoj konkurenciji sa generacijom 2004. Sistem selektora Žordija Ribere čini čuda i u mlađim kategorijama...

Ima puno dobrih stvari vezanih za Žordijev rad. Istina je da zna sve i o igračima u uzrastu od 12 godina, ali suština je da je u ovih sedam godina koliko je selektor, uspeo da izgradi sistem za koji su obezbeđene finansije. Svaki par meseci svaka generacija se okuplja u odličnim trenažnim uslovima super-kvalitetnog centra u Granadi. Okuplja po 60 igrača u jednoj generaciji sa trenerima iz različitih klubova i to na svaka dva meseca. Svi rade pod njegovom supervizijom. Priprema aktivnosti, treninge, medicinske testove, bave se fizičkom pripremom talenata. Zove trenere iz klubova odakle su mladi reprezentativci, koji se posle vraćaju u svoje sredine i nastavljaju da rade po određenom programu i u istom sistemu. Mnogi klubovi su prihvatili sistem rada koji je Žordi

promovisao. Fernarno Gurič, na primer, selektor i tehnički direktor reprezentacije Slovačke stalni je član tima. Žordi je napravio mrežu od 50-60 trenera koji se stalno vraćaju i šire njegove ideje i način rada u klubovima. To nije lako uspostaviti, ali je posle puno lakše da kada vam igrač dođe u reprezentaciju zna tačno zašto nešto radi. Žordi je veliki radnik, ali ima i odlične uslove u kojima radi. Ministarstvo pokriva troškove putovanja dece i smeštaja u Granadi. Radi se puno. Svaka generacija provede godišnje tri-četiri puta po sedam dana. To je mesec dana zajedno godišnje, a onda u klubovima gde provode 90% vremena rade u istom sistemu...

I treneri se ne žale, ne protive se selektoru, ne žele da isteraju nešto svoje?

Kako da se ne slažeš sa čovekom koji je osvojio toliko medalja? Sa nekim ko te posećuje na treningu, ko te prati, pokušava da ti pomogne, a ne da se nametne? On ubeđuje ljude da treba raditi na određeni način, a taj način očigledno donosi puno uspeha. Kada vidite rezultate ne možete mu ništa prigoroviti. Kada pogledate seniore, juniore i kadete, svi su uspešni i svi rade na isti način. Kadetima se pokaže video seniorskog treninga i onda momci shvate da rade na isti način kao ljudi koji su im idoli. Onda je sve lakše...

Da poželimo tako nešto i u srpskom rukometu...

Bilo bi to sjajno, ali bez ozbiljne podrške to Savez sam ne može da napravi. Morao bih u tom slučaju da naučim srpski jer je nekim trenerima teško da komuniciraju na engleskom. To podrazumeva i da više vremena provodim u Srbiji – jasan je na kraju intervju za magazin 40x20, selektor reprezentacije Srbije, Toni Đerona. ■





Srbija sa trojicom trenera U EHF LIGI ŠAMPIONA

MachineSeeker EHF Liga šampiona 2023/2024 počela je sredinom septembra uz učešće 16 najboljih ekipa na starom kontinentu. Najbolji timovi iz 11 država (po dva predstavnika imaju Nemačka, Francuska, Mađarska, Danska i Poljska) takmičiće se do juna meseca naredne godine, a branilac titule je nemački Magdeburg koji je u finalu EHF Final4 2022 u Kelnu savladao poljsko Kjelce. Timovi su smešteni u dve grupe po osam, a sistem takmičenja je ostao nepromjenjen, pa će tako po dve najbolje epipe iz svake grupe direktno izboriti plasman u četvrtfinale, dok će sedmoplasirani i poslednjeplasirani završiti takmičenje posle grupne faze i ukupno 14 odigranih utakmica.

Četvoro četvrtfinalista dobiće svoje rivale po završetku nokaut faze u kojoj će ukrštati trećeplasirani i šestoplasirani, odnosno, četvrtoplazirani i petoplazirani timovi iz grupne faze. Šampion će do titule odigrati 18 ili 20 utakmica, u zavisnosti da li će se direktno plasirati u četvrtfinale ili će igrati i u prvoj rundi razigravanja.

Favoriti isti

Najkvalitetnije evropsko klupsko takmičenje i ove sezone će imati istu listu favorita, s tim što se među timovima koji bi mogli do završnice sezone u Lanxess Areni, sada nalazi i norveški Kolstad, nacionalni projekat predvođen jednim od najbol-

ih rukometara današnjice Sanderom Sagosenom i ostalim reprezentativcima pristiglim iz najboljih klubova Bundeslige.

Branilac titule Magdeburg i nemački šampion Kil, španska Barselona koja je pretrpela određena slabljenja sastava usled restrukturiranja finansija i zatezanja kaiša od strane fudbalskog kluba, poljsko Kjelce sa novom upravljačkom strukturon u kojoj nema više dvodecenjske „alfe i omege“ kluba, predsednika Bertusa Servasa, možda i najkvalitetnije pojačani mađarski Vesprem, tim sa najvećim budžetom u svetu rukometar Pari Sen Žermen, Monpelje koga poslednju sezonu sa klupe predvodi legendarni Patris Kanaje i danski super-projekat Olborg u kome se ovog leta Mikelu Hansenu pridružio i jedan

Srpski igrači u EHF Ligi šampiona 2023/2024

Dragan Pešmalbek	(Vesprem)
Uroš Borzaš	(Eurofarm Pelister)
Bogdan Radivojević	(Eurofarm Pelister)
Darko Stevanović	(Eurofarm Pelister)
Vukašin Antonijević	(RK Celje Pivovarna Laško)
Stefan Dodić	(RK Celje Pivovarna Laško)
Miloš Kos	(RK Zagreb)

od najvećih čuvara mreže u istoriji rukometa, Niklas Landin, garantuju da će sezona biti i više nego interesantna.

Jiha jedini sa obe krune – pet trenera već osvajalo

Jedini čovek, koji je u eri Final4 EHF Lige šampiona ustanovljenog od sezone 2009/2010 osvajao elitno klupsko takmičenje kao igrač i kao trener, je

Šef struke nemačkog Kila Filip Jiha. Nekada jedan od najboljih levih bekova planete 2010. i 2012. godine nosio je dres „Zebri“ zajedno sa našim Momirom Ilićem, a u „korona godini“ 2020, došao je do trofeja i kao trener-debitant na klupi kluba sa Baltika. To bi u ovoj sezoni moglo da pode za rukom i Momiru Iliću na klupi mađarskog Vesprema.

Pored Jihe, na klupama 16 učesnika prestižnog klupskega takmičenja nalaze se i prethodni osvajači poput Antonia Karlosa Ortega (sa Barselonom 2022 – ima i pet titula kao igrač u čuvenoj eri španskog kluba s kraja devedesetih godina prošlog veka), Beneta Vigerta (aktuelni osvajač sa Magdeburgom), Talanta Dušebaeva (sa Kjelcem 2016. godine) i njegovog sunarodnika Raula Gonzalesa (sa Vardarom 2017.) koji će pokušati da se domogne titule sa Pari Sen Žermenom.

Najtrofejniji među aktivnim trenerima je sjajni Španac Talant Dušebaev, koji je pored titule sa poljskim timom, u eri pre Final4 u Kelnu tri puta dizao pehar na klupi veoma moćnog španskog Siudad Realu (2006, 2007 i 2009.)

Toskić, Ilić i Jordović u eliti

Srbija je, uz Španiju (četvorica – Raul Gonzales, Antonio Karlos Ortega, Talant Dušebaev i Čavi Sabate), najbrojnija kada je u pitanju zastupljenost trenera na klupama klubova EHF Lige šampiona. Nekadašnji kapiten nacionalnog tima, Momir Ilić, započeo je svoju treću sezonom na klupi mađarskog Vesprema, a posle osvajanja „duple krune“ u Mađarskoj i rekonstrukcije sastava u koji su stig-

la imena poput francuskog pivotmena Ludovika Fabregasa, ruskog levog beka Sergeja Kosorotova i švedskog desnog beka Lukasa Sandela, apetiti su porasli pa se tim u crvenim dresovima svrstava među glavne favorite za pobednički pehar. Mađarski rukometni gigant već tri decenije pokušava da se domogne najprestižnijeg trofeja u našem sporu. Samo je „bombarde sa Bukulje“ noseći dres kluba u periodu od 2013. do 2019. godine tri puta igrao finale i svaki put ostajao poražen.

U takvoj poziciji neće biti Ilićev saigrač iz „srebrne generacije“ srpskog rukometa, Alem Toskić, koji će u svojoj trećoj sezoni pokušati da napravi iznenadenje i izbori plasman u nokaut fazu sa najmlađim sastavom RK Celje Pivovarna Laško, ekipom koja ima i najmanji budžet. Nekada borbeni pivotmen nalazi se u nezahvalnoj ulozi da re-

zultatske podvige prati i afirmacija mlađih igrača u evropskim okvirima, a među njima su i mladi srpski reprezentativci Stefan Dodić i Vukašin Antonijević.

Iskusni srpski stručnjak Vladan Jordović, ove sezone će u dualnoj ulozi trenera zajedno sa mlađim kolegom Kristijanom Karpatijem pokušati da održi rezultate mađarskog Pik Segeda na nivou iz ere Huana Karlosa Pastora koji je prethodnih deset sezona uz asistenciju Marka Krivokapića vodio mađarski sastav. Pored obaveza sa prvim timom, nekada asistent Veselinu Vukoviću u osvajanju srebrne medalje na EHF EURO 2012 i plasmanu na Olimpijske igre u Londonu iste godine, nastaviće da obavlja ulozu direktora akademije jednog od najbolje organizovanih klubova u Evropi.

• • •

MACHINENECKER EHF CHAMPIONS LEAGUE

SEASON 2023/24



TEAMS BY AGE AVERAGE

SC Magdeburg	29.5	OTP Bank - Pick Szeged	196.1
THW Kiel	28.6	KS Kielce	196.0
Telekom Veszprém HC	28.3	THW Kiel	195.5
HC Zagreb	27.6	HC Eurofarm Pelister	193.5
FC Porto	27.5	Aalborg Håndbold	193.4
OTP Bank - Pick Szeged	26.5	Telekom Veszprém HC	193.1
KS Kielce	26.5	CL height average	192.5
Aalborg Håndbold	26.4	Paris Saint-Germain Handball	192.3
CL age average	26.4	RK Celje Pivovarna Laško	192.1
Orlen Wisla Plock	26.3	Kolstad Handball	191.7
Paris Saint-Germain Handball	26.1	GOG	191.3
Barça	25.9	FC Porto	191.2
HC Eurofarm Pelister	25.8	Barça	192.1
Kolstad Handball	25.7	HC Zagreb	190.9
Montpellier HB	24.2	Montpellier HB	190.7
GOG	23.7	SC Magdeburg	190.6
RK Celje Pivovarna Laško	23.0	Orlen Wisla Plock	189.8

TEAMS BY HEIGHT AVERAGE

SHORTEST



165 cm
**Frederik Emil
Pedersen**
GOG

Frederik Emil Pedersen	DEN	GOG	165
Luc Steins	NED	Paris Saint-Germain Handball	173
Sander Rønning	NOR	Kolstad Handball	174
August Secher Lihn	DEN	GOG	175
Gonzalo Pérez Arce	ESP	Orlen Wisla Plock	175
Jaime Fernandez Fernandez	ESP	Montpellier HB	176
Ivan Cupic	CRO	HC Zagreb	178
Hjalte Lykke	DEN	GOG	178
Sebastian Carl Percy Karlsson	SWE	Montpellier HB	178
Miha Zarabec	SLO	Orlen Wisla Plock	178
Pol Valera Rovira	ESP	Barça	179
Stas Skube	SLO	Montpellier HB	179
Louis Perreux	FRA	Paris Saint-Germain Handball	179
Daniel Pettersson	SWE	SC Magdeburg	179
Paolo Kraljević	CRO	HC Zagreb	180
Timur Dibirov	RUS	HC Zagreb	180
Gaspar Marguc	SLO	Telekom Veszprém HC	180
Gabriel Buvanic	CRO	HC Zagreb	181
Patrick Wiesmach Larsen	DEN	Aalborg Håndbold	181
Frederik Møller Wolff	DEN	GOG	181
Lovro Mihic	CRO	Orlen Wisla Plock	181

TALLEST



212 cm
**Tomasz
Gebala**
KS Kielce

Tomasz Gebala	POL	KS Kielce	212
Kamil Syprzak	POL	Paris Saint-Germain Handball	207
Gleb Kalarash	RUS	OTP Bank - PICK Szeged	205
Patrik Ligetvári	HUN	Telekom Veszprém HC	205
Hassan Kaddah	EGY	KS Kielce	205
Jakov Gojun	CRO	HC Zagreb	204
Matej Mandic	CRO	HC Zagreb	204
Veron Nadinovic	CRO	Montpellier HB	204
Leo Villain	FRA	Paris Saint-Germain Handball	204
Ruben Marchan Criado	ESP	Paris Saint-Germain Handball	204
Martin Nagy	HUN	OTP Bank - PICK Szeged	204
Magnus Abelvik Rød	NOR	Kolstad Handball	204
Leon Susnja	CRO	Orlen Wisla Plock	204
Amir Mušović	BIH	RK Celje Pivovarna Laško	204
Simon Hald Jensen	DEN	Aalborg Håndbold	203
Piotr Chrapkowski	POL	SC Magdeburg	203
Hendrik Pekeler	GER	THW Kiel	203
Borut Mackovsek	SLO	OTP Bank - PICK Szeged	203
Imanol Garciania Alustiza	ESP	OTP Bank - PICK Szeged	203
Luka Stepcanic	CRO	OTP Bank - PICK Szeged	203
Richárd Bodó	HUN	OTP Bank - PICK Szeged	203

YOUNGEST



25.04.2006
**Frederik
Møller Wolff**
GOG

Frederik Møller Wolff	DEN	GOG	25/04/2006
Théo Ducap	FRA	Paris Saint-Germain Handball	03/04/2006
Mai Marguc	SLO	RK Celje Pivovarna Laško	20/01/2006
Djordje Cikusa Jilicic	ESP	Barça	08/12/2005
Petar Cikusa Jelicic	ESP	Barça	08/12/2005
Vasco Costa	POR	FC Porto	02/12/2005
Hjalte Møller	DEN	Aalborg Håndbold	20/11/2005
Daniel Haslund Jensen	DEN	Aalborg Håndbold	10/11/2005
August Secher Lihn	DEN	GOG	27/09/2005
Frederik Emil Pedersen	DEN	GOG	25/08/2005
Amara Karamoko	FRA	Paris Saint-Germain Handball	05/07/2005
Ádám Juhász	HUN	OTP Bank - PICK Szeged	29/06/2005
Jens Rasmussen	DEN	Aalborg Håndbold	24/06/2005
Kasper Teglgaard Pedersen	DEN	GOG	16/06/2005
Simon Humlegaard	DEN	GOG	22/05/2005
Tidiane Firmesse	FRA	Paris Saint-Germain Handball	18/05/2005
Karol Trzcinski	POL	Orlen Wisla Plock	09/05/2005
William Dalby Enoch	DEN	GOG	01/05/2005
Lasse Sunesen Vilhelmsen	DEN	GOG	26/04/2005
Mathis Becker-Fischer	FRA	Montpellier HB	08/03/2005

OLDEST



12.07.1983
Mirsad Terzić
Orlen Wisla Plock

Mirsad Terzić	BIH	Orlen Wisla Plock	12/07/1983
Timur Dibirov	RUS	HC Zagreb	30/07/1983
Nikola Karabatić	FRA	Paris Saint-Germain Handball	11/04/1984
Roland Mikler	HUN	OTP Bank - PICK Szeged	20/09/1984
Morten Toft Olsen	DEN	GOG	11/10/1984
Henrik Møllgaard Jensen	DEN	Aalborg Håndbold	02/01/1985
Mirko Alilović	CRO	Orlen Wisla Plock	15/09/1985
Nikola Mitrevski	MKD	FC Porto	03/10/1985
Ivan Cupic	CRO	HC Zagreb	27/03/1986
Jakov Gojun	CRO	HC Zagreb	18/04/1986
Andreas Palicka	SWE	Paris Saint-Germain Handball	10/07/1986
Steffen Weinhold	GER	THW Kiel	19/07/1986
Vincent Gérard	FRA	THW Kiel	16/12/1986
Przemysław Krajewski	POL	Orlen Wisla Plock	20/01/1987
Yoel Cuni Morales	CUB	HC Zagreb	15/02/1987
Daymaro Salina	POR	FC Porto	01/09/1987
Mikkel Hansen	DEN	Aalborg Håndbold	22/10/1987
Eduardo Gurbido Martinez	ESP	THW Kiel	08/11/1987
Fábio Magalhães	POR	FC Porto	12/03/1988
Piotr Chrapkowski	POL	SC Magdeburg	24/03/1988

Srpski igrači za „jednu postavu“

Za razliku od nekih ranijih sezona kada je broj srpskih internacionalaca koji nastupaju u EHF Ligi šampiona prelazio i 20, ove sezone će naš rukomet skromno biti predstavljen većinsku u ekipama koje nisu u krugu favorita za najviši plasman. Jedini koji bi prema prognozama mogao da zaigra na Final4 EHF Lige šampiona je pivotmen mađarskog Vesprema Dragan Pešmalbek. Dresove makedonskog predstavnika RK Eurofarm Pelister nose standardni reprezentativci Bogdan Radivojević i Uroš Borzaš, a tu je i Darko Stevanović. Najiskusnijem Radivojeviću je ovo peti klub za koji će igrati u Ligi šampiona (Partizan, Flensburg, Rajn

Toskić vodi najmlađi tim – Jordović najviši

Tim Alema Toskića RK Celje Pivovarna Laško je najmlađi sastav u proseku kada se pogledaju svi učesnici EHF Lige šampiona 2023/2024. Mladi Slovenci pojačani sa isto tako mladim momcima iz regionala u proseku imaju 23 godine. Prosečna starost timova u evropskom elitnom takmičenju je 26.4 godine. Najstarije sastave imaju aktuelni osvajači iz Magdeburga (29.5) i drugog nemačkog predstavnika Kila (28.6).

Prosečna visina igrača timova Lige šampiona je 192cm. Najviši sastav ima mađarski Pik Seged našeg Vladana Jordovića (196.1) ispred Kielcea (196 cm), a najniži su igrači poljske Visle iz Plocka sa 189.8 cm.

Što se tiče individualne statistike, u EHF Ligi šampiona 2023/2024 ove sezone igraju 23 igrača sa visinom od 181cm i niže, sve do 165cm koliko je visok član GOG-a Frederik Emil Pedersen. Isto tako, 23 igrača su visoki 203cm i više, a najviši igrač u Evropi u ovom trenutku je džin poljskog Kielcea Tomaš Gebala sa 212cm.

Najstariji igrač u takmičenju je bosanskohercegovački defanzivac Mirsad Terzić sa 40 godina (1983), a najmlađi Danac Frederik Miler Wolff koji je u aprilu proslavio 17. rođendan.

Nekar Leven, Pik Seged i Eurofarm Pelister) i čak 13. uzastopna sezona. Sve je počelo sa Partizanom u sezoni 2011/2012, a posle dve godine sa našim šampionom usledio je poziv iz Bundeslige.

U Celju su dva mlada i perspektivna srednja beka Stefan Dodic i Vukašin Antonijević, a put ka potpunoj afirmaciji u Zagrebu traži 21-godišnji levi bek Miloš Kos. Interesantan podatak je da će ovo 20-godišnjem mlađom srpskom reprezentativcu Stefanu Dodiću biti četvrti klub za koji nastupa među evropskim velikanim. Debitovao je u dresu skopskog Metalurga maltene kao petnaestogodišnjak u sezoni 2018/2019, a zatim su usledile kratke role u gradskom rivalu Vardaru i hrvatskom šampionu Zagrebu.

Šest Srđkinja u borbi za pehar



Sezona u EHF Ligi šampiona 2023/2024 u ženskoj konkurenciji počela je sredinom septembra i po svemu sudeći biće veoma interesantna. Po standardnom sistemu 16 najboljih evropskih ekipa igrače podeljene u dve grupe po 8, a nalik muškom elitnom klupskom takmičenju, uslediće nokaut faza sa završetkom na finalnom turniru u MVM Areni u Budimpešti prvog i drugog juna naredne godine. Po dve najbolje plasirane ekipe izboriće direktnu plasman u četvrtfinale, dok će timovi od trećeg do šestog mesta razigravati u prvoj nokaut fazi kako bi došli u poziciju da se nadmeću u TOP8. Sedmoplasirane i osmoplasirane ekipe završiće takmičenje posle grupne faze – odigranih 14 mečeva, kao i kod muškaraca.

Branilac titule je norveški Vajpers iz Kristiansanda. Sjajni skandinavski sastav vlada evropskim ženskim rukometom u prethodne tri sezone. Norvežanke su sa šampionskim het-trikom nastavile tamo gde je stao mađarski Đer (osvajao titulu od

TEAMS BY AGE AVERAGE

SG BBM Bietigheim	28.6 (03/01/1995)
CS Rapid Bucuresti	28.3 (15/05/1995)
KGHM MKS Zagłębie Lubin	28.2 (02/07/1995)
Győri Audi ETO KC	27.7 (10/12/1995)
Vipers Kristiansand	27.6 (21/12/1995)
Krim Mercator Ljubljana	27.3 (05/05/1996)
Odense Håndbold	26.2 (23/05/1997)
WHC Buducnost BEMAX	26.1 (01/08/1997)
Team Esbjerg	26.1 (05/08/1997)
FTC-Rail Cargo Hungaria	25.9 (03/10/1997)
CSM Bucuresti	25.2 (05/07/1998)
CL average	24.1
Brest Bretagne Handball	24.1 (28/05/1999)
DVSC Schaeffler	23.5 (04/03/2000)
Ikast Handbold	23.0 (11/09/2000)
Metz Handball	22.3 (26/04/2001)
IK Sävehof	21.5 (08/03/2002)

TEAMS BY HEIGHT AVERAGE

Krim Mercator Ljubljana	179.4
WHC Buducnost BEMAX	178.9
CS Rapid Bucuresti	178.2
Team Esbjerg	177.8
CSM Bucuresti	177.3
SG BBM Bietigheim	177.3
Brest Bretagne Handball	176.6
CL average	176.5
IK Sävehof	176.4
FTC-Rail Cargo Hungaria	176.2
Metz Handball	176.0
Vipers Kristiansand	176.0
Ikast Handbold	175.7
Odense Håndbold	175.2
Győri Audi ETO KC	174.7
KGHM MKS Zagłębie Lubin	174.6
DVSC Schaeffler	174.2

2017. do 2019. godine), a u poslednjem finalu održanom u gradu na obali Dunava, Vajpers je savladao domaći sastav Ferencvaroš 28:24 u čijem dresu nastupaju proslavljenе srpske reprezentativke Andrea Lekić i Dragana Cvijić.

EHF CHAMPIONS LEAGUE WOMEN

SEASON 2023/24



YOUNGEST



23/08/2005

Iva Mladenovska
Brest Bretagne Handball

Iva Mladenovska	MKD	Brest Bretagne Handball	14/01/2007
Dalma Varga	HUN	Györi Audi ETO KC	16/12/2006
Lina Thorstein Lützøft	DEN	Ikast Handbold	28/08/2006
Emma Jessen	DEN	Ikast Handbold	20/08/2006
Johanne Lasthein Andersen	DEN	Ikast Handbold	12/08/2006
Dorka Papp	HUN	FTC-Rail Cargo Hungaria	26/07/2006
Dittemarie Juel Christensen	DEN	Ikast Handbold	03/07/2006
Maja Portillo	SWE	IK Sävehof	23/06/2006
Elena Erceg	SLO	Krim Mercator Ljubljana	07/06/2006
Wilma Saul	SWE	IK Sävehof	05/06/2006
Anne Novak	DEN	Ikast Handbold	26/05/2006
Ioana Nita	ROU	CSM Bucuresti	04/05/2006
Evelin Szár	HUN	Györi Audi ETO KC	23/04/2006
Micăra Ciubotaru	ROU	CSM Bucuresti	14/04/2006
Maria Voicu	ROU	CSM Bucuresti	01/04/2006
Caroline Kottal Clausen	DEN	Ikast Handbold	19/03/2006
Clara Mendgaard Sørensen	DEN	Ikast Handbold	19/02/2006
Claire Koestner	FRA	Metz Handball	10/02/2006
Corentine Senant	FRA	Brest Bretagne Handball	08/02/2006
Simone Juel Kristensen	DEN	Ikast Handbold	25/12/2005

OLDEST



30/03/1980

Katrine Lunde
Vipers Kristiansand

Katrine Lunde	NOR	Vipers Kristiansand	30/03/1980
Kinga Grzyb	POL	KGHM MKS Zagłębie Lubin	12/01/1982
Karolina Kudlacz-Gloc	POL	SG BBM Bietigheim	17/01/1985
Alexandrina Cabral Barbosa	ESP	Brest Bretagne Handball	05/05/1986
Barbara Arenhart	BRA	Krim Mercator Ljubljana	04/10/1986
Jovanka Radićević	MNE	Krim Mercator Ljubljana	23/10/1986
Zsuzsanna Tomori	HUN	FTC-Rail Cargo Hungaria	18/06/1987
Andrea Lekić	SRB	FTC Rail Cargo Hungaria	06/09/1987
Barbara Lazović	SLO	Krim Mercator Ljubljana	04/01/1988
Monika Maliczkiewicz	POL	KGHM MKS Zagłębie Lubin	15/04/1988
Carmen Martin	ESP	IK Sävehof	29/05/1988
Cristina Neagu	ROU	CSM Bucuresti	26/08/1988
Antje Döll	GER	SG BBM Bietigheim	03/10/1988
Beatrice Edwige	FRA	FTC Rail Cargo Hungaria	03/10/1988
Patricia Machado Matielli	BRA	KGHM MKS Zagłębie Lubin	08/11/1988
Melinda Szikora	HUN	SG BBM Bietigheim	19/11/1988
Armelle Attigné	FRA	WHC Buducnost BEMAX	15/01/1989
Allison Pineau	FRA	Krim Mercator Ljubljana	02/05/1989
Jana Knedliková	CZE	Vipers Kristiansand	22/06/1989
Cléopatre Darleux	FRA	Brest Bretagne Handball	01/07/1989

SHORTEST



160 cm

Aneta Promis

KGHM MKS Zagłębie Lubin

Aneta Promis	POL	KGHM MKS Zagłębie Lubin	160
Johanne Lasthein Andersen	DEN	Ikast Handbold	161
Emma Friis	DEN	Ikast Handbold	162
Eszter Farkas	HUN	Györi Audi ETO KC	162
Line Nørgaard Hougaard	DEN	Ikast Handbold	163
Juliette Faure	FRA	Brest Bretagne Handball	164
Delia Golvet	FRA	Metz Handball	164
Liliána Černýovská	HUN	DVSC Schaeffler	164
Vilde Kaurin Jonassen	NOR	Vipers Kristiansand	164
Zeljka Nikolic	SRB	CSM Bucuresti	164
Malin Larsen Aune	NOR	Odense Håndbold	165
Marit Røsberg Jacobsen	NOR	Team Esbjerg	165
Pauline Coatanea	FRA	Brest Bretagne Handball	165
Chloé Valentini	FRA	Metz Handball	165
Julie Le Blevec	FRA	Metz Handball	165
Dorka Papp	HUN	FTC-Rail Cargo Hungaria	165
Claire Koestner	FRA	Metz Handball	166
Mariana Costa	BRA	DVSC Schaeffler	166
Dalma Varga	HUN	Györi Audi ETO KC	166
Paula Arcos	ESP	Vipers Kristiansand	166

TALLEST



196 cm

Szimonetta Planeta

DVSC Schaeffler

Szimonetta Planeta	HUN	DVSC Schaeffler	196
Andela Zagar	CRO	Metz Handball	194
Albertina Da Cruz Kassoma	ANG	CS Rapid Bucuresti	194
Kristína Breistál	NOR	Team Esbjerg	193
Mette Tranborg	DEN	Team Esbjerg	192
Crina Pintea	ROU	CSM Bucuresti	192
Emma Jacques	FRA	Metz Handball	191
Gabriela Dias Morescchi	BRA	SG BBM Bietigheim	190
Luisa Schulze	GER	Vipers Kristiansand	190
Béatrice Ngombele	CGO	Krim Mercator Ljubljana	190
Luca Kármán	HUN	FTC-Rail Cargo Hungaria	189
Barbara Zima	POL	KGHM MKS Zagłębie Lubin	189
Valerija Maslova	RUS	Brest Bretagne Handball	188
Ingvild Kristiansen Bakkerud	NOR	Ikast Handbold	187
Blanka Bödo-Biró	HUN	FTC-Rail Cargo Hungaria	187
Zsuzsanna Tomori	HUN	FTC-Rail Cargo Hungaria	187
Freja Hammer Fagerberg	DEN	Odense Håndbold	186
Amalie Milling	DEN	Team Esbjerg	186
Djurđina Jauković	MNE	Brest Bretagne Handball	186
Ana Gros	SLO	Györi Audi ETO KC	186

Od kako je i ženska EHF Liga šampiona uvela Final4 format po ugledu na muškarce (sezona 2013/2014), Đer je najuspešniji sastav sa četiri titule ispred Vajpersa, ali Norvežanke su na dobrom putu da i u tom segmentu dostignu velikog rivala. Po jednu titulu pod svodovima budimpeštanskih dvorana koje goste turnir najbolje četvorke od samog početka, radovalе su se po jednom i rukometnice podgoričke Budućnosti (2015), odnosno, rumunskog ČSM Bukurešta godinu dana kasnije.

Finale mađarskog Ferencvaroša na kraju prošle sezone sa norveškim Vajpersom samo je potvrdilo elitni status u evropskom rukometu kakav imaju srebrne srpske rukometnice Andrea Lekić i Dragana Cvijić. Iskusni srednji bek i pivotmen bili su važni deo sastava iz mađarske prestonice koji je bio najveće iznenadenje Lige šampiona. Osvajačice EHF Lige šampiona u dresovima mađarskog Đera (Lekić – 2013.) i podgoričke Budućnosti (Cvijić – 2012. i 2015. godine) potvrđile su da i u ozbiljnim igračkim godinama i dalje mogu da igraju na vrhunskom nivou.

Andrea Lekić je na dobrom putu da ove sezone postane četvrta igračica u istoriji takmičenja koja je postigla 1.000 i više golova. Trenutno su u tom društvu Jovanka Radićević, Kristina Neagu i Anita Gerbic, a osvajačica srebrne medalje sa Srbijom na Svetskom prvenstvu 2013 u Beogradu, postigla je do sada 970 golova.

Posle serija povreda koje su usporile njen igrački razvoj, na teren se i to na najveću scenu vratila Jovana Jovović. Predvodnica novog talasa reprezentacije Srbije u prva četiri meča za ekipu mađarskog Debrecina debitovala je sa osam golova u EHF Ligi šampiona. S obzirom da se radi o levom beku koji će u decembru proslaviti 22. rođendan, jasno je da je lepa budućnost pred Jovanom koja je za nacionalni tim debitovala na Svetskom prvenstvu 2019 u Japanu.

Za rumunski ČSM Bukurešt nastupa iskusno desno krilo Željka Nikolić (32). Levoruko rukometnici iz Pribroja biće ovo četvrti klub za koji će nastupati u prestižnom takmičenju kakvo je EHF Liga šampiona. Pre rumunske prestonice, iskustvo igranja u eliti Nikolićeva je imala nastupajući za rumunsku Vlčeu i Kraju, odnosno, podgoričku Budućnost.

Debi u EHF Ligi šampiona u dresu poljskog šampiona Zagleblja iz Lubina ima i dugogodišnja srps-

Prosečna starost timova (24.1 godina), prosečna visina 176.5 cm

Prosečna starost timova ženske EHF Lige šampiona iznosi 24.1 godinu. Najstariji sastav ima nemački Bitterhajm, dok je najmlađa ekipa švedskog Saveho-fa sa prosekom od 21.5 godine. Ekipе su poprilično ujednačene kada se pogledaju podaci o prosečnoj visini. Najviši tim ima slovenački Krim Merkator (179.4 cm), dok je mađarski Debrecin najniži sa 174.2 cm. Prosečna visina rukometnice u EHF Ligi šampiona 2023/2024 je 176.5cm.

Od Lunde do Mladenovske

Najstarija rukometnica u elitnom takmičenju je čuve-na Norvežanka Katrin Lunde. Golmanka osvajačica titule Vajpersa još uvek „drži čas“ kada je u pitanju evropska scena, a u tome joj ne smeta ni krštenica koja pokazuje na godinu rođenja – 1980. Lunde je čak 27 godina starija od svoje najmlađe rivalke u takmičenju, mlade Makedonke Ive Mladenovske rođene u januaru 2007. godine koja nastupa za francuski Brest.

Devet igračica preko 190 cm

Da je rukomet „sport za sve“ pokazuju najbolje podaci vezani za visinu igračica. Tako u 16 najboljih evropskih klubova igra devet igračica visine 190cm i viših. Najviša je Mađarica, desni bek Simoneta Planeta iz Debrecina sa 196cm. Planeta je za čak 36cm viša od najniže u takmičenju, Poljakinje Anete Promis, igračice Zagleblja iz Lubina.

ka reprezentativka na poziciji kružne napadačice Jovana Milojević. Iskusna 31-godišnja Lozničanka postigla je debitantski gol u porazu od aktuelnih osvajačica iz Vajpersa.

Drugu sezonu u elitnom društvu u dresu ambicioznog rumunskog Rapida iz Bukurešta igra i Andela Janjušević (28). Standardni član reprezentacije Srbije na poziciji desnog beka važan je šraf u igri sastava koji želi da igra važniju rolu u evropskom rukometu u narednim sezonomama. ■



Vojvodina na pravom ispitu, Jagodinke ostale jedine na sceni

Protekla sezona 2022/2023 donela je srpskom klupskom rukometu povratak na evropsku rukometnu mapu. Rukometari Vojvodine osvojili su EHF Cup (nekadašnji Čelendž Kup) pobedama nad norveškim Nerbom u finalnim okršajima (30:23 i 25:23) i tako ponovili uspeh kaćkog Jugovića iz 2001. godine, nešto na šta se čekalo preko dve decenije. Ambicije srpskih šampiona iz hale "Slana bara" tu se ne zaustavljaju, jer će ove sezone tim trenera Borisa Rojevića nastupati u daleko zahtevnijem takmičenju – EHF Ligi Evrope, koja će u grupnoj fazi imati ukupno 32 tima smeštenih u osam grupa sa po četiri.

Novosadski tim nalazi se u grupi F sa danskim Bjerlingbro Silkeborgom, makedonskim Alkaloidom i španskim La Riohom. Evropsku avanturu koja bi eventualnim plasmanom među dve najbolje ekipe mogla da doneše nokaut fazu (TOP 16), Pušica, Milić i društvo započinju 17. oktobra gostovanjem Alkaloidu u Skoplju.

– Mi ćemo sigurno pokušati ove godine da prođemo grupu. Alkaloid se pojačao sa par igrača i biće 30-40% jači nego prošle sezone. Silkeborg, ne treba trošiti reči o danskoj ekipi. La Rioha je isto tako kvalitetna. Imamo tešku grupu i bili bismo prezadovoljni da je



prođemo. Ako uspemo u tome verovatno bismo išli na Flensburg u narednoj fazi. Idemo korak po korak. Nadam se da ćemo sa godinama podizati naše rezultate, ali ako nam se ukaže prilika da napravimo neki veći uspeh odmah u prvoj sezoni, pokušaćemo da je iskoristimo. Najpametnije je razmišljati na takav način – komentarisao je rivale u mečevima koje Vojvodinu čekaju na jesen, trener Boris Rojević, koji je sa Novosađanima osvojio petu šampionsku titulu u protekloj sezoni i tako postao najtrofejniji kada je u pitanju domaća trenerska scena u muškom rukometu.

Prvi tim koji je izašao na međunarodnu scenu ove sezone bio je pančevački Dinamo. Tim koji predvodi Dragan Marković – Marka, eliminisao je italijanski Merano u dvomeču prvog kola EHF Kupa, tako da će u drugom kolu odmeriti snage sa holandskim Volendamom. Pančevci su u gostima slavili 30:27, da bi sedam dana kasnije na svom terenu imali luksuz i da budu minimalno poraženi – 30:31.

U istom takmičenju učestvovaće još dva srpska kluba. Partizan i Metaloplastika Elixir kreću iz dru-

gog kola. Crno-beli su dobili rivala posle dvomeča Hafnafjordura i grčkog Diomidisa, a to je islandski tim. Prvi meč Partizan će igrati u gostima (14/15. oktobar), dok će se revanš odigrati na beogradskoj Banjici (21/22. oktobar).

Metaloplastika Elixir za protivnika je izvukla Anortozis sa Kipra i prvi meč igraće na gostujućem terenu (14/15. oktobar), dok će se drugi susret igrati u Šapcu (21/22. oktobar).

U ženskoj konkurenciji Srbiju ove sezone predstavljaju samo dve ekipe. Železničar iz Indije eliminisan je u prvom kolu kvalifikacija za EHF Ligu Evrope od švajcarskog Spona. U dvomeču odigranom u Indiji, izabranice trenera Vlade Šimića ostale su "kratke" za gol. Posle poraza 30:28 usledila je pobeda 34:33, koja nije bila dovoljna da se izbori naredna runda.

Šampionke države, rukometnice Jagodine, igraće u drugom kolu kvalifikacija protiv poljskog Lublina. Prvi susret igra se u gradu na Belici 11/12. novembra, dok je revanš zakazan za 18/19. novembra, kada će domaćin biti poljski klub. Jagodinice će po drugi put pokušati da se domognu grupne faze EHF Lige Evrope. Pre dve sezone u istoj fazi, od tima trenera Dragana Markova bio je bolji norveški Tertnes 24:16 i 29:26. ■



Motoričke i morfološke karakteristike pivotmena u savremenom rukometu

Usavremenom rukometu je odlika vrhunskih igrača dobra tehničko-taktička obučenost u svim fazama i podfazama rukometne igre jer zbog velike brzine i dinamike igre tokom meča često se nađu na poziciji koja ne predstavlja njihovu primarnu poziciju. Pored toga, visok nivo opšte i specifične fizičke pripreme omogućava igračima da igraju na najvećem mogućem nivou i da ispune sve zahteve modernog rukometa.

U fazi napada igračka mesta delimo na krilne igrače (leva i desna), spoljne igrače - bekove (leve, srednje, desne), pivotmene i golmane. Ako izuzmemos igračku poziciju golmana, za koju se već dugi niz godina zna da je potpuno »drugi sport u sklopu rukometa«, uloga pivotmena postaje sve posebnija. Sa uvođenjem novih rukometnih pravila, kao što je brzo izvođenje početnog udarca, savremeni pivotmeni se takođe moraju prilagoditi poboljšanju brzine i specifične izdržljivosti.

Pivotmen

Od ostalih pozicija u napadu, igra pivotmena se razlikuje posebno u oblasti njegovog kretanja u napadu. Njegov osnovni položaj je neposredno ispred linije protivničkog golmanovog prostora i izložen je neprestanom kontaktu sa jednim ili više protivničkih igrača. Neki autori navode da pivotmeni započinju taktične kombinacije u napadu, sa različitim vrstama blokada, prenosom lopte sa jedne na drugu stranu napada i učestvuju pri samoj organizaciji napada (Šibila i saradnici, 2006). U osnovne aktivnosti pivotmena u napadu ubrajamo: blokade, otkrivanje, prijem lopte i šutiranje na gol.

U periodu sedamdesetih godina prošlog veka, većina pivotmena su bili izrazito snažni, eksplozivni i za svoje izražene morfološke dimenzije bili su okretni igrači. Rastom su bili, generalno niži od bekova. Is-

ticali su se ubacivanjem u prazan prostor u protivničkoj odbrani. Imali su značajnu ulogu u brzim kontranapadima i ulogu u odbrambenim zadacima. U tom periodu dosta ekipa je igralo zahtevnu 3:2:1 odbranu, gde su pivotmeni pokrivali poziciju prednjeg centra. Vrlo često su zauzimali pozicije oba halfa, koje su bile jako zahtevne. Glavni zadaci pivotmena u napadu protiv odbrambene formacije 3:2:1 je bila blokiranje prednjeg centra i otkrivanje prema golu posle blokade, kao i otkrivanje u prazan prostor na liniji golmanovog prostora.

Početak osamdesetih godina prošlog veka obeležio je značajan porast telesnih visina pivotmena. Sa svojom visinom od preko dva metra tadašnji pivotmeni pravili su velike probleme protivničkim odbranama, pre svega zbog svojih morfoloških obeležja. Postavljanjem u centralnom bloku bili su jako „oružje“ u svojim ekipama. Osnovni zadaci visokih pivotmena u fazi odbrane bili su blokiranje protivničkih šteta. U tom periodu najbolji primer pivotmena sa izraženom fizičkom snagom i telesnom visinom bio je Andrej Šćepkin, koji je svoju bogatu karijeru gradio kroz selekcije SSSR i Španije.

S vremenom se menjao način igre, tako da pivotmeni koji su ekstremno visoki dobijaju na brzini. Moramo spomenuti da se u tom periodu pojavljuju pivotmeni koji nisu bili izrazito visoki, ali su sa svojim karakteristikama bili vodeći igrači u svojim klubovima. Neizbežna imena tog perioda bili su Magnus Wislander, Dragan Škrbić, Bertrand Gille, itd. Njihova prednost u odnosu na visoke odbrambene igrače bila je prijem niskih lopti i utrčavanja u prazan prostor.

Morfološke karakteristike pivotmena

Za kvalitetno ispoljavanje na terenu, igrači moraju posedovati određene morfološke karakteristike.

Iako na nekim igračkim mestima možemo primeti sportiste koji se ispoljavaju na najvišem igračkom nivou, a koji po morfolojiji puno odstupaju od proseka (niski srednji bekovi ili visoka leva krila), to ne možemo tvrditi za poziciju pivotmena. Za igranje rukometa na vrhunskom nivou, upravo pivotmeni trebaju imati naglašene neke telesne proporcije, posebno visinu i težinu. Wagner i saradnici (2014) su tvrdili da bi pivotmeni za ispunjavanje zadataka trebali imati optimalnu građu tela sa visinom između 192,2 i 198,4 cm i težinu između 93,2 i 105,6 kg.

Do istog zaključka je došao i Carabas (2014) koji je upoređivao visinu pet najboljih pivotmena sa Evropskog prvenstva 2014 godine u Danskoj (Sorhaindo, Noddesbo, Aguinagalde, Vori i Karlsson) i zaključio da je prosečna visina 197 cm, a prosečna težina 105,2 kg.

Na svetskom rukometnom prvenstvu 2023. godine, čiji su domaćini bili Švedska i Poljska, nagrada za najboljeg pivotmena pripala je Francuskom reprezentativcu Ludoviku Fabregasu koji je sa svojom reprezentacijom osvojio srebrnu medalju. Fabregas je u Francuskoj reprezentaciji imao jako značajnu ulogu i u odbrani i u napadu, a pored njegove fizičke i psihološke pripreme, za ostvarenje rezultata na visokom nivou sigurno da mu je pomogla i njegova morfološka građa (Ludovik Fabregas je visok 197 cm i težak 102 kg). Neki autori opisuju da je izražena karlica jako bitna kod pivotmena. Mnogi autori naglašavaju, da šire razvijena karlična kost omogućava uspešno bočno kretanje i stabilni položaj tela u trenutku izvođenja blokada pivotmena.

Jako bitno je navesti da gore navedene morfološke karakteristike ne predstavljaju sigurnost da je pojedinac dobar ili vrhunski pivotmen. To može da predstavlja dobru predispoziciju na kojoj sportista sa tehničkim, taktičkim, kondicijskim i mentalnim

treningom može dostići nivo vrhunskog pivotmena.

Kad je reč o ulozi vrhunskih pivotmena u pojedinim zonskim formacijama, moramo naglasiti da je morfološka građa jako bitan faktor. U današnjem savremenom rukometu najčešće prisutna odbrambena formacija je 6:0. U tom sistemu odbrane mesto pivotmena najviše zavisi od fizičkih predispozicija. Pivotmeni sa manjom telesnom težinom i visinom najčešće zauzimaju pozicije 2 i 5. Na toj poziciji možemo videti veliki broj vrhunskih igrača kao što su: Andreas Nilsson (HC Veszprem), Jannik Kohlbacher (Rhein-Neckar Lowen).

Pivotmeni koji u savremenom rukometu dominiraju sa svojom telesnom masom i telesnom visinom u odbrambenoj formaciji 6:0 najčešće se nalaze na pozicijama 3 i 4. Oni predstavljaju najjači deo te zonske formacije. Na toj poziciji možemo naći veliki broj vrhunskih pivotmena kao što su npr. Ludovic Fabregas (Barselona) i Artsem Karalek (Lomza Industria Kielce) koji imaju značajnu ulogu u svojim ekipama.

Motoričke sposobnosti pivotmena

Za potrebe igranja rukometa na vrhunskom nivou, igrači moraju biti dobro fizički pripremljeni. Za potrebu kvalitetnog izvođenja zadataka u napadu sa i bez lopte, u koje ubrajamo postavljanje pivotmenih blokada, hvatanje lopte, dodavanje i šutiranje na gol, kao i da se što više smanji rizik od povreda, pivotmen mora imati dobro razvijene motoričke karakteristike, pre svega snagu, brzinu, eksplozivnost, koordinaciju i ravnotežu (Arih, 2021).

Isti autor navodi da pri razvijanju motoričkih karakteristika je potrebno plan treninga individualizovati prema igračkoj poziciji, pri tome moramo u obzir uzeti trenutno stanje motoričkih sposobnosti pojedinca, njegove moguće povrede (takođe iz prošlosti) i prethodno pomenute morfološke karakteristike koje mogu suštinski uticati na mnoge adaptacije pojedinih faza treninga.

Za vreme takmičenja rukometaši se pored cikličnih aktivnosti više puta sreću i sa acikličnim aktivnostima (dodavanja, skokovi, padovi, šutiranja, kontakti u duelu) sa kojima posebno bez lopte žele napraviti

prednost u odnosu na protivnika (Pori, 2005) za koje obavezno trebaju posedovati određene specifične motoričke karakteristike, koje se razlikuju u odnosu na igračku poziciju u ekipi. Pored razlika u morfološkoj strukturi pivotmena od ostalih igrača, razlike su vidljive i u taktici igre u napadu, pre svega u postavci igrača. Pivotmeni u napadu su u stalmom kontaktu sa protivničkim igračima i u tom trenutku njihova glavna karakteristika kretanja je snaga (Arih, 2021). Pojedini autori su mišljenja, da se pivotmeni u tom trenutku nalaze u aktivnostima veoma niskog intenziteta (kao da stoje u mestu) (Karcher i Buchheit, 2014). Iz ličnog igračkog iskustva mogu potvrditi da je u praksi to znatno drugačije.

Pivotmeni se nalaze u neprestanom fizičkom kontaktu sa protivničkim igračima koji laganim guranjem i dodirima imaju kontrolu nad njima. Tokom obostranog kontakta pivotmeni održavaju određeni nivo mišićne napetosti. Da bi uspešno napravili blokadu sa kojom bi olakšali dolazak u šansu za postizanje gola svojim saigračima pretežno dolaze u kontakt sa dva ili više protivničkih igrača. Pri tome se napor pivotmena približuje ponavljujućim visoko intenzivnim aktivnostima (Arih, 2021).

Individualne motoričke karakteristike, koje su za pivotmena najbitnije, su detaljnije predstavljene u nastavku teksta.

RAZVOJ MOTORIČNIH SPOSOBNOSTI I PRIMERI VEŽBI

U ovom delu predstavićemo najbitnije motoričke sposobnosti koje su jako bitne u igri savremenog pivotmena. Pored kratkog opisa individualnih sposobnosti, prikazaćemo i neke od najvažnijih metoda treninga i vežbi u treningu.

Izdržljivost pivotmena

Trening izdržljivosti kod rukometara je jedan od glavnih delova priprema, sa kojim stvaramo

bazu opšte kondicije na osnovu koje možemo u nastavku nadograditi anaerobni laktatni i anaerobni alaktatni sistem i pojedinačne motoričke sposobnosti na određeni nivo. Dobro razvijeni aerobni energijski sistem povećava funkciju kardiovaskularnog sistema i sa time transport kiseonika po telu, povećava uključivanje masnoće kao vid energije i ubrzava oporavak posle kratkotrajnih intenzivnih opterećenja. Prednost dobro razvijenog anaerobnog sistema je sposobnost izvođenja više uzastopnih visoko intenzivnih opterećenja kao i sposobnost stvaranja laktata i funkcionalisanje sa visokim laktatima (Pori, 2005).

Intervali opterećenja i odmora tokom rukometne utakmice se smenjuju u različitim kratkim sekvencama između 5 i 20 sekundi. Zbog toga je veoma važno koristiti intervalne metode kada se trenira specifična izdržljivost u osnovi. Savremeni intervalni trening izdržljivosti uključuje višeserijsko trčanje, HIIT metode, Small sided games in Tabate.

Primeri metoda razvijanja specifične izdržljivosti pivotmena sa intervalnim metodama:

HIIT (brzina 5 do 6 m/s; trajanje 10-30s; 6-8 ponavljanja; odmor 2-3 min, 2-6 serija) - slika 1a

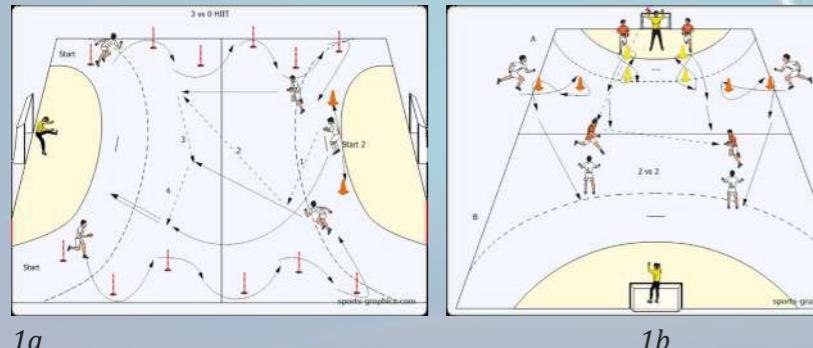
Višeserijsko trčanje (brzina 7 do 8 m/s; trajanje 3-10s; 4-6 ponavljanja, odmor 2-3 min, 2-8 serija) - slika 1b

Small sided games (trajanje 2-4 min, odmor 2-3 min, 2-4 serija) - slika 1c

Snaga pivotmena

Pored izdržljivosti, za uspešno izvođenje odbrambenih zadataka, proigravanja u napadu, šutiranje iz skoka, za uspešno postavljanje blokada,

Slika 1 - Metode razvoja specifične izdržljivosti za pivotmene



Slika 2 - Čučanj na klupu (2a); Sumo Deadlift (2b); Iskorak unazad sa dugom ručkom (2c)



2a 2b 2c

Slika 3 - Bench press (3a); Jednoručni potisak sa poda (3b); Podizanje sa podstavka (3c);



3a 3b 3c

Gornji/donji deo; Bilateralno/Unilateralno; Gluteus, Kvadriceps

Primeri vežbi snage za noge (bilateralno/Unilateralno) (slika 2):

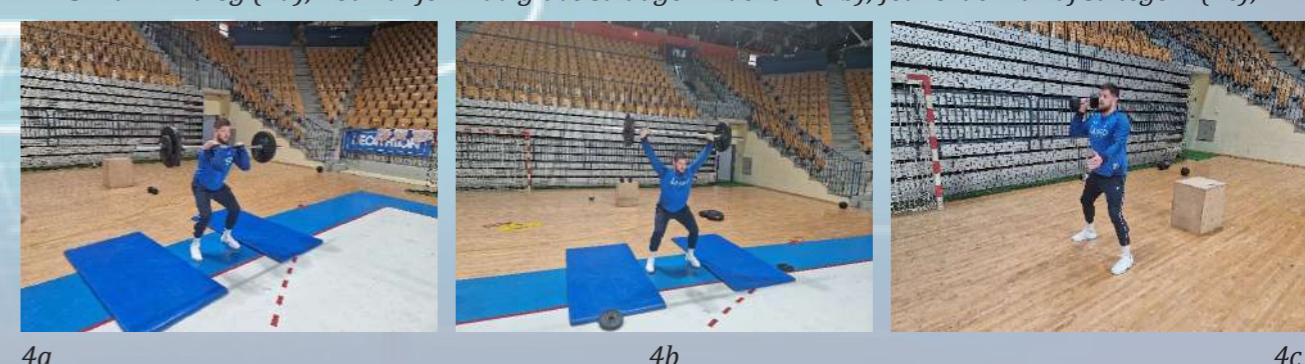
Primeri vježbe snage za gornji deo (bilateralno/unilateralno/Horizontalni potisak/poteg) (slika 3):

Eksplozivna snaga (60-70% od maksimalne lične težine, 3-6 ponavljanja; 2-4 serije; 2-3 min odmora između serija)

Gornji/donji deo; Bilateralno/Unilateralno; prednji/zadnji mišićni lanac

Primeri vežbi brze snage (olimpijsko dizanje tegova) (slika 4):

Slika 4 - Nalog (4a); Podizanje iznad glave sa dugom ručkom (4b); Jednoručni trzaj sa tegom (4c);



4a 4b 4c

Slika 5 - Bočna bacanja medicinke u zid (5a); Vertikalni skokovi na klupu (5b)



5a



5b

Primeri vežbi brze snage (medicinka, slobodni tegovi) (slika 5):

Stabilizacija trupa (20-40% od maksimalne lične težine, 10-15 s; 2-4 serije; 1-2 min odmora između serija)

Antirotacijsko- antilateralno, diagonalno

Primeri vježbi za stabilnost trupa (medicinka, slobodni tegovi, elastične trake) (slika 6 i 7):

Brzina pivotmena

Brzina je bitan faktor zbog kontranapada, vraćanja u odbranu i brzog izvođenja početnog udarca kojeg većinom izvodi pivotmen (Arih, 2021). Šibila (2012) je kao glavni razlog za iz-

vođenje brzog početnog udarca obeležio postizanje najvećeg broja golova kada se igrači iz odbrane nisu postavili u odbrambenu formaciju. Arih (2021) je opisao da izvođenje brzog centra mnogo utiče na taktiku protivničke ekipe, pre svega tokom menjanja igrača iz napada u odbranu, gde dolazi do neplaniranih promena u samom odbrambenom rasporedu (npr. zbog nemogućnosti menjanja sa odbrambenim specijalistom protivničke ekipe).

Istovremeno se zbog brzog izvođenja početnog udarca i menja način vraćanja u odbranu, koji sve više predstavlja jedan od bitnijih delova rukometne igre i mora se dogoditi odmah posle šuta na gol ili izgubljene lopte.

Slika 6 - Podizanje iznad glave + elastična traka (6a); Jednoručno povlačenje iz planka (6b); Diagonalni položaj sa medicinkom iz prednjeg iskoraka (6c)



6a



6b



6c

Slika 7 - Paloff (položaj sa tegom na elastičnoj traci) (7a); Potezi elastične trake iz poluklekla u sve smerove (7b)

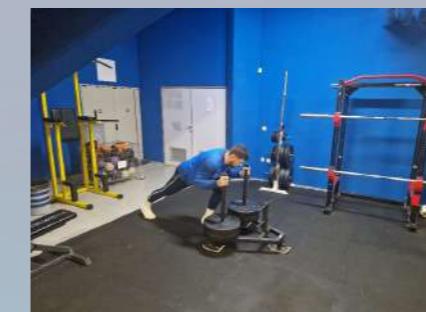


7a



7b

Slika 8 - Sanke (8a); Startno ubrzanje iz različitih početnih položaja (8b)



8a



8b

Primeri sadržaja vežbi i razvoja brzine kod pivotmena:

Startno ubrzanje

(razdaljine 5, 10, 20m/različiti početni položaji/L, D nogu)

Primeri vježbi startnog ubrzanja (sanke, različiti položaji) (slika 8):

Koordinacija pivotmena

Mohamad Hasif i Lee (2021) su napisali da za izbegavanje povreda i za izvođenje pojedinačnih pokreta neophodna dobra koordinacija, dinamička ravnoteža i okretnost. Arih (2021) je naglasio da pivotmeni moraju imati, pored dobre koordinacije donjeg dela tela koja im omogućava izvođenje zadataka na svojoj poziciji u igri razvijenu i koordinaciju gornjeg dela koja im u duelima sa protivničkim igračima omogućava prijem lopte sa jednom rukom. Mogućnost vrhunskih pivotmena, koji imaju dobro razvijenu koordinaciju, je da dolaze u situaciju da lakše šutiraju na gol iz nekih nesvakidašnjih položaja, kao što su na primer šut iza leđa, šut iz kontakta, šut u trenutku ometanja od strane protivničkog igrača držanjem za nešutersku ruku i slično.

Slika 9 - Koordinacijska mreža + 2 lopte (9a); 2 lopte ruka/noga s partnerom (9b)



9a



9b

Primeri sadržaja vežbi i razvoj koordinacije kod pivotmena:

Orientacija u prostoru, oko-ruka; oko-noga; timing

(unilateralno/bilateralno/različiti položaji/L, D nogu)

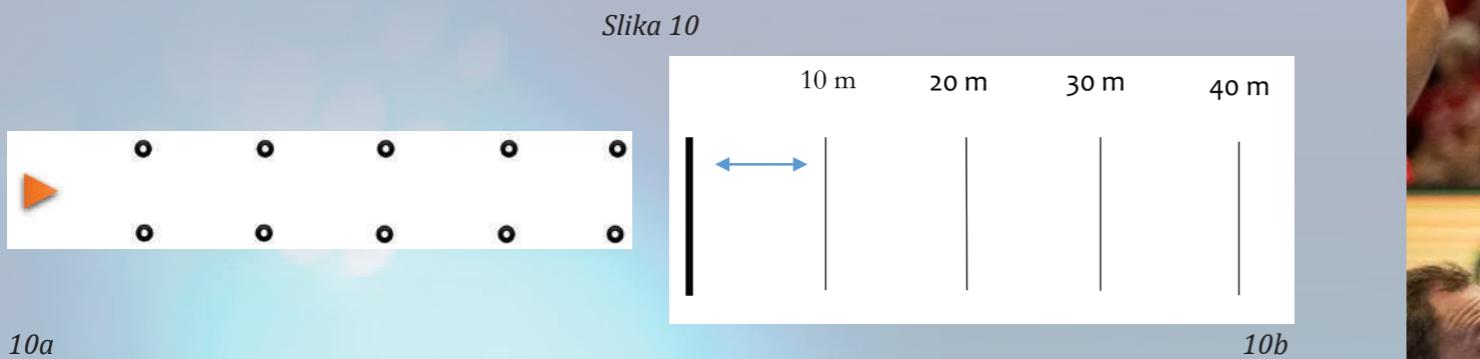
Primeri vježbi koordinacije oko-ruka; oko-noga (slika 9):

Agilnost pivotmena

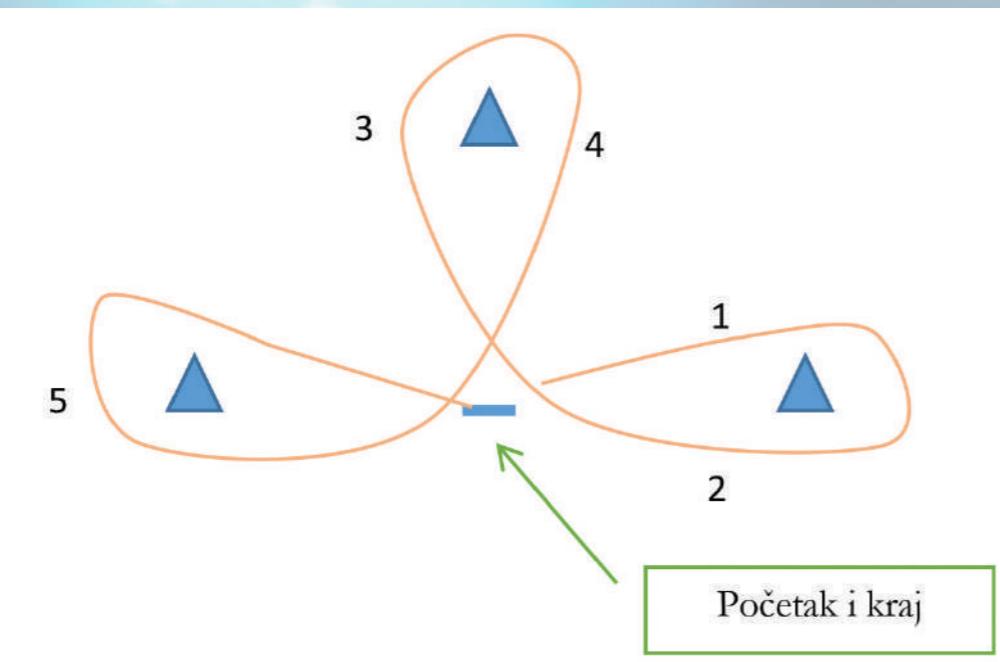
Vrhunski pivotmeni moraju biti jaki, brzi i moraju imati jako dobru ravnotežu. Njihovi okreti moraju biti dobro koordinisani i moraju imati dobro razvijenu agilnost. Po mišljenju mnogih sportskih stručnjaka agilnost određuje uspeh u timskim sportovima od kojih je jedan i rukomet. Kod rukometara ima smisla trenirati agilnost u uslovima koje doživljavaju tokom same igre. To znači da su dugi sati treninga na stadionu manje efikasni od situacionog treninga. Ono što je jako bitno jeste da se treninzi agilnosti uvek izvode u maksimalnom intenzitetu.

Primeri sadržaja vežbi i razvoj agilnosti kod pivotmena:

Frontalna i lateralna agilnost



Slika 11



Ugaona i kružna promena pravca kretanja

Primeri vežbi frontalnog i lateralnog kretanja kod pivotmena (slika 10):

Primer vežbi kružne promene pravca kretanja kod pivotmena (slika 11)

ZAKLJUČAK

Sa promenom rukometnih pravila, rukometna igra je sve brža i intenzivnija. Na ove promene potrebno je adekvatno reagovati u oblasti tehničko taktične i fizičke pripreme. Igračka uloga pivotmena je sve značajnija u savremenom rukometu i može se uočiti da su pivotmeni poslednjih godina napravili veliki napredak u svim pomenutim oblastima. Iz svega što je napisano, na osnovu ličnog igračkog iskustva, kao i iskustva ostvarenih trenerskim radom, mogu se izvesti sledeći zaključci:

Savremeni pivotmeni više nisu samo fizički korpljentni i snažni igrači, već se sa stanovišta razvoja različitih motoričkih sposobnosti približavaju sposobnostima igrača na bekovskim pozicijama.

Pre svega mislimo na nivo specifične izdržljivosti, kretanja i brzine. U rukometu praktično više nema sporih prelazaka iz napada u odbranu. Svaki primljeni gol daje napadu priliku da praktično izvrši kontranapad brzim izvođenjem početnog bacanja. Takođe, u fazi napada na postavljenu odbranu sve su efikasnija taktička rešenja sa brzim izvođenjem napada. Sve navedeno znači da savremeni pivotmen mora biti spreman za trčanje na veoma visokom nivou brzine i intenziteta.

Igračka uloga pivotmena, kako u napadu tako i u odbrani je uvek centralna i nalazi se između ostalih igrača. To znači da je on uvek u direktnom kontaktu sa protivnikom u obe faze igre i samim tim, napor pivotmena tokom meča je možda čak i najveći od svih igračkih pozicija.

Literatura

- Arij, M. (2021). Blokade krožnega napadalca kot sredstvo skupinske taktike napada v rokometu. (Magistrsko delo, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno s <https://repozitorij.uni-lj.si/Dokument.php?id=145434&lang=slv>
- Cărăbaş, I. (2014). Aspects regarding the pivot player tasks in the handball game. Timișoara Physical Education and Rehabilitation Journal, 7(13), 123-127. doi.10.1515/tperj -2015-0021
- Karcher, C. i Buchheit, M. (2014). On-Court Demands of Elite Handball, with Special Reference to Playing Positions. Sports Med, 2014(44), 797-814. doi.10.1007/s40279-014-0164-z
- Mohamad Hasif, B. H. P. i Lee, A. C. (2021). The effect of six weeks CoBAgi training on coordination, dynamic balance & agility of adolescent handball players. Pedagogy of Physical Culture and Sports, 25(1), 31-38. <https://doi.org/10.15561/26649837.2021.0105>
- Pori, P. (2005). Obremenitve in napor v rokometu. Trener Rokomet, 2005(2), 12-22. Pridobljeno s <http://www.rokometna-zveza.si/si/files/default/zrts/REVIJE%20TRENER/Trener%202005-2.pdf>
- Šibila, M. (2012). Attack vs. 6:0 zone defence (close defence). V EHF »RINCK« Convention Open Master Coach and Licensing Course. Beograd: EHF Competence Academy & Network. Pridobljeno s <http://activities.eurohandball.com/ehfcan/13130>
- Šibila, M., Bon, M. i Pori, P. (2006). Skripta za tečaj rukometnega trenerja 2. stopnja. Ljubljana: Fakulteta za šport, Univerza v Ljubljani.
- Wagner, H., Finkenzeller, T., Würth, S. i P. von Duvillard, S. (2014). Individual and Team Performance in Team-Handball: A Review. Journal of Sports Science & Medicine, 13(4), 808-816. Pridobljeno s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4234950/>



Uloga, karakteristike i izbor kapitena u rukometnoj ekipi



Ukolektivnom sportu, pa samim tim i u rukometu, su zanimljive i značajne socijalne interakcije unutar ekipe. One su od bitnog značaja za postizanje rezultata, što je u savremenom rukometu od izuzetne važnosti za egzistenciju klubova. Socijalne interakcije obuhvataju veze između igrača i njihove odnose sa trenerom na terenu i van njega. U okviru ovih interakcija, jedna od značajnijih jeste uloga kapitena ekipe.

Kapiten je glavni oslonac treneru, na utakmici, na treninzima, kao i u čitavom društvenom životu ekipe. Kapitena biraju igrači, uz uvažavanje trenerovog mišljenja. Mnogobrojne ankete u kojima su anketirani kapiteni sa dugogodišnjim stažom u klubovima i reprezentaciji (Gomeljski, 1977) ukazuju na to da je to velika čast, ali i obaveza, koja po nepisanom pravilu pripada najboljim i najuspešnijim igračima sa najdužim stažom u ekipi, koji svoje kvalitete podređuju, ponekad i žrtvuju, zarad uspeha ekipe.

Pojam „kapiten“

Potreba za pripadanjem grupi je jedna od osnovnih ljudskih potreba. U grupi čovek zadovoljava brojne psihološke i sociološke potrebe, od kojih su među najpoznatijima potreba za pripadanjem, potreba za društvenim poređenjem i potreba za spoznavanjem sopstvenog identiteta i članstvom (Forsyth, 2023).

Psihologija i sociologija posmatraju sportski tim kao grupu. Iz ugla psihologije, sportski tim možemo definisati kao grupu pojedinaca koji se udružuju kako bi postigli zajednički cilj, a to je pobeda na sportskom takmičenju. Sa stanovišta sociologije, sportski tim je grupa u kojoj se mogu posmatrati društvene uloge (kapiten, trener, igrač), socijalizacija članova grupe tj. sportskog tima, itd.

Efikasno vođstvo se uvek percipira kao ključni faktor za optimalno funkcionisanje tima, o kom god timskom sportu da je reč, a vođa/lider se u sportu označava terminom „kapiten“. Studija koju su sproveli Fransen i saradnici (2016) imala je za cilj da utvrdi, odnosno prepozna karakteristike kapitena koje su u vezi sa četiri različite uloge vođe (vođa zadataka, motivacioni vođa, socijalni vođa i spoljni vođa), uz uvažavanje konteksta koji pruža tim. Ova studija je takođe imala za cilj da identifikuje presudne karakteristike za uočeni kvalitet vođstva koji poseduje neki kapiten u okviru svake od pomenutih uloga vođe. Rezultati studije su ukazali na to da postoje dve ključne karakteristike za percipirani kvalitet vođstva koji poseduje kapiten a to su uticaj na samopouzdanje saigrača i socijalna prihvaćenost od strane ostalih igrača.

Psihološke osobine kapitena

Sportski kriterijumi su odlučujući u procesu uspostavljanja liderstva, ali nisu dovoljni, niti jedini. Uz sportske, lider mora posedovati i opšte ljudske kvalitete, koji dolaze do izražaja u sportskoj grupi (hrabrost, odlučnost, samopouzdanje itd.).

Prema definiciji četiri različite uloge vođe (Fransen et al. 2016), od kapitena se očekuje da saigračima pruži taktičko vođstvo, da ih ohrabri i motiviše, da se pobrine za dobru atmosferu u timu i da predstavlja tim, odnosno da bude vođa zadataka, motivacioni vođa, socijalni vođa i spoljni vođa. Nije jednostavno naći psihološke osobine koje su potrebne za uspešno igranje svih ovih uloga, ali istraživanja ukazuju da uspešni kapiteni poseduju karakteristike kao što su ambicioznost, takmičarski duh, samopouzdanje, nezavisnost, veći stepen dominacije u odnosu na saigrače, viši stepen emocionalne inteligencije i veću rezilijentnost u odnosu na saigrače, kao i veštine komunikacije, veliku motivaciju tokom igre, dobru kontrolu emocija, veština da se ostane pozitivan i dobro razvijeno poverenje u svoj tim (Coker et al. 2022).

Pojam i struktura ličnosti

Mnogobrojne su definicije kojima psiholozi nastoje da bliže odrede ličnost. Značajnije su bihevioristička, kognitivistička, kao i Rotova definicija ličnosti, koja se čini najprihvatljivijom jer uzima u obzir obe pomenute definicije.

Prema biheviorističkoj teoriji, ličnost se prvenstveno sagledava na osnovu ponašanja koje čovek ispoljava prema ljudima oko sebe. Za pojedinca koji snažno utiče na sopstvenu okolinu kaže se da je snažna ličnost. Ovakav aspekt (manifestovan) je dostupniji nauci, te ga je lakše izučavati.

Kognitivistička istraživanja sagledavaju prvenstveno unutrašnje procese kao činioce koji uzrokuju manifestno ponašanje. Pod ovim procesima podrazumevamo motive, interes, stavove i drugo.

Uzimajući u obzir biheviorističku i kognitivističku definiciju ličnosti, kao i uticaj aktivnosti na razvoj ličnosti, najprihvatljivija je Rotova definicija ličnosti. Prema Rotu, ličnost je jedinstvena organizacija osobina koja se formira uzajamnim delovanjem jedinke i sredine i određuje opšti, za pojedinca karakterističan način ponašanja (Dundjerović, 1999).

Kapiten kao vođa (psihološki aspekti)

Prema Dundjeroviću (1999), psihološke crte ličnosti koje utiču na uspešnost sportista su:

Emocionalna stabilnost - emocionalno stabilan sportista realno sagledava sebe, druge i takmičarsku situaciju, kontroliše svoje postupke, nije uplašen i veruje u uspeh, nije u raskoraku između onoga što hoće i onoga što može. Nasuprot emo-

cionalno stabilnom sportisti, emocionalno nestabilnog sportistu, onoga koji postiže lošije sportske rezultate, karakterišu strepnja, zabrinutost za rezultat, sklonost uzbudjenju i nekontrolisanje svojih postupaka.

Ekstravertnost - ekstravertan sportista je okrenut ka objektivnom svetu stvari i pojava oko sebe. Zainteresovan je za praktična pitanja i društvene delatnosti. Otvoren je, komunikativan, preduzimljiv i lako se uključuje u grupu i sklapa prijateljstva.

Za razliku od njega, introvertan sportista je okrenut ka svom unutrašnjem subjektivnom svetu doživljaja, mašte, itd. Blage je naravi, osetljiv i ne voli šale. Izuzetno je oprezan pri sklapanju prijateljstva.

Na osnovu navedenog, u sportu bi trebalo da preovladavaju sportisti izražene ekstravertne orijentacije.

Socijabilnost - karakteristike osoba sa ovom crtom su: blaga priroda, pažljiv odnos prema ljudima, spremnost na saradnju, poverenje i uvažanje drugih, orientacija na druženje i slično. Ova crta je povezana sa ekstraverzijom.

Snaga mentalne elaboracije - pod snagom mentalne elaboracije podrazumeva se moć pojedinca da racionalno shvati svoje mogućnosti, sa jedne strane i ukupnost zahteva koje pred njega postavlja njegova prirodna i socijalna okolina sa druge strane. Šanse za uspeh su veće, ukoliko pojedinac ima veću snagu mentalne elaboracije. Snaga mentalne elaboracije može biti i u osnovi dominacije.

Sportisti kod kojih je ova crta izražena, spremni su da se prihvate težih zadataka, ispoljavaju sistatičnost u njihovom rešavanju, uspostavljaju visoke kriterijume vlastite odgovornosti, a pohvale i kritike ne utiču bitnije na njihovo ponašanje.

Orijentacija na postignuće - orientacija na postignuće je crta ličnosti, koja je od izuzetne važnosti za uspeh u sportu. Kako je reč o težnji sportiste da postigne uspeh, evidentna je neophodnost prisustva ove crte iz prostog razloga, što je u sportu rezultat jedino merilo uspeha.

Isti autor ističe i značaj sposobnosti, koje se načelno mogu svrstati u tri grupe: intelektualne (sposobnost snalaženja u novim situacijama), psihomotorne (sposobnost brzog motornog reagovanja, brzina prstiju, spretnost ruku, opšta telesna spremnost itd.) i senzorne (sposobnost pojedinca da razlikuje intenzitete i kvalitete raznih vrsta draži u oblasti vida, sluha, mirisa, itd.).

Iz svega navedenog može se zaključiti da kapiten tima treba da:

- poznaće samog sebe,
- je svestan svog uticaja na druge ljudе,
- ima uravnoteženo stanovište o sebi,
- prihvata i svoje mane i svoje vrline,
- prepoznaće kvalitet u drugima,
- je u stanju da se suoči sa konfliktom i iskoristi ga i
- stvara sredinu u kojoj se uči i napreduje.
- Kapiten kao vođa (sociološki aspekti)

Ponekad se u praksi nailazi na ekipe za koje možemo reći da nemaju vođu. Razlozi su brojni, a neki se nalaze još u najranijim fazama selekcije. Ličnost trenera u velikoj meri može uticati na to da tim ne dobije vođu.

Tim bez vođe nije u stanju da svoje mogućnosti iskaže u takmičarskim rezultatima. Takav tim je izrazito osetljiv na krizne situacije i nesposoban da rezultat preokrene u svoju korist (Štakić i Domanović, 2009).

Da bismo bolje razumeli značaj socijalnih interakcija u timu, neophodno je osvrnuti se na karakteristične stilove vođenja.

Karakteristični stilovi vođenja

Prema Lazareviću i Paranošiću (1975), osnovni stilovi vođenja su sledeći:

- autokratski stil vođenja,
- demokratski stil vođenja i
- anarhistički stil vođenja.

AUTOKRATSKI TIP VOĐENJA

Osnovna karakteristika ovakvog stila vođenja je neprekidno izdavanje naredbi od strane vođe. On određuje smernice svoje grupe, pri čemu se ne savetuje sa ostalim članovima, niti ih obaveštava o svojim planovima za budućnost. On se u većini slučajeva drži po strani od života svoje grupe. Uglavnom ne učestvuje u aktivnostima grupe. Disciplina u ovakvim grupama je čvrsta, ali samo dok je prisutan vođa. Ukoliko se on udalji, disciplina vrlo često zamre, a ukoliko grupa u kojoj dominira ovakav stil vođenja ostane bez vođe, veoma brzo se raspada.

Autokratske grupe imaju bolje radne rezultate u odnosu na grupe, u kojima dominira demokratski stil vođenja, ali slabiju socijalnu klimu. Ovakav stil vođenja se sve manje primenjuje u svim sferama, ne samo u sportu.

DEMOKRATSKI STIL VOĐENJA

Opisujući demokratski stil vođenja navode da rukovodilac nije autokrata, već vođa, koji nastoji da svoju grupu vodi na osnovu saradnje i dogovora sa svim članovima. Grupe sa ovakvim stilom vođenja najčešće sprovode ono što rukovodilac želi, ali se njegove ideje ne osećaju, kao nametnute.

U demokratskoj grupi ima više jedinstva, motivacije za rad, originalnih rešenja. O svakoj budućoj akciji, vođa se dogovara sa članovima grupe. Ne donosi odluke samostalno, nego učestvuje u aktivnostima grupe. U slučaju da se vođa i udalji iz grupe, disciplina ne popušta, nastavlja se rad, a grupa se ne raspada. Socijalna klima u grupi je znatno bolja, nego što je to slučaj u autokratskim grupama.

Ovakav stil vođenja teži je i složeniji od prostog zapovedanja. Za razliku od prostog zapovedanja, demokratski stil vođenja zahteva uključenost ostalih članova grupe u donošenje važnih odluka, ali su rešenja takvih problema dugoročnija. Krat-

koročno, problemi se mogu rešiti autokratskim pristupom, ali nikada na duge staze.

ANARHISTIČKI STIL VOĐENJA

Iako su dominantna prva dva stila vođenja, postoji i treći način: slobodni način vođenja. Posebno je efikasan u grupama čiji su članovi obrazovani, motivisani i sposobni da sami sobom upravljaju.

Anarhistički stil vođenja podrazumeva prepustanje izvođenja svih zadataka pojedincu. Pojedinci sasvim samostalno obavljaju zadatke. Ovakve grupe se brzo raspadaju, pa je ovakav stil vođenja u sportskim kolektivima teško održiv.

U skladu sa navedenim razlikujemo tri tipa kapitena: autokratski, demokratski i anarhistički. Ipak, u praksi se najčešće sreću autokratski i demokratski. Svaki ima svoje prednosti i nedostatke (Koković, 2001).

Sociološke karakteristike uspešnog kapitena

Od kapitena i načina vođenja grupe u velikoj meri zavise atmosfera u ekipi i stvaranje obrasca ponašanja. Prijateljstvo i dobra atmosfera se stvaraju ako se pruži dokaz lepog mišljenja o drugom. Da bi u tome uspeo mora odgovoriti sociološkim zahtevima, koji se pred njega postavljaju.

Dobar kapiten treba da:

- "proučava" saigrače da bi znao šta podstiče njihove emocije,
- bude iskren prijatelj saigračima,
- stvara prijateljske obrasce, tako da igrači pokažu neki znak prijateljstva,
- stvari zajedničke interese.

Izbor kapitena

Uzimajući u obzir psihološke i sociološke karakteristike kapitena, kao i njegov odnos sa trenerom, treba odabratи osobu koja je najpozvanija za tu ulogu (Gomeljski, 1977). Činjenica da kapiten ima obvezu predstavljanja tima ima za posledicu da se u izbor kapitena unose elementi koji treba da zadovolje zahteve koji proizilaze iz relacije klub

- kapiten. Zato se izbor kapitena bazira na nekim kriterijumima koji počivaju na principima tradicije: odlučuje dužina staža u klubu, kvalitet vezanosti za klub, životno doba, iskustvo. Ipak kriterijum, koji se ne bi smeо obići i koji bi morao imati prednost su interpersonalni odnosi unutar ekipе i uvažavanje mišljenja igrača prilikom izbora.

Stoga bi izbor kapitena trebalo da izvrše igrači bez nametanja personalnog rešenja od strane kluba. Ukoliko to ne bude slučaj, može se stvoriti nepovoljna situacija i za tim i za kapitena.

Kao jedan od mogućih načina za izbor kapitena može se koristiti sociometrijski upitnik po Mekiću (prilog 1), kao i kontrolne ankete privlačenja (prilog 2) i odbijanja (prilog 3). Anketama želimo da potvrdimo izbor kapitena ili da prikažemo realnu sliku u slučaju da nije postavljen pravi lider i da postoji, na osnovu dobijenih rezultata bolji izbor. Sa druge strane želimo da steknemo uvid da li postoje grupacije/tabori koji mogu da naškode koheziji ekipе, kao i da po negativnim rezultatima prepoznamo izolate, marginalizovane ispitanike koje moramo nakon istraživanja uključiti u ekipu i naći im ulogu u funkcionisanju tima a sve za dobrobit ekipе.

TUMAČENJE DOBIJENIH REZULTATA

U slučaju podudaranja sociograma sa upitnikom privlačenja, dobijamo realnu sliku i veliku pouzdanost odgovora. U slučaju upitnika odbijanja, po odgovorima i sabranim bodovima kapiten ne može imati mnogo negativnih poena, jer to pokazuje da neki deo ekipе nema sigurnost u njega. Igrač sa najviše negativnih bodova u anketi odbijanja je osoba koja mora da se uklopi u ekipu, koja je izopštена iz ekipе i na taj način narušava koheziju ekipе.

Korišćenjem sociometrijskog upitnika po Mekiću možemo ispitati uslovljenost izbora kapitena interpersonalnim odnosima u ekipi. Najpovoljniji period za popunjavanje ovakvih upitnika je pre početka sezone.

Osim ispitivanja povezanosti igrača na emocionalnom planu, tehničko-taktičko-kondicionom planu, može se doći i do saznanja koji igrač je najautoritativniji, tj. koji je kompletan ličnost i najbolje zastupa interes svih igrača. Za svaki od ovih aspekata postavljena su po dva pitanja i ponuđena su dva odgovora kao mogućnosti izbora. Prvi izbor nosi dva a drugi izbor jedan bod. Najbolji izbor su igrači

koji imaju sakupljen najveći broj poena u kompletom sociometrijskom upitniku.

Takođe, uvidom u dobijene rezultate može se za sve navedene ispitanike utvrditi zašto im se ukazuje poverenje saigrača. Najomiljeniji igrač je onaj koji ima najviše pozitivnih odgovora koji se buduju na osnovu date prednosti prvom odgovoru u anketi koji je nosio dva boda, dok je drugi odgovor nosio jedan bod. Poželjno je nakon par nedelja provjeriti validnost dobijenih rezultata upitnika i sam izbor kapitena preko kontrolnih anketa privlačenja i odbijanja.

Kada govorimo o povezanosti igrača na emocionalnom planu, podaci daju informacije o tome koliko se igrači međusobno vole i poštuju, tj. da li vlada zdrava klima u timu. Ovi rezultati mogu da pokažu povezanost i relacije po pozicijama, između pozicija i unutar pozicija, kao i povezanost golmana sa ostalim igračkim pozicijama.

Rezultati povezanost igrača na funkcionalnom nivou, pod čime podrazumevamo tehničko-taktičko-kondicioni plan, pokazuju da se igračima na ovim pozicijama „veruje“ i od njih očekuje da ih vode u igri. Smatra se da su oni najbolje tehničko-taktički obučeni, najiskusniji i da su to igrači od kojih treba tražiti savet, pomoć.

Na planu socijalne moći, traži se igrač koji po rezultatima ankete ili po odgovorima na poslednja dva pitanja u anketi sociograma po Mekiću izdvaja se kao igrač sa najjačim autoritetom u ekipi, kojeg saigrači smatraju najkompletnijom ličnosti za lidera, vođu i budućeg kapitena. Sa ovim rezultatima su povezani i rezultati iz prethodne tehničko-taktičke ankete na funkcionalnog plana i potvrđuju siguran izvor socijalne moći.

Tumačenjem rezultata testiranja, može se uočiti da li u ekipi postoje tabori. Ukoliko postoji nekoliko igrača koji imaju veći broj bodova i podršku od strane manjih grupacija koje ove igrače prepoznaju kao lidera, u takvim slučajevima postoji prob-

lem nepovezanosti ekipe u svim aspektima i neophodno je pomoći ekipi da uočene već formirane grupacije priđu jedna drugoj i da se potencijalni lideri sjedine. Između lidera koji su predstavnici svojih tabora, potrebno je uz pomoć igrača i odlukom trenera izabrati najboljeg i najkompletnijeg igrača za tu ulogu.

Ako dobijeni rezultati prikažu igrača sa velikim brojem bodova, znači da ekipa ima poverenje i rado ga daje igraču koji se svojim kvalitetima nametnuo ekipi i koga je trener podržao u tome. Postoje slučajevi i sa dva igrača ili lidera dobijenih rezultatima anketiranja. U takvim situacijama najčešće se imenuje kapiten i zamenik kapitena i smatra se da unutar ekipa nema tabora. U ovakvim situacijama se smatra da postoji zdrava klima i kohezija ekipa što dokazuje da im je stalo da budu povezani i kompaktni u igri i funkcionisanju.

Ankete privlačenja i odbijanja koristimo za provjeru validnosti rezultata dobijenih u sociogramu po Mekiću jer se izbor kapitena preko socijalne moći mora podudarati sa dobijenim rezultatima u ovim anketama, tj. ukoliko dobijeni rezultati sociograma jasno ukazuju na to ko treba da bude kapiten, ankete privlačenja i odbijanja služe za „kontrolu“ iskrenosti odgovora ispitanika.

Ove ankete imaju listu unapred pripremljenih pitanja pod rednim brojevima kojima označavamo iz kog razloga su se odlučili za te izbore igrača. Obe ankete se buduju tako što prvo upisani dobija 4 boda a svaki sledeći po bod manje (ukupno četiri kandidata). U anketi privlačenja se pored imena igrača upisuje broj „pojašnjenja“ (npr. Petar Petrović – 1) što označava da je on „odličan je igrač“, dok se u anketi odbijanja takođe upisuje ime igrača i broj „pojašnjenja“ (npr. Petar Petrović – 2) što označava da je on „sebičan i vidi samo sebe“ i to je razlog njegovog navođenja na to mesto u anketi.

Kandidat za izbor kapitena treba da ostvari što veći broj bodova u anketi privlačenja, dok kandidat koji ostvari veliki broj bodova u anketi odbijanja nije

poželjan za kapitena. Ovim odgovorima možemo tačno da znamo kako određenog igrača vidi ekipa, kao i na koji način sagledava samu igru pojedinca i cele ekipe. Na osnovu dobijenih rezultata u anketi odbijanja, takođe se može potvrditi pravilan izbor lidera. Anketa odbijanja ispitanicima nudi da preko postavljenih odgovora izaberu i ocene igrače koje su naveli kao najneomiljenije.

Dobijeni rezultati se unose u unapred pripremljene tabele za određeni broj igrača koji se „pojavljuju“ u anketama (tabela 1).

ZAKLJUČAK

Na osnovu svega što je napisano može se zaključiti:

- za pravilan izbor kapitena ekipa potrebno je znati psihološke karakteristike igrača kao i sociološke aspekte, a sve sa ciljem boljeg razumevanja njihove ličnosti, karaktera, intelektualne sposobnosti, ekstravertnosti, introvertnosti i crta ličnosti.
- Prilikom korišćenja ovakvih i sličnih anketa, a sve sa ciljem dobijanja tačnih

informacija koje će proisteći iz iskrenoosti ispitanika, ovakve upitnike treba raditi anonimno a dobijene rezultate je potrebno proveriti kontrolnim anketama privlačenja i odbijanja.

- Kontrolne ankete imaju značajnu ulogu kada želimo da utvrdimo tačnu sliku odnosa unutar ekipa. Dobijeni rezultati u velikoj meri mogu pomoći trenerima da se bolje upoznaju sa interpersonalnim odnosima unutar ekipa. Dobijeni rezultati nam pomažu da na vreme delujemo i „zamenimo“ najslabije karike u timu i na taj način unapredimo odnose i funkcionisanje cele ekipa.

- Osim što se pomoću njih rešava pitanje izbora kapitena, korišćenjem ovih anketa može se dobiti jasnija slika o pojedincima, njihovim vrlinama i nedostacima, ali i načinu funkcionisanja ekipa u celini. Rezultati nam mogu ukazati na određene klanove (grupacije) unutar tima, ali i osobe koje su blizu liderskim pozicijama (budući kapiteni) i koji se mogu iskoristiti da se napravi što bolja kohezija ekipa.

Literatura

- Coker, I., Cotterill, S., Griffin, J. (2022). *Player perceptions of athlete leadership and leadership development in an English Premier League football academy*. Asian Journal of Sport and Exercise Psychology Volume 2. 182-189. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2667239121000332>
- Dunderović, R. (1999). *Psihologija sporta*. Banja Luka: BL Kompani.
- Forsyth, D. R. (2023). *The psychology of groups*. In R. Biswas-Diener & E. Diener (Eds), *Noba textbook series: Psychology*. Champaign, IL: DEF publishers. Retrieved from <http://noba.to/trfbkhm>
- Fransen, K., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., Vande Broek, G., Boen, F. (2016). *When is a leader considered a good leader? Perceived impact on teammates' confidence and social acceptance as key ingredients*. International Journal of Psychology Research ISSN: 1932-6092 Volume 12, Number 1. Nova Science Publishers, Inc.
- Gomeljski, A. J. (1977). *Vođenje ekipa u košarci*. Beograd: Košarkaški savez Jugoslavije.
- Koković, D. (2001). *Socijalno-psihološki osnovi sporta*. Novi Sad: FB Print.
- Lazarević, Lj. i Paranošić, V. (1975). *Psihodinamika sportske grupe*. Beograd: Savez za fizičku kulturu Jugoslavije.
- Štakić, Đ. i Domanović, M. (2009). *Sociologija sporta*. Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.

Br.isp.	Ime i prezime	Rez. Upitnika 1			Rez. Ankete 2	Rez. Ankete 3
1		Emo.	Fun.	Lider	Privlačenja	Odbijanja
2						
3						
4						

Tabela1



*Detalj sa Centralnog seminara
održanog u Kragujevcu*