

# 40/20

MAGAZIN ZAJEDNICE TRENERA  
RUKOMETNOG SAVEZA SRBIJE  
**VI broj / september 2020.**



## U FOKUSU

**Predstavljen stručni  
štab seniora Srbije**

## MARIJA LOJANICA

**Igrači su sve svesniji  
značaja fizičke pripreme**

## TEMA BROJA

**Top treneri digli glas  
protiv pravila „7 na 6“**

## SEĆANJA

**Pola veka od prvog  
svetskog odličja**

## ISTRAŽIVANJE

**Rukomet u doba korone**

## UVODNIK

U doslihu sa sezonom velikih izazova \_\_\_\_\_ 03

## U FOKUSU

Predstavljen stručni štab seniora Srbije \_\_\_\_\_ 04-05

## ISTRAŽIVANJE

Sezona 2020/2021 u jeku pandemije korona virusa \_\_\_\_\_ 06-09



## INTERVJU BROJA (MARIJA LOJANICA)

Igrači su sve svesniji značaja fizičke pripreme \_\_\_\_\_ 10-15



## TEMA BROJA (TOP TRENERI U ANKETI O PRAVILU „7 NA 6“)

Ukunuti ga što pre, rukomet je nazadovao \_\_\_\_\_ 16-25



## RUKOMET NA PESKU

Na pragu olimpijskih igara \_\_\_\_\_ 26-27



## STRUČNA TEMA

Taktička rešenja u napadu u igri sa četiri beka \_\_\_\_\_ 28-33



## STRUČNA TEMA

Metodički pristup obuke igrača na poziciji srednjeg beka \_\_\_\_\_ 34-37



## SUDIJSKI KUTAK

Preporuke i smernice IHF za primenu pravila igre \_\_\_\_\_ 38-43



## SEĆANJA: POLA VEKA OD PRVE MEDALJE NA SVETSKIM ŠAMPONATIMA

Rađanje genijalaca \_\_\_\_\_ 44-47



# U doslihu sa sezonom velikih izazova

Poštovani treneri,

Početak septembra obično je vreme kada privodite kraju pripremni period za novu sezonu, definisite planove i ciljeve za nadne mesece. Ova sezona, kao ni jedna do sada, donosi veliku neizvesnost, pauzu sa kojom se niko do sada nije susretao i drugačiji kalendar takmičenja. Za sve ljude u rukometu, na terenu i van njega, biće ovo sezona velikih izazova. U skladu s tim, pokušali smo da napravimo i broj koji će u dobroj meri biti usmeren ka trenutnoj problematici. Razgovarali smo sa jednim od najuspešnijih kondicionih trenera u svetu rukometu, Kraljevčankom Marijom Lojanicom, koja je posle dugogodišnjeg rada u skopskom Vardaru, postavila nove standarde i u mađarskom Vespremu.

Bavili smo se i finansijskim i organizacionim posledicama pandemija korona virusa, za čiji je završni račun, nažalost, još uvek rano. Da li će sezone biti, u kom obliku, u kojoj meri će zahtevni kalendar do jula 2021. godine i Olimpijskih Igru u Tokiju biti ispoštovan, pokušali smo da približimo dajući sveobuhvatne informacije do kojih smo došli.

U saradnji sa najpoznatijim rukometnim nedeljnikom na svetu, nemačkim „Handball Woche“, preneli smo istraživanje vezano za pravilo „7 na 6“, koje je od 2016. doslovno uzdrmalо temeље modernog rukometa koji poznajemo. Mišljenja vrhunskih trenera iz različitih rukometnih škola, najbolje govore o tome. Na prvu medalju muške reprezentacije Jugoslavije, bronzu sa Svetskog prvenstva 1970. u Francuskoj, podsetili smo vas kroz priču sa legendarnim selektorom te generacije naših rukometara – Vladom Štenclom, koji je ovog leta, proslavio 86. rođendan bistrog uma i dobrog pamćenja na period koji je utro put svim kasnijim uspesima. Predstavili smo i nove stručne teme, kao i autore. Sudije su predstavile preporuke i smernice za primenu pravila rukometne igre. Pisali smo i o perspektivi rukometa na pesku koji bi trebalo da uđe u olimpijski program u Parizu 2024.

Ostajte zdravo. Želimo vam što više radnih sati u škripi parketa.

***Ova sezona, kao ni jedna do sada, donosi neizvesnost, pauzu sa kojom se niko do sada nije susretao i drugačiji kalendar takmičenja. U skladu s tim, pokušali smo da napravimo i broj koji će u dobroj meri biti usmeren ka trenutnoj problematici***

## 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: Dr Saša Marković ■ Glavni urednik: Života Bogdanović

Tekstovi: Života Bogdanović i Novo Bojičić ■ Stručne teme: Daniel Petković (selektor srpske reprezentacije u rukometu na pesku i trener Oblića), Zvonko Paunović (EHF Master Coach i trener u Bekamentu BB), Radan Rovčanin (EHF Master Coach i trener ženske juniorske reprezentacije Srbije) i Vladimir Jovanić (međunarodni IHF sudija) ■ Recenzent stručnih tema: dr Zoran Valdevit ■ Dizajn i prelom: Novo Bojičić ■ Foto: EHF, IHF, Jozo Čabralja/kolektiff, HRS, Slavko Kolar, SEHA Gazprom Liga, Daniel Voros / Telekom Veszprem, ARKUS liga, Žika Bogdanović, Nebojša Paraušić

Štampa: PRESSIA doo, Emila Zole 30a, Beograd ■ Tiraž: 500 primeraka ■ Časopis izlazi tromesečno



# Milosavljević, Rojević, Pejanović i Rajković uz Đeronu

**M**uška reprezentacija Srbije dobila je novi stručni štab. Najближи saradnici selektora Tonija Đerone, koji je svoju promociju imao krajem juna u Beogradu, u narednom periodu biće Žikica Milosavljević i Boris Rojević. Zadužen za golmane biće još jedan nekadašnji reprezentativac Dimitrije Pejanović, dok će se fizičkom pripremom baviti profesor Predrag Rajković.

– Biće mi zadovoljstvo da radim sa stručnim štabom formiranim od strane Rukometnog saveza Srbije. Žikica Milosavljević i Boris Rojević biće moji asistenti, Dimitrije Pejanović trener golmana, a Predrag Rajković kondicioni trener. Od početka jula radimo putem onlajn konferencija. Diskutujemo o igračima, aktivnostima i koracima koje je potrebno napraviti u narednom periodu. Veoma je važno imati ljude poput Žikice i Dimitrija u stručnom štabu. Oni poznaju kako funkcioniše reprezentacija, poznaju kako diše svlačionica, imaju iskustva sa velikih takmičenja, tako da će njihovo znanje i iskustvo biti od velike koristi. Žikica i Boris će voditi juniorsku reprezentaciju. Tako želimo da budemo sigurni da će glavni principi rada biti isti u svim nacionalnim selekcijama. To će biti od koristi svim trenerima i reprezentativcima bez ikakve sumnje. Moramo obratiti pažnju na mlade igrače, njihov rad u klubovima, a ako imaju potrebu u saradnji sa klubovima, Predrag će biti tu kako bi spremio adekvatan program fizičke pripreme. Taj deo rada sa mladim igračima je izuzetno važan kako bismo ostvarili zacrtane ciljeve u budućnosti – kazao je selektor Toni Đerona.

Povratnik u srpski rukomet biće i nekadašnji golman reprezentacije, Dimitrije Pejanović, koji je karijeru započetu u rodnoj Crvenki završio 2016. godine u španskoj Ueski.

– Upoznat sam sa španskim načinom rada, koliko su studiozni kada prilaze nekom poslu. Maksimalno su posvećeni, rade ljudi 24 sata, hoće da imaju informacije sa svih strana. Odabran je širi stručni štab, jer što više trenera ima, tu je i više informacija. Toni je tražio informacije, želi da ima maksimalan uvid što se tiče svih potencijalnih reprezentativaca. Razgovarao je sa prethodnim selektorima, dosta toga je već znao, sada je čuo i kako mi razmišljamo. Nema preteranih odstupanja što se tiče potencijalnih reprezentativaca. Mala smo država, ne smemo da dozvolimo da ne igraju najbolji. Moramo da iskoristimo maksimalan potencijal dok god postoji volja i želja momaka da igraju za nacionalni tim. Toni bi trebalo da popriča sa svim potencijalnim reprezentativcima i da krenemo da radimo. Nemamo mnogo vremena, ne znamo šta će biti što se tiče virusa, ali čekaju nas u novembru Grčka i Belgija na početku kvalifikacija za Evropsko prvenstvo 2022. godine, a to su utakmice koje bi trebalo da se dobiju. Što se tiče golmana, uvek smo imali dobre čuvare mreže i tu ne bi trebalo da bude problema. Znamo šta imamo. Cupara, Milosavljev, Tibor Ivanišević brani odlično u Nemačkoj u Veclaru, Todor Jandrić će igrati Ligu šampiona u Zagrebu. To je veliki korak napred. Moramo da gledamo i mlade momke, B reprezentaciju, juniorsku, da vodimo računa o svim perspektivnim mlađim golmanima koji imaju želju da postignu nešto u rukometu. Da vidimo kako rade, da li imaju trenere golmana, kontinuitet individualnog rada, to je osnov napretka i formiranja jednog sportiste – kaže Dimitrije Pejanović koji će svoj deo posla u stručnom štabu započeti posetama domaćim klubovima kako bi se uverio u to kako rade potencijalni kandidati za reprezentativne selekcije. ■

## Stručni štab

Žikica Milosavljević (48) proslavljen je ime jugoslovenskog i srpskog rukometa. Najbolje desno krilo sveta 2001. godine i nekadašnji kapiten nacionalnog tima, posle završetka igračke karijere započeo je trenersku karijeru. Trenutno se nalazi na poziciji šefa stručnog štaba RK Crvena zvezda.

Boris Rojević (40) je trener rukometa Vojvodine, sedmostruki uzastopni šampion Srbije. Rojević, koji se dokazao u rangu sa mlađim kategorijama novosadskog kluba, osvojio je dve titule šampiona države od kada je aprila 2018. godine preuzeo klub iz hale „Slana bara“. Na klupi nacionalnog tima debitovao je vodeći juniorsku reprezentaciju Srbije na Svetskom prvenstvu u Španiji leta jula 2019. godine.

Dimitrije Pejanović (46) vraća se u srpski rukomet u ulozi trenera golmana nacionalnog tima. Nekadašnji reprezentativni golman, junak borača sa Česima za Svetsko prvenstvo 2009. godine u Hrvatskoj, kada se reprezentacija Srbije po prvi put pojavila na velikom takmičenju, završio je igračku karijeru 2016. godine u španskoj Ueski i odmah iskazao trenerske ambicije. Nekadašnji čuvan mreže Crvenke i Crvene zvezde, najveći deo karijere proveo je u Španiji.

Predrag Rajković je profesor fizičke kulture. Trenutno je angažovan kao kondicioni trener rukometa Šamota iz Aranđelovca.



*Sliku koju rukomet i sport sa nestrpljenjem čekaju*

# JEDNAČINA SA mnogo nepoznatih

**P**očetkom proleća 2020. čitav sportski svet, a u tom lancu i rukomet, suočio se sa situacijom u kojoj nikada do sada nije bio. Pandemija korona virusa uzdrmala je temelje sistema sporta, prekinula sezonu i u mnogim sportovima dovila sportiste, klubove i Federacije na rub egzistencije.

Sezona 2019/2020 završena je neslavno već sredinom marta, a potvrda da je „đavo odneo šalu“ došla je odlukom Međunarodnog olimpijskog Komiteta (MOK) da odloži Olimpijske Igre u Tokiju za jul 2021. godine. To je dovelo do pomeranja u kalendarima takmičenja za sezonu 2020/2021, učinilo takmičarsku godinu ispred nas izuzetno napornom sa organizacijskog aspekta i optereće-

nosti igrača i klubova, ali i nagovestilo da je neke stvari gotovo nemoguće predvideti.

Sa uverenjem da je sve moguće, Federacije i klubovi su ušli u sezonu 2020/2021. U skladu sa počeranim startom sezone, rukometni svet mora da se suoči sa ulaskom u trenažni proces posle najduže pauze u modernoj istoriji našeg sporta koja je trajala četiri do pet meseci. I dok se treneri bore sa situacijom u kojoj nikada ranije nisu bili, u sve težoj situaciji su profesionalni klubovi, koji su direktno osetili finansijske posledice prekida takmičenja, uskraćeni za prihode od prodatih karata i sponzora.

## Sezona počinje sa paradoksom

Sezona velikih izazova doneće, paradoksalno, veći broj utakmica za klubove u većini evropskih država. Naime, najjače evropske lige poput nemačke Bundesliga, francuske LidlStar ili španskog ASOBAL, odlučile su da omoguće proširivanje lige sa po dva najbolja tima iz drugoligaških takmičenja, tako da će povećati opterećenje klubova u situaciji kada gotovo izvesno neće moći da prihodu od prodaja ulaznica i ostalih marketinških aktivnosti koje donose utakmice na domaćem terenu.

Elitna takmičenja u nekim drugim zemljama doneća su promenu formata, pa će tako i povećani broj klubova ostaviti broj utakmica u okviru postojećeg ili ga smanjiti kao na primer u Srbiji, gde će se u Super ligi muškaraca takmičiti 16 umesto 14 timova, podeljenih u dve grupe po osam. Posle 14 utakmica u prvom delu sezone, po četiri najbolja tima doigravaće još 14 utakmica za titulu, dok će timovi od petog do osmog mesta, razigravati za plasman od devetog do 16. mesta. Takmičenje se nastavlja tako što se svi postignuti rezultati i osvojeni bodovi u prvom delu takmičenja brišu, a dalje takmičenje se odvija po dvostrukom bod sistemu. Dve najslabije plasirane ekipe izgubiće status A superligaša. Na taj način, umesto 32 u dosadašnjem sistemu, najbolji srpski timovi u borbi za titulu i plasman u evropske kupove, odigraće 28 utakmica u sezoni 2020/2021.

Nemci će do šampiona doći posle 38 kola u ligi od oktobra do juna, koja će tokom pauze iziskivati napore od igrača na Svetskom prvenstvu u Egiptu

(januar 2021.), olimpijskim kvalifikacijama narednog proleća, ali i tri EHF nedelje u kojima bi trebalo da se odigraju kvalifikacije za Evropsko prvenstvo 2022.

## Nemci neće bez publike

Razlog zbog koga su Nemci start sezone, i pored toga što praktično jedini imaju ligu od 20 klubova, pomerili za početak oktobra, jeste razrešenje situacije oko igranja pred publikom. Budžeti nemačkih klubova u ogromnom procentu oslonjeni su na prihode od prodaje karata. Procentualno to iznosi od 30% do 50% budžeta za sezonu, a neki klubovi su izneli i mnogo konkretnije procene.

Naime, čuveni Kil sa najvećom dvoranom u Nemačkoj (10.285 gledalaca) na svakoj utakmici pred svojim navijačima prihoduje 250.000 evra, odnosno, gubi ako sezona počne pred praznim tribinama. U takvim uslovima, igrači su prihvatili ponudu kluba da smanje plate za čak 50% do kraja kalendarske godine, s obzirom da tribine u gradu na Baltiku zvrije prazne od sredine marta. Većina klubova u Nemačkoj smanjila je plate za 30-40%.

Početak sezone vezan je za utakmicu Super Kupa između Kila i Flenzberga u Dizeldorfu, a klubovi već mesecima rade na „higijenskom konceptu“ za koji se nadaju da će omogućiti da barem 50% kapaciteta dvorana bude ispunjeno, što bi predupravilo finansijsku katastrofu.

O „bankrotu i kretanju sa amaterskog nivoa“ razmišljaju u Fukse Berlinu, a u Flenzbergu su otisli toliko daleko, da su zajedno sa svojim komšijama iz Kila, zatražili odlaganje početka sezone do januara, kada bi stvari mogle da dođu u potpunosti pod kontrolu. Iz dva najbolja nemačka kluba zatražili su i otkazivanje Svetskog prvenstva u Egiptu koje bi trebalo da se održi od 13. do 30. januara, s obzirom da će posle njega zdravstveni rizici biti još veći.

## Norvežani i Islandani bez Lige Evrope

Evropska sezona počela je 29. avgusta mečevima prvog kola muške Lige Evrope, ali ne bez problema. Dva norveška kluba, Haslum i Arendal, kao i islandski Valur, odustali su od nastupa u Evropi sa-

mo par dana pre starta obrazlažući to preporuka zdravstvenih institucija svojih država i troškovima testiranja koji su enormni.

Tako su švedski Kristianstad, poljski Azoty Pulavi i danski Holstebro, dok je francuski Eks morao da otkaže utakmicu na domaćem terenu sa španskom Bidasoom zbog karantina u kome se nalaze igrači posle pet pozitivnih testova na COVID19, pa će tako o plasmanu u drugo kolo odlučivati utakmica u Španiji 6. septembra.

Neizvesnost u situaciji pandemije dovela je do toga da Srbiju u sezoni 2020/2021 predstavljaju sa-



**Konfuzna situacija u kojoj rešenje nije ni na vidiku**

mo tri kluba – RK Železničar u muškoj, odnosno, ŽORK Jagodina i ŽRK Naisa u ženskoj konkurenciji.

## EHF „Zdravstveni protokol“

U takvoj situaciji postavlja se opravdano pitanje kako će funkcionišati i EHF Liga šampiona u obe konkurenkcije. Evropska rukometna Federacija potrudila se da se pripremi za sezonu objavljinjem protokola koji kazuje da će svi članovi timova morati da se testiraju najmanje 72 sati pre svake utakmice tokom sezone. Određena je i „crvena zona“ oko terena u kojoj niko neće moći da sto-

ji osim igrača i članova stručnog štaba. Konferencija za medije neće biti, a akreditovanim novinarima će se mjeriti temperatura na ulazu u halu, kao i navijačima. Svi koji budu imali veću temperaturu od 37.5 biće vraćeni kod kuće, dok predstavnici medija moraju i pismeno da garantuju da su COVID19 negativni.

## Egipat „nudi rešenje“, Danci se opštaju od EURO 2020

Predsednik federacije Danske, Per Bertelsen, navadio je da Danska gotovo izvesno neće ugostiti

narednog Evropsko prvenstvo za žene zajedno sa Norveškom, jer „takmičenje bez publike nije ekonomski isplativo“.

– Želimo da razrešimo ovu neizvesnost što pre. Prema trenutnoj situaciji, neće biti Evropskog prvenstva u Danskoj. Naš budžet to ne može da podnese – rekao je Bertelsen.

Ključ zarade na velikim takmičenjima je prihod od ulaznica, a prema sadašnjim merama, maksimalno bi moglo da bude 500 gledalaca na tribinama.

– Zabrinut sam, korona nas je koštala puno i

## Start liga

ASOBAL	2.9.2020.
LNH	24.9.2020.
BUNDESLIGA	3/4.10.2020.
SRLS	3/4.10.2020.

stvarno nema smisla održavati takmičenje bez gledalaca.

Organizatori su dobili subvenciju od EHF u visini oko 600.000 evra, ali to „nije dovoljno“ prema mišljenju prvog čoveka danskog rukometa.

Sada su sve oči uprte u državu koja bi trebalo, ili da finansijski garantuje za turnir, ili da dozvoli navijačima da pune tribine.

Iz Evropske rukometne Federacije negiraju da je opcija otkazivanje prvenstva, već da se razmatraju opcije sa manje ili više gledalaca na tribinama.

Ni iz Međunarodne rukometne Federacije (IHF) ne nagovještavaju da bi Svetsko prvenstvo za muškarce u Egiptu moglo biti otkazano. Predsednik IHF, Hasan Mustafa, rekao je da se nuda da će takmičenje, istorijsko po tome što će prvi put na njemu učestvovati 32 reprezentacije, biti odigrano uz prisustvo publike.

Iz medicinske komisije IHF objavili su plan po kom će se sve uraditi da se reprezentacijama omogući da budu bezbedne tokom turnira.

– Svi učesnici Svetskog prvenstva moraće da prilože PCR test ne stariji od 48 sati pre dolaska. Koristićemo princip „balona“ pa će tako svi koji budu u direktnom kontaktu sa igračima, sudijama i trenerima morati da se testiraju na svaka 72 sata. Imaćemo mesta u hotelima za ekipu, ali i određen karantin za sve koji budu pozitivni. Svi ljudi u halama moraće da nose maske. Kapacitet dvorana tokom turnira biće od 25 do 30%, socijalna distanca moraće da se poštuje i iznosi dva metra. Potpisali smo ugovore sa bolnicama koje su blizu svih dvorana, najduža vožnja do hitne pomoći biće 28 minuta, a imaćemo i 12 medicinskih ekipa angažovanih u samim dvoranama – kaže predsednik zdravstvene komisije IHF, Hazem Hamis.

Rukometna sezona početkom septembra je definitivno „jednačina sa puno nepoznatih“. Vreme će biti jedini sudija. ■

# IGRAČI SU SVE SVESNIJI značaja fizičke pripreme



**U**vrhunskom rukometu jedan od najpriznatijih stručnjaka za kondicionu pripremu je Kraljevčanka Marija Lojanica. Kondicioni trener mađarskog Vesprema u kome radi od 2018. godine na poziv trenera Davida Davisa, pre toga je bila deo Vardarove rukometne porodice u SC "Jane Sandanski" u Skoplju. Profesorka fizičke kulture svoje igracke rukometne dane provela je u rodnom gradu, da bi posle završetka Više trenerske škole kod profesora Dr Branimira Pokrajca, radila i kao trener u beogradskom Slodesu sarađujući sa Živojinom Maksićem i učestvovala i na reprezentativnim kapovima.

Karijera je odvela na drugu stranu, u potpunosti se posvetila fizičkoj pripremi, a posle par godina individualnog rada sa sportistima i praćenja karijere najbolje srpske teniserke Ane Ivanović, Lojanica se vratila u rukomet radeći sa Andreom Lekić i našim reprezentativkama, što je bila i prava preporuka za odlazak u Skoplje. O svojoj karijeri, a pre svega, radu u jednom od najboljih klubova na svetu, Marija je govorila za magazine 40x20.

**Vesprem je već početkom u prvoj polovini jula započeo pripreme za novu sezonu posle četvoromesečne pauze od prekida zbog pandemije korona virusa. Koliko je teško definisati rad u ovom vremenu...**

Ove sezone nismo imali tačno definisan pripremni period, klasičan, onako kako smo ga imali do sada. Morali smo da se adaptiramo na situaciju u prve dve nedelje pa onda da krenemo sa pravim bazičnim pripremama. Tu je moj najveći deo mog posla. Sada u bazičnom delu u kombinaciji sa rukometom radimo da ne dođe do povreda, jer momci nisu bili u pravom ritmu 4-5 meseci. To nam je bio prevashodni cilj, da ih uvedemo u pravi sistem treninga. Krenuli smo prvi jula, uvod smo napravili praktično tokom čitavog jula, a početak avgusta je označio početak bazičnih priprema. Sada su krenule i prijateljske utakmice.

**Svedoci smo da maltene svakog dana stigne vest da se neki igrač ili igračica teško povredio u pripremnom periodu. Imamo primere Estavane Polman, Johanesa Gole. Koliko je povećana opasnost s obzirom na pauzu koju su imali, netipičnu za karijeru jednog sportiste?**

Dosta sam razmenjivala mišljenja sa kolegama povodom toga, jer u literaturi toga nema, s obzirom da se po prvi put susrećemo sa ovakvom situacijom. To нико nije učio na fakultetu. Ovo je nešto skroz novo, stvar je trenera, adaptacije na sve ovo, kreativnosti i pametnih odluka. Razgovaram sa kolegama, tražili smo obrazac kako početi. Neke stvari kada se dese one nužno nisu posledica te duge pauze. Ne verujem da profesionalci nisu radili tokom pauze, sigurna sam da jesu, ali nedostatak ritma, kontakti, skokovi, promene pravca, dueli, to je nešto specifično što ne možeš da treniraš u „off sezoni“. Treba ih pravilno vraćati u ritam i adaptirati. Ne možeš biti 100% siguran da neće doći do povrede iako si napravio nešto na najbolji mogući način. Možda povrede kao posledica korone dođu kasnije, posle dva-tri meseca, možda će tada pauza izaći na videlo. Moramo da vodimo računa o svim stvarima, nema opuštanja, bez obzira da li je pripremni deo počeo dobro. Tek

nailazi pik koji treba da prebodimo. Dešavale su se povrede i ranije. Ništa ovo nije više nego što je bilo.

**Koliko, s druge strane, sportisti može da prija da ima 4-5 meseca pauze da se zaleči, odmori, motiviše...**

To je mač sa dve oštice. S jedne strane prija odmor da se zaleče povrede, upale, ono gde treba mirovanje. S druge strane, igrač u ozbilnjijim godinama, bez dobrog treninga, bez teretane, ne može da iznese ono što je mogao pre 10 godina. Igrači koji su stariji sve više vremena provode u teretani, da bi se održali i trajali. S jedne strane prija da si van treninga četiri meseca, ali će možda malo više propatiti da uđeš u pravi ritam. Razgovarala sam baš danas sa Laslom Nađom i zaključili smo da igrači koji dođu u kasniju fazu karijere, preko trideset, počinju da vodu računa o svom telu, da dolaze ranije, da se zagrevaju, da rade vežbe prevencije, paze na ishranu. To je kasno. Retki su mlađi igrači koji to shvataju, ali ide ka tome. U Vespremu ide ka tome, sve je jača ta svest. Nekima je pauza prijala. Tonesen je imao operaciju teticе, njemu je prijala pauza da se zaleči i da krene potpuno spreman u novu sezonu.

**Čitali smo da ste zadovoljni u kakvom su stanju igrači došli na pripreme. Da li je ta svest na optimalnom nivou?**

Kao i uvek, neke moraš da motivišeš, da ne kažem animiraš da bi radili malo više. Tu imamo problem nedostatka rukometnog treninga. Neki su se uželevili, neki su preterali sa treningom snage i trčanjem, a drugi su se malo uljuljkali, prijala im je pauza. Ima raznih primera, bila sam u kontaktu sa igračima, radili smo i za vreme korone. Dala sam im pauzu mesec dana, sve ostalo smo radili. Imali smo maj slobodan, a u junu su imali moj program koji su trebali da odrade do 13. jula kada smo se okupili. Momci su

došli puni energije, kažu da sanjaju loptu i rukometni teren. U tom momentu jako je bitno da ih na neki način zauzdaš, da ne dođe do nečeg neželjenog. Dosta sportista je radilo na sebi tokom ove pauze. Pričamo o profesionalnim sportistima. Iz svega moraš da izvučeš nešto pozitivno. Moraš da se boriš.

### Iz trenerskog iskustva, koliki je procenat onih koji mogu da izvuku maksimum i bez prisustva kondicionog trenera, a za koliko njih je potreban tutor na svakom treningu?

Uvek sam za to da moraš da gledaš igrača i budeš uz njega. U redu je poslati program tokom pauze, ali kada krene sezona, tu sam. Tako radim i to se pokazalo kao najbolje. Nikada ne znaš da li treba da promeniš neku vežbu, da izdозiraš, kako je došao raspoložen, da li je spavao, da li se posvadao sa ženom ili devojkom, u kakvim je problemima. Ti si tu da pratiš, dodaš ili redukuješ. Svaki moj papir na kome pišem treninge trpi prepravke. Retki su igrači koji to mogu da odrade sami kao da je trener tu. To je 5%, a to je malo. Ne kažem da drugi nisu profesionalci, u Vespremu imam 12-13 igrača koje mogu da ostavim i budem sigurna da će sve uraditi, ali drugačije je kada si ti tu. Kada ih poguraš, potenciraš na nešto, oni nisu „lifteri“, nego treba da to iz teretane prenesu na teren u funkciji rukometa. Oni nisu profesionalni dizači tegova, mene to ne zanima. Ako ima tehničkih nedostataka nije panika, on nije dizač tegova, već rukometar. Važno je da sve bude u funkciji rukometa i da te greške ne dovode do povreda. Igračima treba podrška, impuls, moraš da ih vodiš, motivišeš, moraš biti i rukometni, i kondicioni trening. Pričala sam sa Mošom (Momir Ilić) i slažemo se oko jedne stvari, koliko god znao i učio, ako ne osetiš ekipu u određenom trenutku, dosta toga pada u vodu. Petar Nenadić nije „gym maniac“, daleko od toga, ali sa Petrom moraš na poseban način da izvučeš maksimum iz svega. Nisam genije za teretanu i najpametnija, ali moraš imati osećaj da izvučeš najbolje iz svakog igrača. Sa Petrom radimo dobar posao. Jako je bitna interakcija sa igračima.

### Na čemu ste konkretno radili tokom prvih par nedelja pripremnog perioda?

Prve dve nedelje je bilo uvođenje, da ih testiram dokle su odradili moj program, kako bih mogla da napravim bazični deo priprema. Svaki trening je bio 30-45 minuta mog uvoda, plus teretana gde smo nastavili po programu. To su bile vežbine u izdržaju „time under the tension“, jačanje zglobova

mišićno-tetivnog aparata i osnaživanje. To je bio cilj prve dve nedelje, a na terenu miks dinamičke mobilnosti, kretnji, pripreme kukova, stabilizacija kolena, ramena. Usredsredila sam se na sve te stvari. Dosta smo imali trčanja u programu preko leta, nastavili smo samo po tom programu. Bilo mi je bitno da imamo dobra pluća da prebacimo na specifiku rukometa. Posle dve nedelje smo prešli na rukometni teren, nema više trčanja napolju.

### Koliko igrači realno trče i koje su to daljine?

Kada se rade rastrčavanja, onda imamo pola sata trčanja, po 15 minuta sa pauzom u kojoj radimo vežbe mobilnosti. Sva moja trčanja su od 4 do 5 kilometara zato što realno po statistici igrač to pretrči za vreme utakmice. Nemam duža trčanja od tri minute u intervalu. Oni jako lepo reaguju na sve to, lepo ulazimo u ritam, i dalje koristim princip koji im odgovara. Knjiga trpi, naučili smo jedno, a u praksi neke stvari ne mogu da idu. Moraš da nađeš neku šemu koja tebi i tvom timu odgovara. Intervalni rukometni treninzi, „side specific games“, igrice u uvodnom delu treninga, „tri na tri“ na smanjenom terenu. Mnogo lepše igrač reaguje na intervale sa loptom nego moje suvoparne. Posle dve nedelje bazičnog dela odmah prelazimo na rukometne intervale i to naravno u dogovoru sa trenerom. Onda on to prilagođava rukometnom treningu. Radili smo i sa gumama, elastikama, uvodili se u rukomet. Viskendi su bili slobodni, da se oporave, da organizam ne bude u šoku. Imali smo po sedam treninga u prve dve nedelje. Na taj način smo ušli u trening. Naravno da ima sitnih povredica, kolena reaguju, to je normalno, ali sve se rešava u hodu. Nadam se da neće doći do težih povreda, ne samo u Vespremu, nego bilo gde. To najviše želim, a ko je spreman, ko će da pobedi, videćemo. Bitno je da ostanemo zdravi.

### U timu je i 202 cm visoki Blaž Blagotinšek, ali i vihorni Dejan Manaskov. Da li imate dovoljno vremena da se svakom igraču posvetite dovoljno?

Trening moraš da organizuješ da bude funkcionalan i prilagođen igraču. Igrači ne vole testiranja, testiram ih kroz sam trening, skoro i da ne primete da su testirani. Trčanja moraju da se odrade testirajući, to nije strašno. Imam u teretani neku bateriju, odredim maksimume za svakog, svako ima svoju grupu, svako ima svoj papir, šta treba da radi, oni su naučeni svemu tome. Nisu to nikakve čudne vežbe, već bazične koje treba stalno da radimo. „Keep it simple“ (uprostite stvari), nije pro-

blem prilagoditi vežbe bilo kom igraču. Blaž ima svoju grupu teškaša zajedno sa Sambom (Rožerio Moraeš) i Andreasom Nilsonom. Imamo laganje grupe, ima vremena da obratim pažnju na svakog. Cela ekipa nikada ne radi zajedno, podeljeni su na grupe od devet igrača, tako da ima vremena da objasniš nešto, doteraš, ne treba mi 300 pari očiju, stižem sve. Hoću da budem kako treba, nije problem odvojiti dva sata za teretanu prepodne.

### Koliko traje radni dan?

Dugo, dugo, ali ako hoćeš da radiš kako treba, moraš imati odričanja. Može trener sebi da napravi laganje, ali ne mogu tako sebi da budem čista u glavi. Nije to ono pravo, ako može da bude perfektno, zašto i da ne bude? Traje dugo, radim i sa Vesprem akademijom, dan mi je dugačak.

### Da li ste uvek sa ekipom?

Obavezno, tako smo postavili stvari. Trener David me je pitao, rekla sam da želim da budem sa ekipom. Sa Vardarom sam ostajala u Skoplju, tek od četvrtfi-

nala sam išla sa njima. Nije lepo gledati svoju ekipu na TV-u. Volim da sam deo toga, da zaokružim svoj deo posla. Nikada ne znaš kako će ko da se probudi, kakav problem može da se pojavi, svaki hotel ima teretanu i mogućnosti. Kondicioni trener treba da bude deo ekipe, zagrevam ih pred utakmicu, pred svaki trening i teretanu. To je mojih 10 minuta, bez bilo kakvog uvoda sa mnom ne kreću. Idem na sva gostovanja u svim takmičenjima. Takav je dogovor i to je logično. Moraš biti deo ekipe svuda gde ide.

### Koliko ostaje vremena da trenirate sami?

Moraš da radiš, da si u formi, da tehnički perfektno demonstriraš sve vežbe, na takav način se stiče autoritet, dokazivanjem da se može. Ni jedan trening ne dam momcima dok ga sama ne odradim. Uvek moram da odradim taj trening, pa onda oni. Moraš da stigneš i da se edukuješ, što mi je najbitnije. Non-stop se nešto novo dešava, non-stop napreduje nauka, ako izgubiš ritam, mesec dana, već dosta kaskaš. Dok se putuje, ima vremena za čitanje.

• • • •



**Kroz godine u vrhunskom rukometu, da li rukometaši menjaju svoja razmišljanja i shvataju značaj svog tela?**

Menja se, sve više ljudi posvećuju pažnju ishrani, teretani, ritmu treninga, traže savete, angažuju nutricioniste. Na primer, Ilija Abutović je operisao devijaciju koja ga je mučila godinama, biće 30% bolji u svemu. Tražio mi je kontakt nekog nutricioniste, krenuo je da se hrani drugačije, radi određene vežbe disanja, već se oseća dosta bolje. Trudi se da istraje o svemu tome. Cupara se poboljšao, živimo u istoj zgradici pa smo za vreme izolacije iznosili teretanu u dvorište i vežbali. U ritmu je spavanja, ishrane, jako odgovoran. U Vespremu imamo ženu koja sprema adekvatne obroke posle treninga, u hali ili teretani. Napravili smo korak napred. Ishrana je veoma bitna, a to kasnije dolazi do izražaja. Dosta mlađih igrača dolaze u te vode, kultura odlaska u teretanu i značaja iste je jako bitna za rukomet. To sve više mlade igrače interesuje.

**Svedoci smo da su česta svedočenja sportista koji izbacivanjem mesa iz ishrane dovođe sebe energetski u bolju poziciju. Kakvo je vaše mišljenje o tome?**

Imam i u klubu primer. Kentin Mae izbacio je dosta mesa iz ishrane, nije vegan, ali vodi dosta računa. Dobro se oseća, i ja lično nisam mesožder, redukovala sam, imam mnogo više energije i mnogo sam zdravija. Ima smisla, ali da bude pravila odnos ugljenih hidrata i proteina. Ne smatram da je to nešto loše, samo da se zadovolji energetski dnevni unos. To je sve individualno. Ne odgovara svakom. Blagotinšek voli meso i da ne pojede biftek ne bi bilo to to. Onoliki čovek bez mesa. Podržavam da se neke stvari probaju, ali u domenu normalnosti, da ne bude nekih loših „fidbekova“.

**Kako se žena nalazi u muškom rukometnom klubu? Da li joj je lakše nego u ženskom?**

Umalo su me linčovali kada sam rekla da je lakše sa muškarcima, ali zaista je tako. Žene su osjetljivije, ulaze više sa emocijama, dok muškarci odraduju posao. Muški realnije pristupaju problemu, žene vole u detalje, puno pričaju o tome, dok muškarci traže srž problema i rešavaju ga. Lakše se vraćaju u normalu posle stresnih situacija. Iskreno, i ne primećujem da sam sama u svemu tome. Jedino kada odemo na neku večeru ili pripreme, pa shvatim da sam jedina žena među 30 muškaraca. To deluje čudno sa strane, ali lepo se osećam među njima. Oni me jednako doživljavaju. Ne treba imati neku



Posle treninga Vesprema otišla sam u Đer da se vidim sa Kaćom Bulatović. Stigla sam na trening, sedela na klipi i to je bilo potpuno drugačije. Bilo mi je čudno, kao da je neko uključio rukomet u drugu brzinu. Muški rukomet je baš ispred ženskog.

**Postoje li igrači ili igračice koji vas svojim odnosom prema radu ili predispozicijama inspirišu i dodatno motivišu?**

Lepo je raditi sa velikanimi, Arpadom Šterbikom, Timurom Dibirovom, kada bih spominjala sva imena, sigurno bih nekog zaboravila.

**Ko je najsnazniji rukometaš sa kojim radite?**

To je Blagotinšek, Blaž je trenutno najjači čovek sa kojim radim. Veliki profesionalac, preozbiljan za svoje godine. Juče smo radili bendž sa 180 kg, tri ponavljanja plus koliko ko može. On može još 10 i to lagano ide. Čučanj mrtvo dizanje 230kg, prednji čučanj radi tonusa 110-120kg. Morala sam prošle godine da nosim dodatne tegove na pripreme da bismo imali dovoljno za celu ekipu. Isto tako Nilson, od 150kg na pa više. Moraš naći dovoljno tegova da bi ih namirio. Stvarno je nezahvalno pričati, ali Andrea Lekić je profesionalac nad profesionalcima. Radili smo od 2011. godine, pa u Vardaru, i danas se konsultujemo. Jovanka Radičević je fenomen, ne odstupa od zacrtanog, to se vidi na terenu, ishrana, spavanje, ritam, to se maksimalno poštuje. Svako od njih je ličnost za sebe. Ima stvarno fenomenalnih sportista. Rasmus Lauge je momčina za primer, kako treba da se ponašaš na treningu, van treninga. Ljudi vode računa o telu jer im telo donosi novac. Od toga žive, shvatili su to tako. Mi kaskamo za Slovencima i Hrvatima što se tiče edukacije u samoj teretani, ali ih pristižemo.

**Da li su svi planovi vezani za Vesprem?**

Posle mesec dana naše saradnje u Skoplju, David Davis mi je rekao: „Marija, gde god da idem, zvaću te da radimo zajedno.“ To tada nisam ozbiljno shvatala, Raul Gonzales je bio prvi trener i nisam razmisljala u tom pravcu. Kada je Davis otišao u Vesprem, pozvao me je i pitao da dođem. Znate i sami da situacija u Skoplju nije bila sjajna. Rekla sam da želim prvo da završim posao ovde i dogovor sa gazdom. Došla sam u Vesprem. Sada su mi ponudili ugovor na 3-4 godine, da radim i sa mlađima u njihovoj Akademiji. Fokusirana sam maksimalno na svoj trenutni angažman – zaključuje Marija Lojanica na kraju razgovora za 40x20. ■

# Ukinuti ga što pre, rukomet je NAZADOVAO!



**D**a li je pravilo koje omogućava igru „7 na 6“ uvedeno 2016. godine pomoglo rukometu da bude atraktivniji ili urušilo osnove našeg sporta? Magazin 40x20 u saradnji sa najstarijim rukometnim nedeljnjkom na svetu, nemačkim Handball Woche, donosi najzanimljivije stavove najpriznatijih svetskih trenera koje su izrekli u velikoj anketi koja za cilj ima jasnu poruku da se nešto mora promeniti kako bi se sačuvala esencija našeg sporta.

Velika većina od 39 TOP trenera (njih 30) smatra da bi ovo pravilo trebalo ukinuti iz raznoraznih razloga, o kojima su govorili. Donosimo najinteresantnija razmišljanja ljudi koji su obeležili prethodne dve decenije u svetskom rukometu. Osvajač EHF Lige šampiona sa skopskim Vardarom, sada trener najskupljeg tima u istoriji rukometa, francuskog Pari Sen Žermen, Španac **Raul Gonzales**, jedan je od „protivnika“ ovog pravila:

– Ne volim rukomet kada se koristi sedmi igrač. To je dosta promenilo stil igre u odnosu na ono što je za mene rukomet bio pre tog pravila. Ako igrate 7 na 6 kratko, recimo pet minuta, to može biti atraktivno za publiku, ali ako ga koristite kao što to treneri rade, onda je igra manje atraktivna. Ideja rukometa se kompletno promenila. Nema kretanja, nema akcija 1 na 1, samo se dodaje i golman trči da se zameni na vreme. To je totalno drugačija igra – kaže Gonzales i dodaje: – Rezultiralo je time da morate da se prilagodite, bez obzira da li vam se novo pravilo dopada ili ne. Pravilo postoji i morate da ga koristite, jer će tu opciju koristiti i vaši protivnici. Na vama je da doneSETETE odluku da li ćete i u kojoj meri koristiti to u igri, ali glavno pitanje ostaje da li je kompletna utakmica sada atraktivna za publiku i TV ili ne?

Španac ne vidi atraktivnost ni u postizanju golova na prazan gol bez golmana...

– Na početku je bilo zabavno, ali ne vidim da je to nešto posebno atraktivno.

## Gonzales je za promenu pravila...

– Da, apsolutno, promenio bih ga bez razmišljanja. Smatram da golman treba da ostane na golu. Kada imate brojčanu prednost zbog isključenja na dva minuta, to je već situacija u kojoj imate superiornost, dok ako igrate 7 na 6 to traje tokom čitavog meča. Agresivne odbrane će nestati poput 3-3 ili 5-1.

Ni dvostruki osvajač EHF Lige šampiona sa španskom Barselonom, Ćavi Paskval, koji vodi najtrofejniji rukometni klub svih vremena od 2009. godine, nema pozitivno mišljenje o pravilu uvedenom 2016. godine.

– Pravilo je uvedeno kao način da se traže neke nove perspektive, a ono što smo dobili je promena esencije našeg sporta što ga je učinilo manje atraktivnim. Smatram da brojčana prednost treba doći kao posledica samih dešavanja na terenu, a ne nekim pravilom. Volim kada se to osvoji tokom same utakmice. Igra 7 na 6 omogućila je da to bude opcija, ali nije promenila stil igre Barselone. Utakmice su postale sporije i to mi se ne sviđa. Preferiram brzu igru, brzinu, ali pravila te usmeravaju. Rukomet treba da stvara drugu vrstu zanimljivosti koju donose drugačija pravila. Ako me pitate da li bih ga ukinuo, rekao bih vam „odmah“.

## Narušena osnovna ideja našeg sporta

Dugogodišnji selektor reprezentacije Belorusije, jedan od najcenjenijih stručnjaka u svetu rukometa, Jurij Ševcov, takođe se izjasnio protiv uvedenog pravila.

– Nismo dobili atraktivniju igru, rukomet se igra 6 na 6 bez konstantne prednosti jednog tima. Dovoljno golova se postiže u rukometu, a golovi na prazan gol su sve, samo ne atraktivni za navijače. Ne razumem ideju koja je IHF vodila ka ovakvom pravilu? Ne znam o čemu pričaju. Brzi centar je doneo više golova, nema potrebe za dodatnim igračem. Jednostavno je, nemate više pravi napad, ni pravu odbranu. U napadu nema više kretnji, samo pasovi levo desno, i u nekom trenutku igra na pivotmena. U slučaju da dođe do znaka za pasivan napad, neko se odluči da šutne i sa bekovske pozicije. To više nije rukomet. Odbrana samo stoji na šest metara, jedino 6-0 i postoji kao opcija. Povrh svega, isključenje na dva minuta više nije kazna, jer novi igrač može odmah da uđe. U najgorjem slučaju, možete odigrati samo jedan napad tokom ta dva minuta, a to nije suština igre.

Iskusni stručnjak ne misli da je uvedeno pravilo pomoglo slabijim timovima...

– To jeste prednost u napadu za slabije timove protiv jakih odbrana, ali u rukometu se pobeduje dobrom odbranom. Ne smatram to nekim rizikom kada igrate bez golmana. Igrali normalno ili uz dodatnog igr-

ča, kada gubite, svejedno je, ne zovem to rizikom. Ako izuzmem Porto i reprezentaciju Portugala, kao jedine „slabije timove“ koji konstantno igraju 7 na 6. Ne vidim atraktivnost ni u postizanju golova u nebranjenu mrežu. Sve je, samo ne atraktivno za gledače. Ako primite tri gola na taj način u nizu, postajete nervozni. To ne bi tako trebalo da bude, to nije suština rukometa. Golman bi trebalo da stoji na gol liniji, to je osnovna ideja našeg sporta. Gađanje sa gola na gol nema nikakav pozitivan efekat. Ovo pravilo bih ukinuo, nije nam potrebno, potrebna su nam jednostavna pravila koja igru čine daleko atraktivnijom.

## Rukomet je igra sa šest igrača i golmanom

Jedan od najpriznatijih trenera sa prostora bivše Jugoslavije, sada u ulozi selektora reprezentacije Rusije, Velimir Petković, jasno je protiv pravila kojim se htela povećati atraktivnost igre.

– U pravilima rukometne igre lepo stoji da je rukomet igra sa šest igrača u polju i golmanom, a ne 7 protiv 6. Uvođenjem ovog pravila rukomet je postao kompletno drugačija igra i zasigurno ne više atraktivna. Često razgovaram sa kolegama o tome da rukomet mora da teži većoj atraktivnosti, ali ovo nije način, nije moguće sa ovakvim pravilom protiv čijeg uvođenja sam uvek i bio. Neke stvari su postale lošije po pitanju same igre, kao na primer, suspenzija koja je uvek predstavljala prednost za suprotni tim. To više nije slučaj, što znači da je ideja kažnjavanja praktično nestala. Rukomet je sport sa golmanom, a ne bez. Pravilo je uništilo i kreativnost igrača. I još nešto, što nije manje važno, teren je dizajniran za šest napadača i odbrambenih igrača, sa sedmoricom u napadu nema prostora za kretanje. Igrači jednostavno nemaju dovoljno prostora. U 90% situacija 7 na 6, nema kretanja u napadu, lopta se samo dodaje, igrači stoje. Napadači čekaju grešku odbrane, ne postoje situacije 1 na 1 koje čine rukomet zanimljivim. Ne postoje individualne ni kolektivne akcije za pravljenje viška. Odbrana je limitirana, sve se svodi na 6-0, ni jedna druga varijanta ne postoji, što je takođe bazična ideja, da ima-

• • • •



mo razne defanzivne sisteme. To limitira taktičke mogućnosti trenerima.

Nekadašnji trener mnogih bundesligaških klubova, nastavlja da sipa negativne efekte pravila uvedenog 2016. godine.

– Igra 7 na 6 donosi prednost slabijim timovima ako je igraju stalno, ali navijači ne žele da gledaju takav rukomet 60 minuta. Kako objasniti gledaocu da igrač gađa na prazan gol sa 40 metara, a golman sedi na klupi? To nema veze sa rukometom, to je degradacija našeg sporta i pravilo koje nikome ne treba. U košarci svaki dobar šut je pogodak, u rukometu to nije tako, jer mi imamo golmane. Umanjuje se uticaj dobrih golmana u našem sportu. Pravilo bih ukinuo istog momenta – izričit je Petković.

### Loša odluka IHF

Osvajač osam pehara EHF Lige šampiona kao igrač i trener, šef stručnog štaba poljskog Lomza Vive Kielcea, **Talant Dušebaev**, takođe je negativan povodom ovog pitanja.

– To nije bila dobra ideja, rukomet se promenio na gore. Ako pogledate timove poput Španije, Egipta ili Argentine, ovakvo pravilo im je oduzelo mnoge mogućnosti u njihovim sistemima. Argentinci su igrali sjajnu 3-2-1 odbranu, ali to sada ne mogu jer ekipe protiv njih igraju konstantno 7 na 6. Rukomet nije rukomet bez golmana, odbrana mora da se poštuje. Ovo pravilo je taktički ukinulo mnoge opcije u rukometu, igra 1 na 1 je izgubljena. Sve je na jakoj odbrani, velikim igračima koji ne moraju da se puno kreću. Isključenje više nije kazna ako protivnik odmah može da uvede igrača na teren. Taktički dobri timovi su na gubitku. Moj zahtev je da se pravilo ukine, to nije bila dobra odluka IHF i treba je preispitati.

### Nije ga trebalo ni uvoditi...

Iskusni španski stručnjak **Manolo Kadenas**, trenutno strateg Ademar Leona, nekada vicešampion Evrope sa selekcijom Španije, protivnik je pravila „7 na 6“.

– Esencija i tradicija našeg sporta izgubljene su primenom ovog pravila. Osnovna idea igre se promeniла. Rukomet kao sport ima dosta situacija nejednakosti i ubacivanje dodatnog igrača veštački, uvođenjem novog pravila, ne čini mi se kao adekvatan potez. Moj stil igre se menja u skladu sa specifičnošću momen-

ta, ali ne kao predodređeni model. U odbrani morate da se adaptirate na igru protivnika, tako da je veliki hendikep što ne možete igrati agresivnije odbrane, izgubljena je taktička težina igre. Ne vidim ko ima koristi od toga? Osnovna stvar u rukometu je šut na gol koji brani golman. Ovako plaćate za greške u napadu bez mogućnosti da to ispravite dobrom odbranom ili odbranom golmana. Pravilo nije trebalo nikada ni da bude uvedeno bez konsultacije sa svima u rukometnom svetu. Treba ga ukinuti što pre.

### Sve odbrane osim 6-0 ne postoje

Dvostruki uzastopni evropski šampion sa selekcijom Španije, **Žordi Ribera**, ovakvog je mišljenja.

– Sa ovakvim pravilom jako teško je koristiti neki drugi defanzivni sistem, otvoreni ili kombinovani. U našem sportu bilo je moguće kombinovati stilove u odbrani ili napadu. To nije slučaj u drugim sportovima. Na međunarodnom nivou možemo videti razlike između igrača – neki timovi imaju visoke i jake pojedince, neki su niži, ali brzi i eksplozivniji. To su odlike fizičkih karakteristika igrača u određenim zemljama. Svaki tim je mogao da koristi sistem u kome će iskoristiti svoje potencijale na najbolji mogući način. Korišćenje sedmog igrača poništilo je stilove u igri, pogotovo kod onih timova koji zbog svojih fizičkih predispozicija su morali da igraju otvorene defanzivne sisteme. To traži od njih da ih modifikuju. Činjenica da timovi neće biti u brojčanom zaostatku u slučaju isključenja, daje im za pravo da podignu nivo snage u odbrani, znajući da isključenja neće dovesti do smanjenja napadačkog potencijala. Mnoge države koriste duboke defanzivne formacije u razvoju mlađih igrača, tako da je sada i metodologija rada dovedena u pitanje. Ne vidim da je došlo do povećanja atraktivnosti, naprotiv, publika ne želi da gleda igru bez golmana i postizanje golova na prazan gol. Smanjena je raznovrsnost napada, igra se sa dva pivotmena, što krila i kružne napadače tera na striktnu pozicionu igru.

Nekadašnji trofejni reprezentativac Švedske, a kasnije i selektor reprezentacije, sada na klupi Finske, **Ola Lindgren**, deli slično mišljenje.

– Golovi na prazan gol ne čine rukomet atraktivnijim sportom. To nije dobro za naš sport. Napad se svodi na to da jedan igrač mora biti slobodan i taj trenutak se čeka. Taktičke varijante su nestale. Mnogi taktički elementi su nestali, trenerima su oduzete mnoge



Ćavi Paskval

opcije. Možda sam staromodan, ali koristim 7 na 6 samo kada želim da preokrenem utakmicu i rizikujem. Ovo pravilo daje mogućnost slabijim timovima, jer jači to i ne igraju. Oni pobeduju na drugačiji način. Porto sa Magnusom Andersonom i selekcija Portugala su jedini timovi za koje znam da igraju uspešno 7 na 6. Dosadno je bacati loptu u nebranjenu gol konstantno. I sam kontranapad gubi na važnosti, a igrač protiv golmana, to je jedna od osnovnih ideja rukometa. Treba se oslobođiti tog pravila. Možda napraviti kompromis pa ostaviti opciju ako ekipa gubi 10 razlike ili ograničiti to na poslednje minute utakmice.

### Opasnost od povređivanja golmana

Osvajač EHF Lige šampiona sa ČSM Bukureštom koji je dva puta dolazio do polufinala Svetskih prvenstava na klupi Poljakinja, Danac **Kim Rasmussen**, smatra da je igra 7 na 6 usporila rukomet.

– Tim koji je u napadu mora da čeka sedmog igrača. Mogu da kažem samo jedno veliko NE kada me pitate o povećanju atraktivnosti. Igra se nije promenila previše, ali imamo manje kretanja, imamo manje igre 1 na 1 i posebno krila se više ne kreću već samo stoje. Ona ne rade ništa. Rukomet se igra u stilu i brzini iz osamdesetih godina prošlog veka. mnogo stajanja, dodavanja i igrača koji ne menjaju pozicije. Novo pravilo je korak unazad. Igrači su

manje kreativni, individualni kvaliteti padaju, taktika postaje više sistematizovana, kreativnost trenera je nestala. Ne postoji više momenat "hajde da nađemo način da postignemo gol", nego "hajde da sačekamo grešku napada da postignemo gol u nebranjenu mrežu."

### Vreme koje se gubi je dragoceno...

– Još uvek igram 6 na 6, ali naravno, moram da pripremim ekipu za situacije 7 na 6 i 6 na 5. Trošimo vreme koje je trebalo da posvetimo individualnom razvoju igrača. Timovi ne mogu da vežbaju deset sati dnevno, tako da moram da odlučim šta želim. Selektori reprezentacija su u još težoj situaciji jer imaju manje vremena. Nema razvoja više. Generalna strategija mog rada se promenila. Bilo bi lepo da se treneri dogovore da jednostavno ne koriste ovo pravilo i razvijaju rukomet u drugom pravcu. IHF uvek kaže da je ovo šansa za slabije timove da smanje razliku, ali prepoznajem totalno drugačiji razvoj situacije. Jači timovi igraju bolje, slabiji timovi jednostavno ne mogu da isprate igru 7 na 6. Primer vam je utakmica Norveške i Švajcarske u kvalifikacijama za EURO 2020, kada je Hergelsson tražio od devojaka da prestanu da postižu golove u nebranjenu mrežu. Jaki timovi su jaki sa ovim ili bez ovog pravila. To je sramota za naš sport. Ko želi da gleda ove golove? Gde je lepota tih golova? To je trošenje vremena. I ka...

da samo 50% ovih šuteva bude uspešno, profesionalci ispadaju kao amateri. Kao da Šekil o' Nil šutira slobodna bacanja. To nije dobro za rukomet, zašto onda to radimo? Pravilo treba ukinuti i pustiti nas da igramo stari-dobri rukomet. IHF i EHF nam kažu da je zdravlje igrača na prvom mestu, a od kako su uveli ovo pravilo imali smo samo nekoliko teških povreda golmana koji su udarali glave u stativu i ostajali bez svesti, lomili noge ili kidali ligamente kolena, kao francuski golman Laura Glauzer na primer. Sve povrede su se desile prilikom sprinta golmana sa klupe na gol. To je još jedan razlog za ukidanje. Ovo pravilo je ekstremno opasno po golmane. Ako treba naći kompromis možda treba suspendovati pravilo tokom isključenja od dva minuta ili uvesti određeni broj napada u kojima može da se koristi. Rukomet se lepo razvijao pre 2016. godine i ima pravila, poput brzog centra ili pravila poslednjih 30 sekundi koja su korisna, ali molim da se ovo ukine.

### Dosadno je...

Čovek koji je osvojio sve u rukometu – olimpijsko, svetsko i evropsko zlato, selektor reprezentacije Norveške, **Torir Hergeirson**, takođe je negativan prema igri 7 na 6.

– Rukomet nije postao atraktivniji. Njegovi osnovni principi su igra 6 na 6 koja dovodi do pozicija 1 na 1 ili 2 na 1. Sa novim pravilom igrači nemaju dovoljno prostora za tako nešto, moraju biti precizniji i sigurniji kada je igra 7 na 6 u pitanju. Rukomet je postao složeniji, samo najbolji igrači mogu da donesu prave odluke. Samo najjači timovi sa igračima poput Duvnjaka, Hansena i Sagosena mogu da profitiraju, jedino takvi profili mogu da donose prave odluke u situacijama 7 na 6. Ostali igrači samo dodaju, smanjio se procenat slobodne igre, rukomet je postao mehanika. Kada gubite osam razlike onda je 7 na 6 dobra opcija, ali golman mora biti u fantastičnoj kondiciji, a igrači više fokusirani na anticipaciju događaja i trčanje. Kao odbrambeni tim morate se navići da napad troši puno vremena, kao što smo videli na polufinalu EURO 2020 između Hrvatske i Norveške. Hrvati su jedino mogli da pobede tako što su izbacili pojам brzine iz utakmice, taktički je bilo briljantno za njih što su odigrali 7 na 6. Na tom primeru vidite da ovo pravilo ubija brz rukomet i smanjuje brzinu utakmice. Sudije moraju da budu fokusirane jer napadu se daje previše vremena kada su situacije 7 na 6 zbog svih tih promena. Na početku, slabiji timovi su imali više šanse, ali su se kvalitetni timovi br-

zo adaptirali na novu situaciju. Prednost za slabije više ne postoji. Početna ideja IHF bila je da učini rukomet atraktivnijim, ali ko želi da gleda kako se šutira na prazan gol? Dosadno je, nije interesantno za navijače. Nisam protiv ovog pravila, prihvatom ga kao jednu taktičku varijantu, ali neke promene moraju biti izvršene.

### Za 10 godina niko se neće sećati rukometa kakav je bio

I legendarni **Alfred Gislason**, osvajač EHF Lige Šampiona sa Magdeburgom i Kilom, sada u ulozi selektora reprezentacije Nemačke govori o usporavanju igre....

– Rukomet je sada sporiji, treneri su izgubili taktičke varijante pogotovo u odbrani, ako se ovako nastavi, za 10 godina niko se neće sećati kakav je rukomet u stvari bio, 6 na 6 sa puno napadačkih i odbrambenih opcija. Rukomet nije atraktivniji, naprotiv. Treba ukinuti ovo pravilo. Ako želite da zaštite rukomet, onda to treba uraditi. Rukomet je atraktivni kontaktni sport koji živi od

.....



**30 od 39 trenera želi da se vrati staro pravilo, četiri trenera smatra da bi trebalo naći novo, a pet da zadrži postojeće.**

### NAJAVAŽNIJI ARGUMENTI I NJIHOV BROJ:

#### Protivnici pravila:

- 23 misli da dvominutno isključenje više nije kazna
- 22 misli da je igra postala sporija i manje dinamična
- 22 smatra šut na prazan gol neatraktivnim
- 21 misli da je rukomet postao manje atraktivan
- 17 smatra da se osnovna ideja rukometa promenila negativno
- 15 smatra da su taktičke varijante ograničene
- 14 je mišljenja da više nema agresivnih odbrambenih formacija
- 12 smatra da više nema igre 1 na 1
- 11 smatra da je igra dosadna
- 9 misli da postoji manje kreativnosti u napadu
- 7 smatra da se odbrana igra snažnije jer nema konsekvenci s obzirom da odmah možete da uvedete igrača uprkos isključenju
- 6 misli da postoji negativan uticaj na trening / razvoj mlađih igrača
- 6 smatra da je došlo do degradacije pozicije golmana
- 6 smatra da nema dovoljno mesta za sedam igrača u polju, teren je jednostavno mali
- 6 smatra da sudije dozvoljavaju preduge napade 7 na 6
- 5 potencira povećani rizik povređivanja golmana
- 5 da se gubi vreme na treningu namenjeno važnijim elementima
- 5 smatra da slabiji timovi nemaju prednost

#### Treneri koji podržavaju pravilo:

- 7 smatra to dodatnom taktičkom varijantom
- 3 smatra da slabiji timovi imaju veće šanse
- 2 smatra da dolazi do kreiranja novih profila igrača

duela 1 na 1 i 2 na 2. Ako protivnički tim dobije isključenje, to znači nagrada za dobar napad, a ne ovako. Sa brojčanom prednošću bez suspenzije, osnova rukometu se izgubila. Šta se želi sa ovim pravilom? Možda sam staromodan, ali želim povratak na staro, pogotovo kada pomislim na šuteve s gola na prazan gol. To ne čini rukomet lepšim. Možete igrati 7 na 6 kada vam ništa ne ide, ali da igrate čitavu utakmicu ili turnir tako, to nije rukomet koji volim. Neću i ne želim da koristim ovu mogućnost konstantno. Ako se nastavi, u budućnosti ćemo imati igrače bez ikakve kreacije i razumevanja "normalnog" rukometa. Defanzivni sistemi su takođe promjenjeni. Ne morate biti pametni kako bi nadmudrili protivnika. Postoje igrači, poput Andija Šmida, koji perfektno mogu koristiti ovo pravilo, ali želim drugačiji razvoj za naš sport. Sa novim pravilom, rukomet se usporio, to mu oduzima kvalitet, baš kao i taktičke varijante. Nema kontakta, više je kao rukomet na pesku, manje eksplozivan nego ranije. Pogotovo na treningu mlađih kategorija bih zabranio da se koristi zato što mladi moraju da nauče kako se rešavaju situacije 1 na 1 i da razumeju igru.

Gislason se zalaže za veće uključivanje trenera u proces....

– Treneri moraju biti više integrисани u procese razvoja pravila igre. Pre svakog EP ili SP imamo video materijale od sudija koji govore o tome na šta će se obratiti pažnja, ali posle turnira nemamo evaluaciju kako je bilo i kako treneri vide te odluke. Pravila moraju biti jasnija za navijače, trenere i igrače. Učiniti posao sudijama lakošć. To je i važnije od toga da li ćete omogućiti nekome igru 7 na 6.

## Červar i Jakobsen ne vide problem...

Olimpijski i svetski pobjednik sa Hrvatskom, iskusni Lino Červar, ima interesantno zapažanje povodom ovog pitanja.

– Još važnije pitanje je kako amaterske sude je vode igru profesionalaca i kako su stalno oni u fokusu iako bi

to trebalo da budu igrači? Mnoga pravila treba preispitati kako bi rukomet postao atraktivniji. U svakom slučaju mislim da je pravilo sedmog igrača u polju bila dobra odluka koja može unaprediti rukomet. Omogućuje slabijim timovima da budu bolji, to čini igru balansiranjem, taktički limitirani treneri dobijaju veću šansu. Znam da ne delim mišljenje većine, po meni igra 7 na 6 povećava kreativnost igrača jer moraju više da rade kao tim, a ne da budu samo individualno jaci. Najvažnije je da EHF i IHF češće slušaju tretere po raznim pitanjima, da diskutuju sa njima na izgradnji strategija za budućnost rukometu.

Poput Červara, i osvajač svetske krune sa Danskom, Nikolaj Jakobsen, protiv je izmene postojećeg pravila...

– Ne znam da li je rukomet postao atraktivniji, ali su timovi bliže sada. Slabiji timovi imaju više šanse, imate više neizvesnih utakmica. Ne vidim da se osnovna ideja promenila. Ne vidim ni da puno timova igra sa sedmim igračem u polju. To je samo jedna taktička varijanta koju treba pripremiti. U odbrani se trener priprema intenzivnije. To je izazov za svakog od nas. Morate drugačije da razmišljate. Ne znam da li slabije timove čini jačim, ali ne vidim ni da mnogo ekipa dovodi do velikog benefita igra 7 na 6. Ne vidim profit za trenere koji riskiraju i igraju bez golmana. Bio bih zabrinut da svi timovi igraju to konstantno 60 minuta i da svi golovi padaju u praznu mrežu. To, međutim, nije tako. Ne vidim veliki rizik i uticaj na rukomet kao igru. I ne vidim to kritički kao mnogi drugi treneri. Ne bih promenio pravilo.

Lino Červar



Treneri koji sada igraju 7 na 6, igrali bi i dalje koristeći "marker" da zamene golmana. Rajn Nekar Leven je to radio sa Andijem Šmidom, Gislason je to radio sa Kristijanom Šprengerom u Kili. To ne menja stvari.

## Šta ćemo učiti decu?

Trener mađarskog Vesprema, **David Davis**, nema lepo mišljenje o pravilu koje je omogućilo igru 7 na 6...

– Nisam zadovoljan, nismo dobili veću atraktivnost i dinamiku. Slušao sam šefa IHF komisije koji je pričao o većoj dinamici u igri, manje zaustavljanja i prekida.

Od kako je pravilo usvojeno, rukomet ide u totalnoj drugom pravcu. Rukomet je poznat po jakoj odbrani, jaki momci se bore na liniji 6 metara ili gledamo dobre fintne. Sa pravilom 7 na 6 jedino što vidite je šut u praznu mrežu s gola na gol. Ako po prvi put razmislimo o ljudima koji to gledaju, onda bi trebalo da ukinemo pravilo. Rukomet se drastično promeni. Imam dvanaestogodišnjeg sina. Ako u budućnosti vidimo samo rukomet 7 na 6, neću ga više učiti da fintne

ra 1 na 1, da ukršta, da pravi viškove, jer već imać jednog igrača više na terenu. Šta je ideja napada u kome imać igrača više? Šta je ideja šutiranja na gol bez golmana? Timovi igraju sporo, promene golmana, onda tek kreće napad. Zašto bih koristio takтику da napravimo višak, kada već imam

igrača više? Moja ekipa ne igra 7 na 6, ali gubim vreme da pripremim odbranu 7 na 6. Uvek se osećam kao da gubim vreme jer ne mogu da se bavim osnovama mog sporta. Isključenja više nisu kazna, tako da timovi igraju grublje jer znaju da uvek mogu da napadaju 6 na 6. Ima smisla igrati i riskirati jedino ako morate da pobedite i zaigrate poslednji napad na utakmici bez golmana. U rukometu nikada nije bilo lako postići gol i zašto je to neko promenio? Zašto bi nekome bilo interesantno da gleda postizanje golova na prazan gol? Pravilo treba ukinuti. Nisam protiv promena, naprotiv, neka su pravila pomogla našem sportu puno, ali u ovom slučaju ne.

Ni olimpijski šampion sa Danskom, sada selektor Islanda i trener Melsungena, **Gudmundur Gudmundson** nije srećan zbog razvoja situacije...

– Izgubili smo agresivne odbrane, 5-1, 3-2-1 i 3-3, koje se ne mogu upotrebljavati u igri 7 na 6. Prosto je za trenere čije ekipe ne mogu da igraju protiv tih odbrana, uvedu sedmog igrača. Struktura napada je neutralna. Uvek je isto, utakmice su dosadnije za gledaoce. Stil igre postao je monoton. Ideja igre i brzina su ubijene. Igra je postala statična, nema promena pozicija. Smanjio se broj taktičkih opcija u napadu i odbrani. Novo pravilo izbacilo je mnogo lepih stvari iz rukometa. Dvominutno isključenje više nema efekta, ekipe su grublje jer znaju da sankcija više ne postoji. Morate da menjate način rada, sada vežbam na treninzima i šut na prazan gol. Kao selektor reprezentacije imate jako malo vremena za pripremu i fokusiram se na druge stvari. Portugal je primer, kako na osnovu igre Porta u kome se nalazi veliki broj reprezentativaca koji igraju 7 na 6 većinu vremena, može da profitira i reprezentacija. To se viđelo na EURO 2020. Golovi u praznu mrežu vam mogu doneti preokret u neizvesnim mečevima, ali ako to postane pravilo, to je jednostavno sramotno za rukomet. Gledaoći bi to voleli da vide s vremenom na vreme, ali ako stalno to imamo, to sigurno ima negativan efekat. Ukinuo bih ovo pravilo, rukomet bi postao atraktivniji, sa mnogo promena mesta, igre 1 na 1 i više opcija u odbrani. Prethodno pravilo sa dodatnim igračem sa "markerom" takođe je bila kozmetika i takođe nije bilo dobro rešenje – jasan je Islandanin.

Odgovori u anketi su jasni. Ako se i kada budu slušali vrhunski treneri iz različitih rukometnih škola, jasno je da bi pravilo trebalo ukinuti i da su četiri godine izgubljene u nameri da se izazove pozitivna promena koja to nije bila.

Kakvo je vaše mišljenje? ■



# NA PRAGU olimpijskih igara

**U**drugom broju Magazina 40x20 uopšteno sam govorio o pravilima igre kao i o nastanku rukometa na pesku, kako kod nas tako u svetu. Ovaj sport se munjevitom brzinom širi i na pragu je Olimpijskih Igru 2024. godine u Francuskoj. U većini zemalja, pa i u našoj zemlji ovaj sport je sve popularniji.

Uprkos tome i dalje postoje mnoge predrasude trenera o ovom sportu. Pogotovo se to odnosi na povređivanje igrača i mišljenje da je ovaj sport više zabava nego sport koji je od značaja.

Nakon saznanja da će rukomet na pesku postati jedan od brojnih sportova na Olimpijskim igrama, kod većine zemalja odnos se promenio i počeli su ozbiljno da shvataju ovaj sport. Dovoljan pokazatelj je da su Francuzi koji dominiraju u indoor rukometu, konačno od 2017. godine prvi put učestvovali na Evropskom prvenstvu i ozbiljno se posvetili ovoj igri. Tu su i skandinavske zemlje: Danska (kao evropski prvak), Norveška (kao vicešampion Evrope) i Švedska, koje ozbiljno ulazu u rukomet na pesku.

Pošto vremenske prilike u skandinavskim zemljama ne dozvoljavaju u većem periodu godine bavljenje ovim sportom na otvorenom, oni su u halama napravili peščane terene. Stvoreni su uslovi da preko cele godine treniraju u zatvorenom prostoru. Jasno se, po njihovim plasmanima na poslednjim takmičenjima gde je napredak očigledan, vidi značaj ovakvih uslova.

Tu je i Rusija (četvrta na poslednjem Evropskom prvenstvu) koja ima sličnu klimu kao i skandinavske zemlje, koja takođe u zatvorenim prostorima trenira u zimskom periodu.

Pošto mali broj zemalja ima uslove da tokom cele godine igra rukomet na pesku (kao što su Brazil, Egipat, Katar, Oman...), većina drugih zemalja priliku za treniranje i takmičenje u ovom sportu ima samo u periodu od 25. maja pa do početka avgusta.

U tom periodu organizuju se turniri svuda po Evropi, kao i Evropska i Svetska prvenstva, te završni masteri za najbolje ekipe, koje su tokom godi-



ne na turnirima pod pokroviteljstvom EBT tura osvojili najviše poena u protekloj godini. Takmičenja su organizovana tako da se u parnim godinama održava Svetsko prvenstvo, a u neparnim Evropsko.

Kvalifikacija na Svetske Igre ostvaruje se na osnovu plasmana sa Svetskog prvenstva. Svetske Igre održavaju se svake četvrte godine. Do prošle godine je bilo slobodno prijavljivanje za Evropsko prvenstvo. Međutim, zbog velike popularizacije ovog sporta, kao i zbog saznanja da će postati jedan od Olimpijskih sportova, prijavljivanje je postalo sve masovnije. Tako da su od ove godine prvi put uvedene kvalifikacije za Evropsko prvenstvo.

Domaćini kvalifikacija ove godine trebalo su da budu Gruzija i Grčka. Naš Savez je u ovim teškim finansijskim vremenima uspeo da odvoji sredstva i da nas prijavi za kvalifikacije, koje su trebalo da se održe prve nedelje jula u Grčkoj. Na žalost, prijavljena je samo muška selekcija, jer nije bilo dovoljno finansijskih sredstava za prijavu ostalih selekcija. Pre seniorskog takmičenja, održava se i kadetsko prvenstvo. Iz istog razloga nisu prijavljene ni kadetske selekcije.

Nadam se da ćemo u narednim godinama uz novoformljenu peščanu komisiju i Rukometni savez uspeti da obezbedimo finansijska sredstva za učešće svih naših selekcija na Evropskim prvenstvima.

Ove godine je trebalo je da se održe Evropske univerzitske Igre u Beogradu (odložene za jul 2021. godine).

Time bi konačno grad Beograd dobio terene za rukomet na pesku, što je osnova i preduслов za popularizaciju ovog sporta. Mogućnost svakodnevnog treninga preko leta, kao i organizovanje Državnog prvenstva i turnira, veoma bi uticalo na razvoj ovog sporta u Srbiji.

Moj stav kao selektora reprezentacije Srbije u rukometu na pesku i trenera RK Obilić u „indoru“, jeste da rukomet na pesku po završetku „indor“ sezone krajem maja može dobro da utiče na igrače u smislu aktivnog odmora preko leta. Igrači bi trenirali i takmičili se na peščanoj podlozi, koja je veoma pogodna za trening i na kojoj je mogućnost za povređivanje minimalna. Samim tim igrači ne bi imali veliku pauzu. Razne nom iskustava sa velikim brojem igrača koji su igrali i rukomet na pesku, došli smo do zajedničkog zaključka da im je rukomet na pesku pomogao u tom prelaznom periodu i da su spremniji dočekali početak priprema u svojim klubovima.

Mnogi naši sadašnji indor reprezentativci, kako muške tako i ženske selekcije, nastupali su i za peščanu reprezentaciju Srbije (Cupara, N.Ilić, Zelenović, Ivanišević, D.Nenadić, Dimitrijević, Lekić, Tomašević, Damjanović, Pop Lazić, Filipović...).

Postavlja se peščani voz koji će u narednom periodu krenuti munjevitom brzinom ka Olimpijskim Igrama. Zamolio bih trenere, igrače i sve druge rukometne radnike da se uključe i pomognu da i Srbija ima jedan vagon u tom vozu. ■



# Taktička rešenja u napadu U IGRI SA ČETIRI BEKA

**S**talna težnja svakog sporta, pa samim tim i rukometa, je da se igra stalno unapređuje i bude atraktivna za gledaoce. Poslednje promene pravila igre su doprinele da napadači dobiju „prednost“ nad odbrambenim igračima i da faza napada bude u većem „fokusu“ kod publike. Neka od osnovnih promena pravila koje su doprinele takvom načinu igre su početno bacanje („brzi centar“), pasivna igra i izmena golmana sa igračem koja donosi brojčanu prednost ekipe u napadu. Sve te promene su još više istakle značaj obuke igrača za kvalitetnu igru u fazi napada i odbrane.

I pored toga što svi treneri kažu da kvalitetna igra u odbrani je preduslov za pobedu, primetno je da se na treningu više obraća pažnja na igru u napadu. Cilj napada je da se uvežbanim akcijama ili individualnim rešenjima postigne gol (Popović, 2016). Igrači lakše usvajaju obuku taktike napada, jer im ne treba dodatna motivacija od one da nadigraju odbranu i postignu pogodak. Da bi taktiku uspešno primenili na terenu, moramo ekipo na treningu taktički pripremiti. Taktička priprema je vrsta trenažnog rada koja je u bliskoj vezi sa ostalim vrstama pripreme, a u najčešćoj meri je povezana sa tehničkom pripremom (Koprivica, 2013). Svaki trener ima određena saznanja (skouting) o načinu igre protivničke ekipe i na osnovu tih informacija predviđa namere protivnika i pravi taktički plan. On analizira način igre protivnika, utvrđuje sve njegove vrline i mane i na osnovu njih pravi pripremu za utakmicu. Takođe, dobro pripremljene ekipe moraju imati i alternativni plan igre u slučaju da mora da se odstupi od prvobitno osmišljenog načina igre.

## Napad sa četiri beka

Posmatranjem i analizom utakmica, može se primetiti da treneri najčešće koriste osnovni sistem

igre (tri beka i pivotmen). U savremenom rukometu se ređe koristi igra sa dva beka i dva pivotmena, dok je nova tendencija da se menja golman sa do-



datnim igračem u polju, kako bi se ostvarila brojčana prednost u odnosu na protivnika.

Jedna od mogućnosti, koja nije toliko rasprostranjena u rukometu, a može da bude taktičko iznenadenje, je igra sa četiri beka.

I pored toga što se ovakav sistem igre malo koristi, a u literaturi se skoro i ne spominje, dosadašnje pozitivno iskustvo u primeni igre sa četiri beka se zasniva na uvežbavanju ovakvog načina igre tokom trenažnog procesa i faktora iznenadenja tj. nedovoljnog iskustva protivnika u sprečavanju napada sa nestandardnim brojem bekova (četiri).

## Osnovne karakteristike igre sa četiri beka

Pozitivan ishod igre sa četiri beka u velikoj meri zavisi od nivoa tehničko-taktičke pripremljeno-

sti igrača i njihove mogućnosti da ispunе taktičke zamisli trenera. Bez adekvatne tehničke pripreme nije moguće pristupiti izvođenju najjednostavnijih taktičkih zamisli (Pivač i Živković, 1997). Igrači moraju biti odlično tehnički i taktički pripremljeni, jer igra sa četiri beka zahteva brz prenos lopte i različite promene pravca kretanja sa i bez lopte. Dobra uigranost bekova se odnosi na njihovu grupnu saradnju sa mnogo različitih ukrštanja, odvlačenja, blokada i slično. Bekovi moraju imati „širinu“ napada i dobar tajming prilikom ukrštanja sa i bez lopte. Takođe, njih mora da odlikuje dobar skok šut i šut sa zemlje, da koriste različite finte, kao i da su obučeni za igru na poziciji pivotmena (npr. Sergej Rutenka, Nikola Karabatić).

Postoji nekoliko načina organizacije igre sa četiri beka:

- Igra sa dva klasična srednja beka i dva beka šutera
- Igra sa jednim klasičnim srednjim bekom i tri beka šutera i
- Igra sa četiri beka i jednim pivotmenom kada napadamo 7:6

Veliki značaj uloge pivotmena u napadu na zonske odbrane se ogleda u stalnom „pregrađivanju“ koje remeti gustinu i deli odbranu na dva dela. Igra sa četiri beka najčešće podrazumeva da ekipa napada bez pivotmena. Nedostatak pivotmena koji će napraviti blokadu i podeliti odbranu nadoknađuje se čestim ukrštanjima, kretnjama bez lopte i povremenim utrčavanjem na poziciju pivotmena.

## Napad sa četiri beka na zonsku odbranu 6:0

Da bi uspešno napadali zonsku odbranu 6:0, moramo se pridržavati osnovnih principa igre u napadu koji se odnose na: širinu napada, brz prenos lopte i promena ritma i tempa igre (Tomljanović i Malić, 1982).

U daljem tekstu prikazane su neke mogućnosti napada na zonsku odbranu 6:0 sa četiri beka.

### Varijanta 1

Osnovna ideja je da se sa dva ukrštanja napravi

„paravan“ sa dve blokade i da se napravi povoljna pozicija za šut desnog beka. Lopta kreće od levog krila do desnog beka. Po prijemu lopte desni bek (DB) napadne široko, doda loptu desnom krilu (DK) i izvlači se na poziciju desnog srednjeg beka. Desno krilo širi i dodaje loptu desnom srednjem beku (DSB) koji dolazi na poziciju desnog beka (slika 4a). Desni srednji bek (DSB) vođenjem lopte napada odbrambenog igrača broj 3 i ukršta levom beku (LB) i ostaje u blokadi. Desni bek (DB) se vrati ka svojoj primarnoj poziciji da bi imao bolji zalet. Levi srednji bek (LSB) se pomera na poziciju levog beka. Levi bek (LB) napada odbrambenog igrača broj 4 i iz skoka ukršta desnom beku (DB) koji ide na šut (slike 4b, 4v i 4g). Ukoliko se „paravan“ naruši i ne-ma mogućnost za šut na gol, desni bek (DB) koristi blokadu i nakon finte u jaču stranu ima mogućnost da šutira, da proigra pivotmena ili da dodavanjem stvori višak igrača (3:2) na levoj strani (slika 4d).



Slika 4a



Slika 4b



Slika 4v



Slika 4g



Slika 5b

desnog beka (DB) i ide na šut pored blokade (slike 5g i 5d). Ukoliko odbrambeni igrač broj 5 odreaguje i sastavi sa odbrambenim igračem broj 4 pravi se višak igrača na desnoj strani (slika 5d).

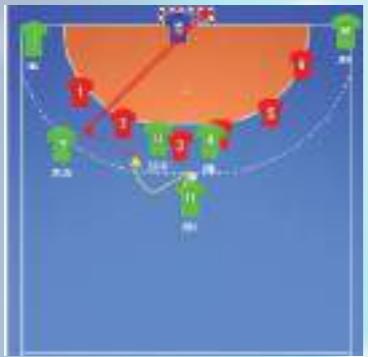
### Varijanta 3

Osnovna ideja je da ukrštanjima sa krilnim igračima napravimo višak za jedno krilo. Po prijemu lopte sa desne strane levi srednji bek (LSB) napada fintom u slabiju stranu odbrambenog igrača broj 2 i ukršta levom krilu (LK) koje napada igrača broj 3 (slika 6a). Posle ukrštanja on dodaje loptu levom beku (LB) i vraća se na svoju poziciju a levi srednji bek (LSB) odlazi na poziciju levog beka. Levi bek (LB) polukružnom kretnjom napada široko prostor između odbrambenih igrača broj 4 i broj 5 (slika 6b). Levi bek (LB) sa skokom ukršta desnou krilu (DK) koje napada fintom u jaču stranu igrača broj 4 i dodaje loptu desnom beku (DB). Desni srednji bek (DSB) se pomera na poziciju levog srednjeg beka a desni bek



Slika 6g

(DB) odlazi na poziciju desnog srednjeg beka (slika 6v). Desni bek (DB) napada prostor između odbrambenih igrača broj 4 i broj 3 i ukoliko nema povoljnju priliku za realizaciju dodaje loptu desnom srednjem beku (DSB) i pravi se višak za levo krilo (slika 6g).



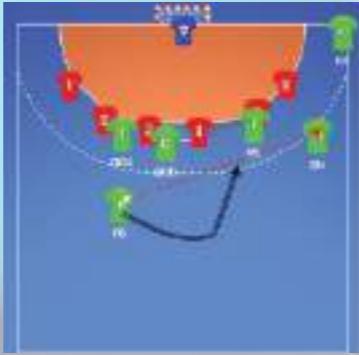
Slika 4d



Slika 5v

### Varijanta 2

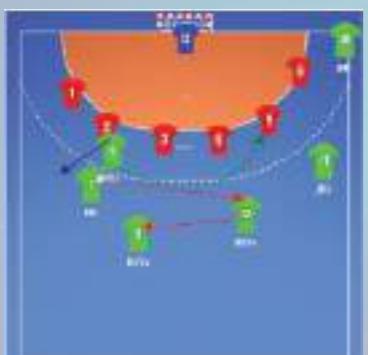
U ovoj varijanti ideja je da utrčavanjem levog krila (LK) na poziciju pivotmena napravimo višak na desnoj strani uz eventualni šut levog beka (LB) preko „paravana“. Akcija započinje tako što levi bek (LB) ukrsti levom krilu (LK) i odmah se izvlači na svoju primarnu poziciju. Levo krilo (LK) dodaje loptu desnom srednjem beku (DSB) i utrčava na poziciju pivotmena između odbrambenih igrača broj 4 i broj 5 (slika 5a). Desni srednji bek (DSB) odigrava loptu levom srednjem beku (LSB) i postavlja blokadu kod odbrambenog igrača broj 3 sa leve strane. Levi srednji bek (LSB) napada prostor između odbrambenih igrača broj 2 i broj 3 i ukršta levom beku (LB) koji može da šutira na gol (slike 5b i 5v). Ukoliko ne šutira, levi bek (LB) dodaje loptu desnom beku (DB) koji napada široko odbrambenog igrača broj 5. Levo krilo (LK) koje je na poziciji pivotmena u tom trenutku menja blokadu i blokira odbrambenog igrača broj 4. Levi bek (LB) pravi polukružnu kretnju i dobija loptu od



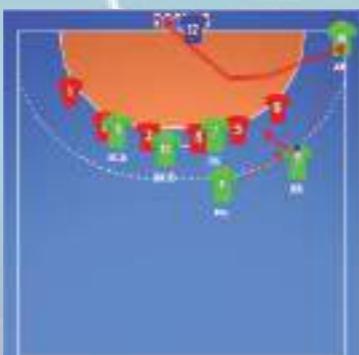
Slika 5g



Slika 6a



Slika 5a



Slika 5d



Slika 6b

## Napad sa četiri beka na zonsku odbranu 5:1

Napad na zonsku odbranu 5:1 u igri sa četiri beka zasniva se na utrčavanju krila ili nekog od bekova na poziciju pivotmena. Bekovi moraju da imaju širinu, dubinu ne smeju da budu mnogo udaljeni od odbrambenih igrača. Napadači žele da svojim kretanjima otežaju igru prednjeg centra. Cilj je da se „odvlačenjem“ prednjeg centra na jednu stranu, oslabi gustina na drugoj strani odbrane. U napadu sa četiri beka dva centralna (srednja) beka svojim širokim kretnjama prema lopti pomeraju prednjeg centra od njegove inicijalne pozicije i dovode ga u neodlučnost kojeg srednjeg beka da čuva. To se može uraditi na sledeće načine:

- brzom promenom pravca kretanja igrača sa loptom
- brzom promenom pravca kretanja igrača bez lopte
- ukrštanjem dva igrača sa i bez blokade i
- utrčavanjem bekova ili krila na poziciju pivotmena

U daljem tekstu prikazane su neke mogućnosti napada na zonsku odbranu 5:1 sa četiri beka.

### Varijanta 1

Kod ove varijante osnovna ideja je da dva srednja beka, jedan svojim utrčavanjem a drugi širokim ukrštanjem ostave levog beka na širokoj poziciji za igru 2:2 ili 3:2.

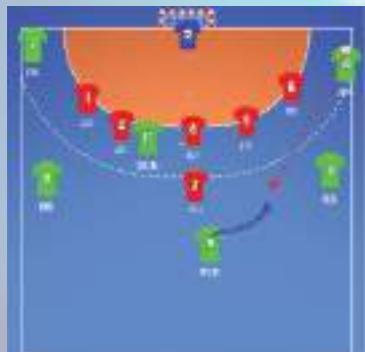
U pripremi napada dok se lopta nalazi na levoj strani, desni bek (DB) i desni srednji bek (DSB)

• • • •

zamene mesta. Po prijemu lopte sa leve strane desni srednji bek (DSB) odigrava loptu desnom krilu (DK) i utrčava na mesto pivotmena kod desnog halfa (DH) sa leve strane (slika 9a). Desno krilo (DK) širi sa loptom i dodaje loptu levom srednjem beku (LSB). Levi srednji bek (LSB) u vođenju napada levog halfa (LH) i ukršta desnog beka (DB) (slike 9b i 9v). Desni bek (DB) posle ukrštanja pravi fintu u jaču stranu na prednjem centru i dodaje loptu levom beku (LB). U tom trenutku desni sred-



Slika 9a



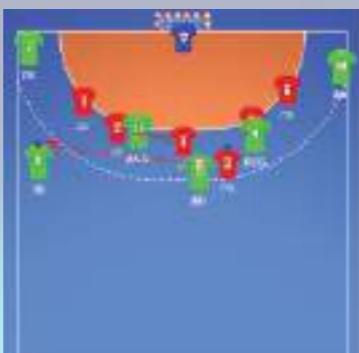
Slika 9b



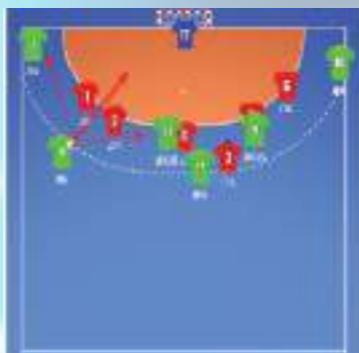
Slika 9v



Slika 9g



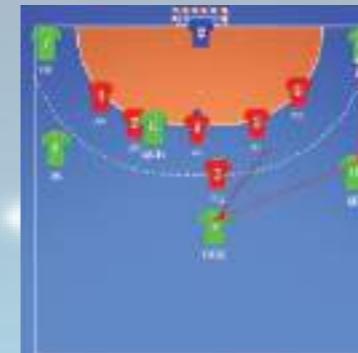
Slika 9d



Slika 9d



Slika 10a



Slika 10b



Slika 10v

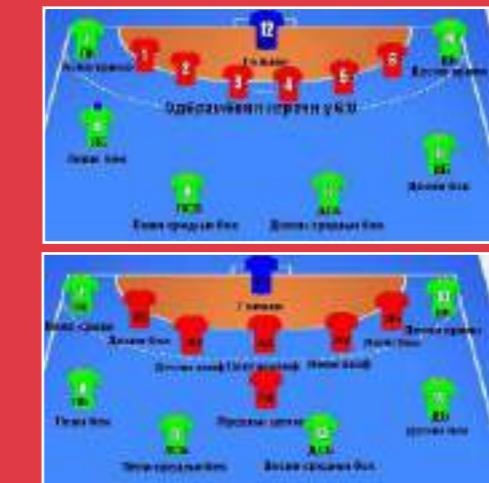


Slika 10g

## Zaključak

Sistem igre sa četiri beka u napadu se malo spominje u literaturi i vrlo retko primenjuje u praksi (Južna Koreja na SP 2019. godine za žene). Svedoci smo raznih tendencija u rukometu (napad 7:6), pa možda i napad sa četiri beka u budućnosti nađe svoje „mesto“ u praksi. Zastupljenost igre u napadu sa četiri beka u budućnosti direktno će zavisiti od potrebe da se inovacijom dođe do nekih rešenja u igri koja će doprineti pozitivnom rezultatu. Primena ovakvog načina igre će zavisiti od kreativnosti i hrabrosti trenera i igrača, kao i njihove tehničko-taktičke obučenosti, da ih u adekvatnim situacijama primene u igri. Da bi ovaj način igre bio prihvaćen kao sistem igre u napadu, zahteva promenu metode trenažnog procesa naročito kada je u pitanju rad sa mlađim kategorijama. ■

## Legenda



## Literatura

1. Koprivica, V. (2013). *Teorija sportskog treninga (prvi deo)*. SIA, Beograd
2. Pivač, M., Živković, Z. (1997). *Rukomet - taktika*. Prosveta, Niš
3. Popović, D. (2016). *Rukomet skripta*, Beograd
4. Tomljanović, Z., Malić, Z. (1982). *Rukomet teorija i praksa*. Sinopsis, Zagreb



# METODIČKI PRISTUP OBUCE igrača na poziciji srednjeg beka

**S**vedoci smo da se savremeni rukomet odlikuje dinamikom i atraktivnošću. Njegove osnovne karakteristike su brz prenos lopte, kontra-napadi, aciklična kretanja, agresivne i netipične odbrane. Uspešne ekipe forsiraju igru sa što više napada na neformiranu odbranu. Pozicioni napadi su takođe kraći sa intenzivnjim kretanjem lopte i igrača. Antropološki profil savremenog rukometaša karakterišu dominantne motoričke sposobnosti u vidu eksplozivne i brzinske snage, agilnosti, a naročito brzinske izdržljivosti.

Utvrđivanje kriterijuma za procenu kvaliteta, učinka da ne kažem važnosti mnogo je složenija u rukometu nego u pojedinačnim sportskim granama. Tome doprinosi svakako i kompleksna struktura ekipa u kojoj se osim individualnog kvaliteta i sposobnosti pojedinca mnogo toga zavisi i od njegove interakcije sa saigračima. U svakom sistemu neophodno je utvrditi hijerarhijsku strukturu važnosti pojedinih faza igre. Nakon toga potrebno je odrediti važnost pojedinih igračkih pozicija u sklopu pojedinih faza igre. U svim tim fazama postoje karakteristične igračke pozicije. Shodno svojim karakteristikama igrači dobijaju uloge i zadatke neophodne za sprovođenje sistema igre kome težimo.

Profil i model igrača za određenu igračku poziciju određuje se na osnovu ukupnog antropološkog sastava igrača i fizičkih specifičnosti određene pozicije. Igrači se razlikuju međusobno po morfološkim karakteristikama kao i motorno-funkcionalnim sposobnostima iz čega bi se moglo zaključiti da zadaci uslovjavaju selekciju igrača za određenu poziciju.

Uloga srednjeg beka u modernom rukometu je veoma zahtevna i specifična. Sa svojim karakteristikama neophodan je u svim fazama i sistemima igre.

U samom procesu obuke suština je primeniti vežbe koje će imati pozitivan efekat, odnosno uticaje na podizanje nivoa treniranosti igrača. Poveća-



njem nivoa treniranosti dolazi do adaptacije kako celog organizma tako i pojedinih njegovih funkcija na određene vežbe i napore. Nivo treniranosti je rezultat dugotrajne adaptacije u toku koje u organizmu dolazi do korisnih morfoloških i funkcionalnih promena odnosno reakcija koje omogućavaju prilagođavanje na određene aktivnosti. Trening bi trebalo da sa jedne strane bude raznovrstan i svestran, a sa druge specifično da utiče na organizam i razvoj određenih funkcija

Glavni aspekt metodičke treninga je da se u skladu sa ciljevima treninga izvrsi izbor trenažnih aktivnosti. Svaka vežba izaziva određene motoričke reakcije i različito deluje na ukupnu treniranost i nivo sportske forme. Sam nivo i stepen adaptacije organizma na napor zavisi od karaktera i veličine trenažnog opterećenja. Trenažna opterećenja možemo posmatrati kao kompleksni nadražaj na organizam. Fiziološki uticaj tih nadražaja zavisi od sledećih faktora:

- Od strukture vežbi
- Od intenziteta vežbanja
- Od trajanja vežbanja
- Od broja ponavljanja vežbi
- Od trajanja odmora između vežbi

Od ovih faktora u velikoj meri zavisi i efekat treninga.

Tehničko-taktička priprema se smatra kao jedna od najvažnijih i njen uticaj kao presudan za celokupne ciljeve. Međutim, fizička priprema je veoma važan preduslov za potrebna tehničko-taktička ostvarenja. Posebno ako imamo u vidu današnji rukomet i njegove karakteristike navedene u uvodnom delu. Osim fizičke tesna je povezanost i sa ostalim vidovima sportske pripremljenosti – psihološkom, prevashodno zbog nivoa samopouzdanja koje je karakteristično zbog preuzimanja odgovornosti posebno u odlučujućim trenucima.

U godišnjem ciklusu rada veliki procenat rada otpada na tehničko-taktičku pripremu. Čak i za vreme pripremnog perioda obim tehničko-taktičkih vežbi je veoma značajan i takođe zastupljen u velikom obimu.

Tehničko-taktička pripremljenost je veoma važna i gledano iz ugla pozicije srednjeg beka. Prevashodno zbog karakteristika i zadataka odnosno profila igrača

.....

ča na toj poziciji. Njegova osnovna uloga je vođenje i građenje igre i uglavnom je pokretač svih napadačkih akcija. Istovremeno njegova igra u odbrani nije zane-marljiva nezavisno na kojoj poziciji igra. Uglavnom, a dosta trenera i insistira, da srednji bek bude taj igrač koji dobija prvi pas od golmana (kada je pozicija 1 ili half u odbrani) i inicira taj prvi talas u fazi tranzicije.

Imamo i primere gde takođe mogu da odigraju i na poziciji prednjeg u dubokim odbrambenim formacijama, prevashodno u 5-1 zoni i to na veoma visokom nivou (npr. Duvnjak) jer igrače na ovoj poziciji krasi gotovo perfektna tehničko-taktička obučenost i visok nivo sportske inteligencije.

Kada je u pitanju faza napada srednji bek ima širok spektar delovanja. Za ispunjavanje svih tih zadataka mora posedovati izuzetnu tehniku u napadu bez lopte. Među osnovne tehničke elemente u napadu bez lopte spadaju osnovno kretanje (frontalno, dijagonalno i paralelno), start, zalet (ka lopti i od nje), otkrivanje, pretrčavanje, utrčavanje, promena smera kretanja...

Zalet je osnovno kretanje igrača bez lopte u napadu. Eksplozivan, kratak zalet bez lopte uslov je uspešnog izvođenja većine elemenata rukometne igre. Promena smera kretanja je veoma važan segment i daje prednost napadaču u odnosu na odbrambenog igrača. Tehnička obučenost srednjeg beka dolazi do izražaja u tehnici igre u napadu sa loptom. Osim hvatanja kao preduslova za ostale elemente, među tehničke elemente igre sa loptom u napadu, karakteristične za srednjeg beka spadaju još i vođenje lopte, zaustavljanje sa loptom, šut, finta, zabadanje, ukrštanje, odvlačenje...

Suština svakog napada je svakako šut. Šut se može izvesti sa tla ili iz skoka. Srednji bek mora da poseduje širok repertoar tehnika šutiranja na gol. Takođe za srednjeg beka je važna i obučenost u izvođenju finti kao jednog od važnijih elemenata u fazi napada. I zabadanje, odnosno ubacivanje igrača u prostor između odbrambenih igrača posle čega dolazi šut ili asistencija saigraču, predstavlja važan elemenat u napadačkom repertoaru. Srednjeg beka karakteriše i to da daje ritam napadu, sa ukrštanjem i odvlačenjem ubrzava protok lopte a samim tim utiče na raznovrsnost napada prouzrokovana promenama mesta sa bekovima.

Kada je u pitanju taktička priprema i njeno sprovođenje svakako važan preduslov je tehnička obučenost, nezavisno da li je u pitanju individualna, grupna ili kolektivna. Osim te naglašene indivi-



dualne tehničke obučenosti, srednji bek je veoma značajan za grupnu taktiku igre u napadu. Pod grupnom taktikom u napadu podrazumevamo međusobnu saradnju dva ili vise igrača u cilju postizanja gola. Korišćenjem standardnih tehničko-taktičkih elemenata inicira kretanje bekova sa kojima se nastoji, izbaciti, odbrambeni igrač iz ravnoteže i omogućiti nesmetano šutiranje na gol. Za srednjeg beka je karakteristična i dobra saradnja sa kružnim napadačem. I u kolektivnoj taktici napada uticaj srednjeg beka je veoma važan. Utiče na organizaciju napada i nemjerljiv je njegov uticaj na sprovođenju osnovnih principa napada.

Nameru je da kroz tehničko-taktičku pripremu ukažem na važnost tehničkih elemenata i na ko-

jima treba dati akcenat u obuci igrača na ovoj poziciji kao i samoj metodici treninga. Sintezom tih elemenata dobijamo profil igrača sposobnog da odgovori na ovoj veoma zahtevnoj i odgovornoj poziciji.

Karakteriše ih dobar pregled igre, lucidnost i nepredvidivost (npr. Nenadić) dobra igra 1-1, brzo prilagođavanje protivničkoj odbrani kao i pravovremena reakcija na promenu iste.

Za njih se može reći da su polivalentni igrači jer ih odlikuje dobro snalaženje na svim bekovskim pozicijama kao i igra na poziciji kružnog napadača posebno kad je u pitanju napad na duboke odbrane.

Srednji bek je u većini ekipa bek sa najnižim ra-

stom u bekovskoj formaciji. Pokazalo se međutim da i ta visina kod pojedinih nije hendikep jer su prilagodljivi svim odbrambenim formacijama a i imamo primer takvih (Zarabec, Skube) i u najboljim evropskim ekipama.

U poslednje vreme, upravo zbog njihovih karakteristika, imali smo priliku da u pojedinim klubovima pa čak i reprezentacijama vidimo formaciju u postavi sa dva klasična srednja beka sto ce možda biti tendencija i u vremenu koje dolazi.

Mišljenja sam da kod većine trenera pozicija srednjeg beka je veoma važna u rostera njegove ekipe bez obzira na sistem i stil igre koji preferira kao i na inovativne ideje. ■



# Preporuke i smernice IHF ZA PRIMENU PRAVILA IGRE

**M**eđunarodna Rukometna Federacija (IHF), po već ustaljenoj metodi, u godini Olimpijskih igara obično razmatra postojeća Pravila rukometne igre, i po potrebi ih dopunjava ili donosi nova. Poslednje izmene pravila rukometne igre su bile 1. jula 2016 godine, i ta pravila su i dan danas na snazi.

Ono što IHF sa svojom komisijom za suđenje i pravila igre (PRC) radi je to, da u saradnji sa trenerima i drugim rukometnim stručnjacima, analizira važeća pravila i donosi predloge za njihovu eventualnu promenu. Da se pravila ne bi menjala previše često, PRC donosi Smernice i Uputstva za primenu pravila rukometne igre, koje služe da se detaljnije pojasne pojedina pravila igre, kod čije primene su primećeni određeni problemi. PRC je doneo uputstva i smernice za postojeća pravila igre i to 2018. i 2019. godine.

Preporuke za primenu pravila igre IHF predstavljaju tumačenje samih pravila igre sa implementacijom smernica i uputstava i predstavljaju način kako se mogu pojasniti nejasnoće vezane za primenu pravila.

PRC je analizom utakmica utvrdio da je neophodno obratiti pažnju na nekoliko segmenata rukometne igre i u skladu sa tim doneo preporuke. Segmenti na koje je skrenuta posebna pažnja su:

- Prekršaj u napadu
- Pasivna igra
- 7 metara
- "Holvud", odnosno simulacija
- Progresivno kažnjavanje
- „Body language“ odnosno govor tela i stil modernog sudsije

## Prekršaj u napadu

U pravilima igre, prekršaj u napadu se ne može naći kao posebno pravilo, već se definiše kroz pravilo 8. U tom pravilu je definisano šta igrač sme, odnosno ne sme da uradi i kakve su eventualne sankcije za to. Što se tiče prekršaja u napadu, ono što se najčešće može primeniti su nedozvoljene blokade i natrčavanje, odnosno naskakivanje na protivni-

Slika 2 – Primer prekršaja u napadu



ka. Pravila su tu jasna. Zabranjeno je natrčavati ili naskakivati na protivnika. Zabranjeno je koristiti bilo koji deo tela osim torzoa za blokiranje protivnika i pri tom blokiranje mora biti pasivno, odnosno igrač se ne sme pomerati prilikom blokade. Primena pravila prekršaja u napadu je zadavala malo problema, pogotovo u situacijama na pivotu ili kada igrač uskače u otvoreni prostor između dva odbrambena igrača.

U situaciji na poziciji pivota, često se dešavaju nepravilne blokade tako što igrač koji blokira, ispruži nogu i/ili ruku i tako onemogući odbrambenog igrača da zauzme ispravnu poziciju. To naravno, nije dozvoljeno. Po pravilima, jedini ispravan način za blokiranje protivnika je taj da igrač, koji pravi blokadu, zauzme mesto u prostoru i pasivno telom zauzme stav kojim će onemogućiti protivnika da dođe u povoljniju poziciju.

Problem u primeni pravila se takođe javlja u situaciji kada se napadač kreće ka golu i odbrambeni igrač, ili igrači, žele u tome da ga spreče. U ovim situacijama se često dešava pogrešna procena sudsije. Zbog toga je PRC dao preporuku da se pažnja obrati na nekoliko stvari, i to:

- Ko je prvi zauzeo mesto u prostoru
- Posle kontakta, gde se nalazi napadajući, a gde odbrambeni igrač

Prva smernica govori o tome da "prednost" ima onaj igrač koji je prvi zauzeo mesto u prostoru gde je došlo do eventualnog kontakta. Na primer, napadajući igrač se kreće ka liniji od 6 metara, i neposredno pre njegovog poslednjeg koraka pre upućenog šuta, ispred njega se pozicionira odbrambeni



Slika 1 – Primer nepravilne blokade

igrač. Ukoliko se odbrambeni igrač pozicionira tako da se ne kreće lateralno i napadajući igrač natrči ili naskoči na njega, odluka je prekršaj u napadu, u suprotnom odluka ne može biti prekršaj u napadu. U ovakvim situacijama je jako bitno, pogotovo za sudsije, da uoče kretnju odbrambenog igrača. Jedna stvar koja unosi dosta zabune je da li može biti dosuđen prekršaj u napadu ako je odbrambeni igrač u skoku. Kratak odgovor je, može. Naime, u pravilima igre nigde decidno ne piše da odbrambeni igrač mora stajati sa obe noge na zemlji, kao u nekim drugim sportovima. Tako da, ukoliko je odbrambeni igrač na vreme zauzeo ispravnu poziciju, odrazio se sa namerom da blokira šut protivnika i u tom trenutku na njega natrčava ili naskače napadajući igrač, odluka je prekršaj u napadu.

Druga smernica govori o mestu gde se nalaze napadajući i odbrambeni igrač nakon kontakta. Na primer, napadajući igrač se kreće ka golu protivnika, odbrambeni igrač pokušava u tome da ga spreči tako što želi da se pozicionira ispred njega. Ukoliko dođe do kontakta i nakon toga se odbrambeni igrač nalazi bliže golu od napadača, to je naznaka da može biti prekršaj u napadu zato što napadajući igrač nije uspeo da zadrži liniju kretanja i "osvoji" prostor, već je verovatno ugurao odbrambenog igrača u prostor. Naravno, i obrnuto. Na slici 2 se može videti dobar primer gde su odbrambeni igrači zauzeli prostor pre napadajućeg igrača.

Naravno, ovo su samo smernice koje treba da olakšaju donošenje odluka, ali na kraju su ipak sudsije te koje te odluke u trenutku donose. Osim ovih nekoliko stvari, PRC nije primetio neke druge probleme u vezi primene ovog pravila.

## Pasivna igra

Kod pasivne igre se dosta polemiše. Razni su predlozi, od uvođenja vremenskog ograničenja napada do smanjivanja dozvoljenog broja dodavanja. Ono što IHF definitivno ne želi je uvođenje vremenskog ograničenja napada u želji da se rukomet razlikuje od ostalih sportova. Ono što se definitivno želelo postići izmenom pravila pasivne igre jeste ubrzavanje rukometne igre i želja da igra bude što atraktivnija i sa što više postignutih golova.

PRC je u saradnji sa vrhunskim svetskim trenerima odlučio da pravilima na neki način ograniči trajanje napada a da ono ne bude vremensko. Odlučeno je da posle pokazanog signala upozorenja za pasivnu igru od strane sudsija, ekipa ima maksimalno 6 dodavanja pre nego što uputi šut na gol. Time je na neki način ograničeno trajanje napada ekipe, ali ono što ostaje ipak fleksibilno jeste trenutak kada će sudsija podići ruku za pasivnu igru. Upravo zbog tih stvari su date smernice za primenu pravila igre.

Prva stvar kod primene ovog pravila jeste brojanje uspešnih dodavanja prilikom najavljenе pasivne igre. U pravilima je jasno naznačeno da je brojanje dodavanja u nadležnosti sudsija njihovim ličnim opažanjem, odnosno jedino validno je ono što sudsija izbroji kao tačno.

Druga stvar kod primene ovog pravila jeste rečenica da je dozvoljeno maksimalno 6 dodavanja pre upućenog šuta na gol. To znači da, ukoliko sudsija proceni, ako ekipa igra pasivno, može se dosuditi slobodno bacanje zbog pasivne igre i posle 2 ili 3 dodavanja. Jedan od primera je ukoliko igrač, posle 2 ili 3 dodavanja ne želi da "napada" gol protivnika, već tapka loptu u mestu ili se udaljava od gola. U tom slučaju se dosuđuje slobodno bacanje za protivnika zbog pasivne igre.

Treća stvar kod primene ovog pravila je trenutak signala za najavu pasivne igre od strane sudsija. Razumljivo, o ovom segmentu se i vodi dosta polemike. Tačno je da kriterijum najave pasivne igre varira od sudsije do sudsije i IHF intenzivno radi na edukaciji "top" sudsija, da bi svi sudijski parovi imali približno sličan kriterijum. Ono što je izuzetno važno je da na jednoj utakmici, kriterijum za najavu pasivne igre MORA biti isti za obe ekipe i na tome se insistira. Osim toga, postoje pokazatelji koji mogu približnije odrediti trenutak najave pasivne igre, a neki od njih su:

- Rezultat i preostalo vreme trajanja utakmice
- Igra sa igračem manje ili igračem više
- Superiornost jedne ekipe u odnosu na drugu
- Ponovni posed lopte posle šuta na gol

Rezultat utakmice i preostalo vreme mogu uticati na kriterijum najave pasivne igre. Naime, ukoliko napadajućoj ekipi odgovara trenutni rezultat i približava se kraj utakmice, ta ekipa će statistički imati tendenciju da igra pasivnije. Ovo naravno ne znači da će svaki put tako i biti, ali je dobar pokazatelj. Takođe, PRC izričito nalaže, da ukoliko je poslednji minut utakmice i napadajuća ekipa igra pasivno, trenutak pasivne igre treba biti takav da se odbrambenoj ekipi omogući da može da realizuje bar još jedan napad. U praksi to znači da ne treba najavljivati pasivnu igru kada je ostalo 10 sekundi do kraja već treba "obezbediti" odbrambenoj ekipi dovoljno vremena za napad ukoliko im lopta dođe u posed.

U situacijama kada ekipa igra sa igračem manje ili igračem više, ta ekipa će primeniti drugačije taktike. Tendencija je takva da ekipa igra sporije ukoliko ima igrača manje na terenu, i obrnuto. U zavisnosti od toga će i varirati kriterijum najave pasivne igre tako što se neće dozvoliti ekipi da "potroši" vreme dok ima isključenog igrača.

Superiornošću jedne ekipe nad drugom se smatra velika razlika u igračkom kvalitetu između ekipa. U ovakvim situacijama treba biti malo fleksibilniji u shvatanju pasivne igre i treba inferiornijim ekipama dozvoliti priliku da organizuju svoj napad i da pokušaju da postignu gol, iako im za to treba možda malo više vremena. Sa druge strane, to ne znači da treba dopustiti previše vremena a takođe je moguće i da superiorne ekipe igraju pasivno, samo je to redi slučaj.

U rukometnoj teoriji se napad ekipe može podeliti u 3 faze: pripremnu, glavnu i završnu fazu (terminologija uglavnom varira). Ukoliko lopta dođe u posed ekipe posle primljenog gola ili uspešno odbranjenog napada, toj ekipi treba dozvoliti sve 3 faze napada. Međutim, ukoliko napadajuća ekipa uputi šut na gol i posle toga joj lopta ponovo dođe u posed, ta ekipa više nema pripremnu fazu napada te se samim tim i vreme trajanja napada skraćuje. Ekipi treba dozvoliti dovoljno vremena da

razvije napad ali ne toliko kao kad dođe do lopte pri odbrani svog gola. Ono što je izuzetno važno je da napad jedne ekipe počinje onda kada se napad druge ekipe završi. U praksi je to slučaj kada lopta ode u gol aut i daleko od gola i tada se u vreme napada računa i vreme koje je golmanu potrebno da ode po loptu, uzimanje peškira, konsultacije i sve aktivnosti koje se u tom periodu dešavaju.

IHF je osim ovih smernica, na "onlajn" simpozijumu tokom jula o.g. nagovestio da će verovatno sledeća promena pravila doneti smanjivanje maksimalnog broja dodavanja sa 6 na 4 jer je statistički utvrđeno da je ekipi potrebljano između 2 i 3 dodavanja posle najavljenе pasivne igre da uputi šut na gol.

## 7 metara

Kod pravila 7 metara, akcenat PRC je na 2 stvari:

- Mesto kontakta, van 6 m ili unutar
- Kontrola nad loptom i telom

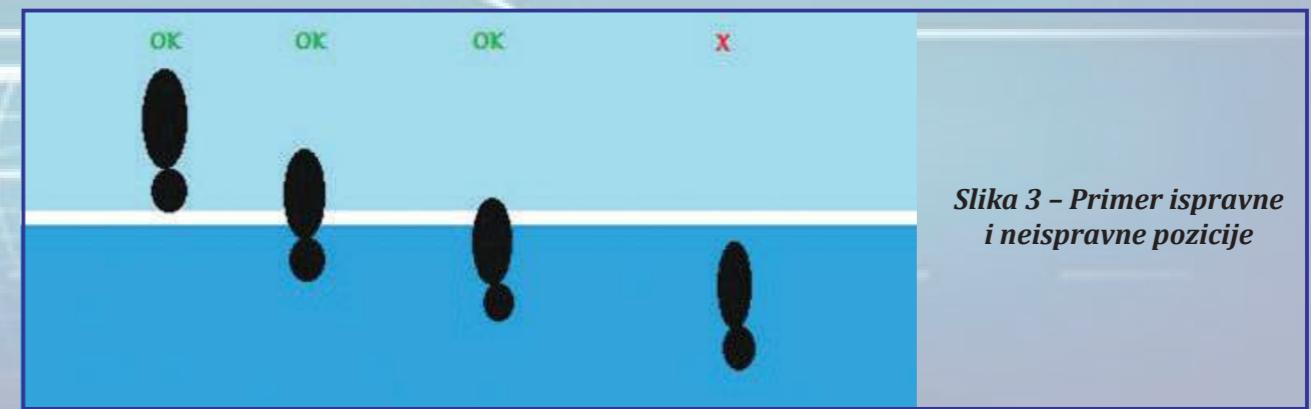
Česte su situacije pogrešnog dosuđivanja sedmeraca zbog odbrane iz prostora i zbog toga je akcenat PRC posebno na tome. U pravilima je definisano da igrač ne sme koristiti golmanov prostor prilikom odbrane svog gola. U praksi je ovo pravilo bilo nejasno primenjivano zbog toga što je nejasno šta to podrazumeva korišćenje golmanovog prostora. Zbog toga je odlučeno da ukoliko igrač stoji bar jednim celim stopalom u golmanovom prostoru prilikom odbrane svog gola, to se smatra odbronom iz prostora.

Prilikom odluke da li je igrač koristio prostor ili ne je trenutak kontakta. Odbranom iz prostora se smatra situacija u kojoj je prilikom trenutka prvog kontakta između napadača i odbrambenog igrača,

odbrambeni igrač bio u svom prostoru. Izuzetno se često dešava da je mesto kontakta na 7 ili više metara od gola ali da pod inercijom odbrambeni igrač svoju kretnju završi u golmanovom prostoru. U takvim situacijama je apsolutno pogrešna odluka dosuđivanje sedmerca. Takođe, korišćenjem golmanovog prostora se smatra i kada se odbrambeni igrač nalazi u svom prostoru pa posle toga napusti prostor i napravi prekršaj i u tim situacijama je ispravna odluka 7 metara. Ovakve situacije su veoma česte na poziciji krila kada igrači koriste kraći put i kroz golmanov prostor žele da stignu na svoju poziciju. Važno je napomenuti da se sedmerac ne može dosuditi ukoliko posle prekršaja igrač zadrži potpunu kontrolu nad svojim telom i loptom.

## "Holvud" (simuliranje)

Ovako interesantno nazvan segment rukometne igre (postupanja ili bolje reći ponašanja igrača) je bio predmet intenzivnije primene pravila u prethodnom periodu. PRC je primetio tendenciju, naročito kod mlađih igrača, ka pokušaju obmane sudsija odnosno simuliranja. U ovakvim situacijama se od sudsija traži striktna primena pravila i da se jasno da do znanja da takvim potezima nije mesto u rukometnom sportu. Preporuke PRC su da se za prvi takav prekršaj igrač usmeno opomene a svaki naredni kazni direktnim isključenjem na 2 minuta. Usmena opomena jednog igrača važi za celu ekipu. Primećeno je da su najčešće situacije kada odbrambeni igrač želi da isprovocira prekršaj u napadu. Takođe je navedeno da isto tako i napadajući igrač može biti kažnen za simuliranje prekršaja, odnosno da se dešavaju situacije kada napadajući igrač želi da inscenira prekršaj koji se nije ni desio.



Slika 3 – Primer ispravne i neispravne pozicije

## Progresivno kažnjavanje

Progresivno kažnjavanje je definitivno jedan od najbitnijih segmenata pravila rukometne igre. Od kriterijuma zavisi da li će utakmica proći u fer i sportskoj borbi ili ne, odnosno da li će sudije imati utakmicu "pod kontrolom".

Samim tim, progresivno kažnjavanje je uvek aktuelna tema u rukometnom svetu. Kod progresivnog kažnjavanja, uputstva su bila posebno usmerena na nekoliko komponenti i to:

- Upotreba žutih kartona
- Igra krila
- Poslednjih 30 sekundi

Pravila rukometne igre kažu da igraćima ekipe može biti izrečeno maksimalno 3 žuta kartona pri čemu jednom igrajuću može biti izrečen samo 1. PRC je uvideo da sudije veoma često pribegavaju upotrebi žutih kartona kada za to nema potrebe ili kada to nije dovoljna kazna.

Samim tim linija progresivnog kažnjavanja nije bila jasna i konstantna. Svrha upotrebe žutih kartona je da se igraćima pokaže šta je dozvoljeno a šta ne. Instrukcije PRC za upotrebu žutih kartona su sledeće:



Slika 4 - "Hollywood"

- Ekipi ne moraju biti izrečena 3 žuta kartona
- Nikako ne izricati žuti karton posle postignutog gola ili promene poseda lopte
- Žuti karton nije kazna već informacija

Svrha ovih smernica je da se sudije ne "zamaraju" žutim kartonima već da svaki prekršaj procene posebno i da ga adekvatno kazne. Zabrana izricanja žutog kartona posle postignutog gola je proizila posle insistiranja trenera vrhunskih ekipa radi ubrzavanja igre.

Kod igre krila je utvrđeno da su prekršaji koji nastaju daleko opasniji u odnosu na druge delove terena. Krilni igraci su veoma često u nezaštićenoj poziciji i namera je ta da se pre svega sačuva njihovo zdravlje. Situacije koje su veoma česte na krilnim pozicijama jesu dug poslednji korak odbrambenog igraca u želji da zauzme prostor kao i guranje u predelu kuka.

Kod dugog koraka se dešavaju situacije da odbrambeni igrac zgazi na stopalo napadača, da ga saptete ili da napadač zgazi na stopalo odbrambenog igraca. Po pravilima igre i na insistiranje PRC u ovim situacijama je minimalna kazna od 2 minuta, a za gaženje na stopala igraca potencijalno i mnogo teža kazna. Nikako u ovim situacijama ne sme biti izrečen žuti karton.

Slika 5 - Kontakt na krilnoj poziciji



Poslednjih 30 sekundi utakmice je deo pravila igre koji je definitivno zadavao dosta problema prilikom interpretacije. Pravila igre u poslednjih 30 sekundi su u načelu bila usmerena na ometanje izvođenja bacanja u poslednjih 30 sekundi. Cilj ovog pravila je da spreči odbrambenu ekipu da pravi nesportske prekršaje na kraju utakmice kako bi sačuvala rezultatsku korist i da bi omogućilo napadajućoj ekipi da to iskoristi. Kada je pravilo prvi put uvedeno, bilo je velikih nejasnoća oko primene, pogotovo jer su se razlikovali slučajevi kada je lopta napustila ruku izvođača i kada nije. Onda, kako to i biva, desi se situacija na velikim takmičenjima koja navede IHF na promene i pojašnjenja pravila igre.

U načelu, svako aktivno ometanje izvođenja bacanja (slobodnog, golmanovog, početnog, auta) od strane odbrambene ekipе u poslednjih 30 sekundi se kažnjava diskvalifikacijom i sedmercem, bez obzira na kom delu terena se desilo. Izuzetno je važan termin aktivno ometanje, jer je bitno da odbrambeni igrac ima namjeru da spreči napadača da izvede bacanje. Ometanje bacanja može biti nepričuvanje odstojanja od 3 metra ili fizičko sprečavanje (guranje, držanje).

Drugi deo pravila poslednjih 30 sekundi se odnosi na situacije kada je lopta u igri, odnosno kada nema prekida. Kada je lopta u igri i kada odbrambeni igrac načini prekršaj koji se kažnjava diskvalifikacijom sa ili bez prijave (crveni ili plavi karton), ta diskvalifikacija za sobom povlači i dosuđivanje sedmerca za

napadajuću ekipu. Cilj ovog pravila je da se spreče grubi nesportski prekršaji na kraju utakmice.

Smernice PRC za primenu pravila progresivnog kažnjavanja jeste prvenstveno zdravlje igraca i fer plej i sve odluke koje sudije donose treba da budu bazirane prvenstveno na tome.

## Stil modernog sudije

PRC u poslednjih nekoliko godina izuzetno mnogo radi na stilu modernog sudije. Rukomet kao igra se menja, ubrzava se, sve je više trčanja i dinamičnih akcija i duela, pa se od sudija zahteva da to mogu i da isprate. Stav PRC je taj da sudije moraju biti fizički izuzetno spremne, moraju imati izvrsno poznavanje pravila igre i moraju se uklopiti u igru. Ono na čemu se insistira jeste govor tela, odnosno "body language" sudije, odnosno da sudija pokuša da iskoristi svoj govor tela, autoritet i poznavanje pravila igre da pre svega izvrši prevenciju bilo kakvih nesportskih dešavanja i da u sinergiji sa svim ostalim učesnicima (igraćima, trenerima) usmeri utakmicu u fer i korektnom smeru. Prvo treba da iscripi sve mogućnosti i tek na kraju da primeđuje kažnjavanje. IHF je i na proteklom "onlajn" simpozijumu i statistički prikazao smanjenje izrečenih kazni i time pokazao da je moguće sa malo kazni dovesti utakmicu u fer i sportske okvire.

(Recenzija: Živan Stakić i Miroslav Janković)



# RAĐANJE genijalaca



Pola veka je prošlo otkako se jugoslovenski rukomet okitio prvom medaljom na svetskim šampionatima. Led je probijen u Francuskoj 1970. Jedna mlađa i nova ekipa, predvođena selektorom Vladom Štenclom, osvojila je bronzu pobedivši u meču za treće mesto Dansku sa 17 golova razlike (29:12) nagovestivši tada da se u svetu rađa nova rukometna velesila. Iako je od ovog odličja protekao čitav jedan život sećanja na februarske i martovske dane 1970. u Parizu kod scenariste i režisera ovog uspeha, legendarnog Vlada Štencla, ne blede. Iz svog „novog“ doma u selu Todorovići kraj Skradina u Dalmaciji, gde provodi penzionerske dane, sa zadovoljstvom je za Magazin 40x20 ispričao priču o prvom značajnom rezultatu ruko-

meta sa ovih prostora na najvećoj međunarodnoj sceni. Na početku evociranja uspomena film je vratio unazad četiri godine kada je postao selektor Jugoslavije.

– Za kormilara muške seniorske reprezentacije postavljen sam 1966. Pre toga kroz državni tim je profilovalo mnogo trenera i igrača, a smatram da za mnoge tu nije bilo mesta. Čim sam preuzeo dirigentsku palicu zauzeo sam čvrst stav da za reprezentaciju moraju da igraju oni najbolji od najboljih bez obzira iz kog su kluba, grada, republike... Selektirao sam jednu mladu ekipu koja je pokazala kvalitet već na prvom međunarodnom izazovu. Na internacionalnom turniru na Tašmajdanu osvojili smo trofej, a godinu dana kasnije, 1967, postali smo mediteranski prvaci u Tunisu. Upravo na tom takmičenju jedan momenat mi je pokazao da se radi o jednoj vanserijskoj skupini, kako u fizičkom i tehničkom, tako i u psihološkom smislu, za koji, kao trener, smatram da je i presudan u stvaranju vrhunskog rezultata. Naime, nisam bio zadovoljan kako smo odigrali protiv Španije koju su, uzgred rečeno, pobedili sa 17:14. Jutro posle utakmice zakazao sam kazneni trening u 6 ujutru. Bez ikakog negodovanja momci su izašli na teren i sa osmehom na licu su sat i po vremena istrčavali sprinteve. Kao da su hteli da mi pokažu da njih niko ne može da slomi. Istog dana uveče smo igrali protiv domaćina, a bez obzira na, nema sumnje, veliki umor ekipa je desetkovala protivnika pokazavši da je sazdana od najfinijih materijala – napominje na početku Štencl.

Istu tu Španiju Jugoslavija je pobedila u dvomeču kvalifikacija za Svetsko prvenstvo i tako izvadila „vizu“ za najznačajniji rukometni događaj te 1970.

– Pripremali smo se u Beogradu, na Kalemegdanu, iz prostog razloga jer je tu postojala, u to vreme, jedina dvorana u Jugoslaviji. Rukomet se tada u našoj zemlji igrao prevashodno na betonu. Imali smo 12 dana priprema, a akcenat je bio na 3-2-1 odbrani od koje je sve polazilo. Sa umerenim optimizmom smo otputovali u svetsko prvenstvo znajući da su u tom trenutku dominantne ekipe takozvanog Istočnog bloka. U prvom kolu smo savladali SAD, dok smo u drugom odigrali nerešeno sa Japanom. Tim je bio mlađ i neiskusan i još sam tražio onu idealnu postavu, tako da nisam mogao da očekujem da će rezultat stići istog časa. U trećem kolu smo za dlaku izgubili od prejake Čehoslovačke, ali smo i pre tog meča obezbedili plasman u četvrtfinale. U teškoj i napornoj borbi za polufinale bili smo za gol bolji od

• • •



**Vlado Štencel sa suprugom Dijanom**

Mađarske, dok smo u polufinalu poraženi od silne Istočne Nemačke. Meč za bronzu protiv Danske je na neki način stvorio timskog diva. Odlučio sam da Žagmeštera, možda i najboljeg individualca u tom trenutku, ostavim na klupi i da meč počnem sa Lazarevićem. Odmah se video da je sa ovom rokadom ekipa dobila jednu posebnu dimenziju. Prodisala je i profunkcionisala na najbolji mogući način, a pobeđena od 17 golova razlike najbolji je dokaz toga. Osvojili smo bronzu, a mnogo bitnije od toga, osetio sam da smo dobili ekipu za najviše domete. U naredne dve godine u manje-više istom sastavu osvojili smo 36 turnira, uključujući i zlato na Olimpijskim igrama u Minhenu 1972. Jednostavno, stvorena je jedna vanvremenska reprezentacija, sa izuzetnim igračima i ljudima, koja je disala i živila kao jedan. I danas svi koji su živi iz te ekipe svake godine se okupljaju, druže i oživljavaju sećanja na period kada su harali svetskom rukometnom scenom – s ponosom ističe Vlado Štencel.

Posle višedecenijskog rukometnog stvaralaštva jedan od dokazano najboljih svetskih teoretičara i praktičara ovog olimpijskog sporta poslednje četiri godine uživa u čarima Jadrana. U kako sam kaže,

raju na zemlji, uz suprugu Dijanu i mnogo prijatelja mirno provodi penzionerske dane.

– Više od četiri decenije proveo sam na službenom radu u Nemačkoj. Postao sam selektor Zapadne Nemačke 1974, a jedan od glavnih razloga što sam prihvatio ponudu jeste da pokažem i dokažem da uz dobar sistem, plan i program i naporan rad i zemlje Zapadnog bloka mogu da, u rezultatskom smislu, pariraju državama Istočnog. Sedamdesetih godina prošlog veka sport u Zapadnoj Evropi bio je amaterski, a izostanak rezultata mnogi su pravdali činjenicom da zemlje Istočnog bloka mnogo više ulažu u sport. Jarko sam želeo da razbijem tu stigmu i srećan sam što sam uspeo u tome. Doveo sam Zapadnu Nemačku 1978. do svetskog trona, a mislim da sam tim rezultatom značajno doprineo da i ostale zemlje Zapadne Evrope počnu da drugačiji način da se odnose prema vrhunskom sportu. Nemačka je postala moja druga kuća. Tu sam stekao mnogo dobrih prijatelja i imao jedan dobar i komforan život. Međutim, dosadili su mi hladni i kišoviti nemački dani i pre četiri godine sam shvatio da je došao trenutak za povratak u otadžbinu. Iako u Zagrebu, u kojem sam rođen, imam stan nisam že-

## Jugoslavija 1970. u Francuskoj

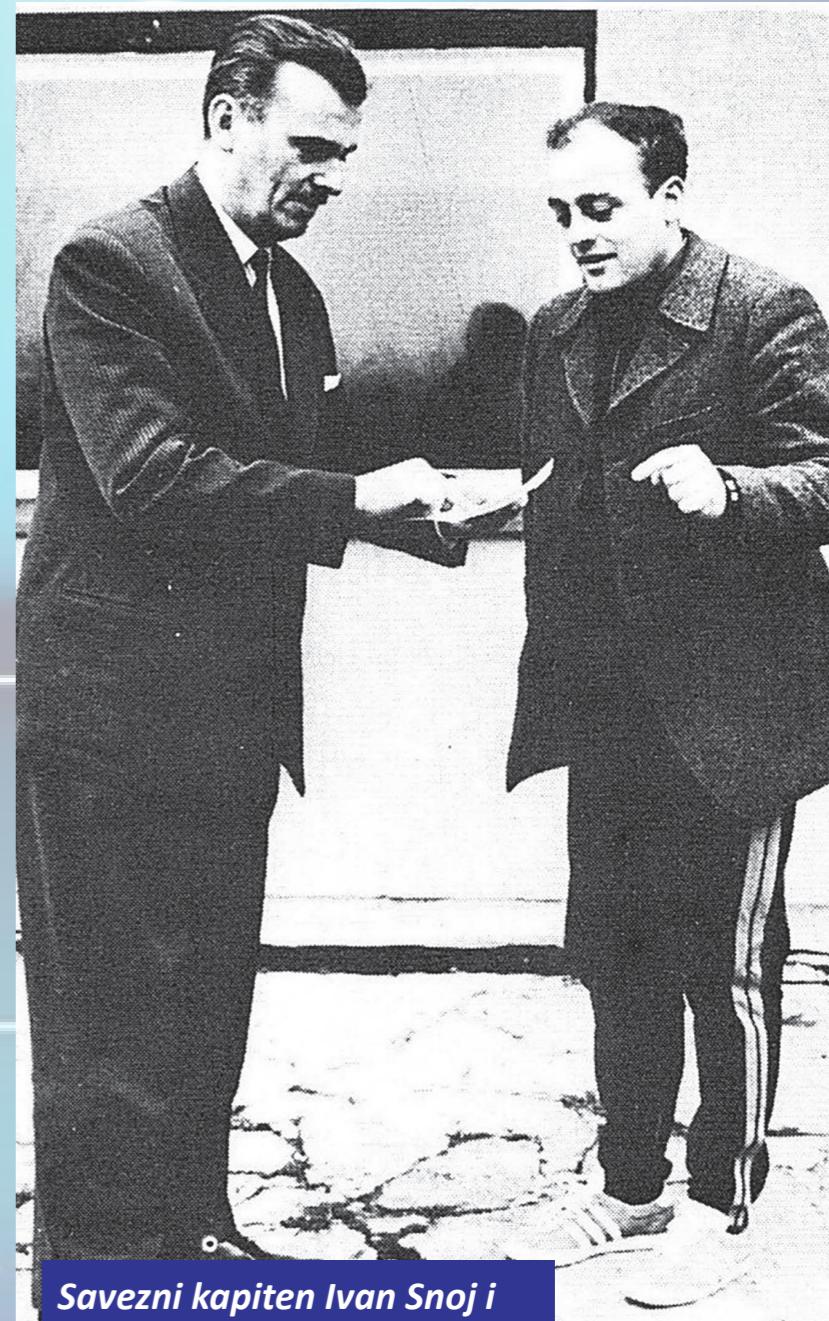
B grupa: Jugoslavija – SAD 34:8, Jugoslavija – Japan 17:17, Jugoslavija – Čehoslovačka 15:16; Četvrtfinale: Jugoslavija – Mađarska 11:10; Polufinale: Jugoslavija – Istočna Nemačka 17:13; Za treće mesto: Jugoslavija – Danska 29:12.

Sastav: Abaz Arslanagić, Boris Kostić, Dragutin Mervar, Miroslav Pribanić, Zlatko Žagmešter, Branislav Pokrajac, Hrvoje Horvat, Đorđe Lavrić, Čedomir Bugarski, Milorad Karalić, Nebojša Popović, Slobodan Mišković, Milan Lazarević, Marijan Jakšeković, Milan Krstić, Petar Fajfrić, Josip Milković. Selektor: Vlado Štencel.

leo da se ponovo vraćam u grad i tada sam odlučio da se preselim na Jadran. Izbor je pao na malo srpsko selo Todorovići između Šibenika i Splita, nadomak prelepog Skradina. Tu sam kupio kuću, upoznao i sprijateljio se sa lokalnim stanovništvom i zaista živim punim plućima. Svaka kuća ima svoj vinski podrum, uživam u vinu, najkvalitetnijoj ribi i suncu i toplosti Jadrana. Svako jutro sam na plaži od 9,30 do podneva, a društvo mi, kada ne radi u smeni šibeničke bolnice, pravi supruga Dijana – kaže Štencel.

Rukomet je bio i ostao neotuđivi deo njegovog života. Što uživo, što preko malih ekrana, redovno ga prati, ali ne krije razočarenje u šta se on pretvorio.

– Tri stvari od čijih pomena se zgrozim i plašim su smrt, pušenje i promena rukometnih pravila. Mislim da su isforsiranim promenama pravila od rukometa napravili haos i cirkus, jedan seljački sport, koji će izgubiti pravu i onu intelligentnu publiku. U Nemačkoj se doduše i dalje pune dvorane, ali oni sport doživljavaju na jedan drugačiji način gde odlažak na utakmicu predstavlja provod uz kobasicu i pivo. Sve u svemu promenom pravila uništili su kreativnost, kako igrača tako i samih trenera koji sada svojim znanjem, lucidnošću i taktičkim zamislima gotovo da ne mogu da utiču na kreiranje rezultata i igre. Jednostavno, mnogo toga je prepusteno slobodnom sudijskom uverenju, a tu pre svega mislim na pasivne napade i probijanja, tj. faulove u napadu. Ti više ne znaš šta je pasivni napad, a šta nije, kada je sedmerac, a kada probijanje. I napad 7 na 6 je postao karikaturan. Ekipa u odbrani više ne mogu da igraju ništa sem neke 6-0 jer veći broj igrača u napadu im to ne dozvoljava. U svakom slučaju današnji rukomet zbog toga više ne liči na sport kojim smo se ponosili i mislim da ako se pomenuta pravila ne ukinu ovaj sport neće imati lepu budućnost – zaključuje Vlado Štencel.



**Savezni kapiten Ivan Snoj i  
savezni selektor Vlado Štencel**



## PRIJATELJI ZAJEDNICE TRENERA RUKOMETNOG SAVEZA SRBIJE

 **unit**  
[www.unit-sport.net](http://www.unit-sport.net)

