

1/2004



**TRENER
ROKOMET**

LETNIK 11

Izdaja: Združenje roketnih trenerjev Slovenije

Davčna številka: 75347083

Matična številka: 1120085

Transakcijski račun: 02015-0087754554 pri NLB, Ljubljana

Internet: www.rokometna-zveza.si

E-pošta: marko.primozic@guest.arnes.si

marko.sibila@guest.arnes.si

Predstavnik: dr. Marko Šibila
Odgovorni urednik: Marko Primožič
Uredniški odbor: dr. Marko Šibila, dr. Marta Bon,
Boris Čuk, Boris Zupan
Jezikovni pregled: Bogdan in Tatjana Košak

Naslov uredništva: Združenje roketnih trenerjev Slovenije
Kongresni trg 3, p.p. 535, 1000 Ljubljana
Telefon: (01) 241 87 04, Fax: (01) 241 87 18

Naklada: 500 izvodov

Oblikovanje in tisk: MEDIUM Žirovnica

Kraj in datum izdaje: Ljubljana, oktober 2004

Revija je sofinancirala: FUNDACIJA ZA FINANCIRANJE ŠPORTNIH ORGANIZACIJ
V REPUBLIKI SLOVENIJI.

Tehnična navodila avtorjem:

Besedilo prispevkov pošljite po elektronski pošti na naslov marko.primozic@guest.arnes.si ali na disketi na naslov Marko Primožič, Tavčarjeva ulica 23, 4220 Škofja Loka in na izpisu. Besedilo ne sme biti računalniško oblikovano (naj ne bo razlomljeno na strani, besede ne deljene). Slikovno in grafično gradivo priložite na posebnih listih (v originalih, ne v fotokopijah!!!), vsako sliko s svojo številko, v tipkopisu pa naj bo označeno kam katera sodi. Podnapise k slikam vključite na ustrezno mesto kar v osnovno besedilo članka. Zaželeno je slikovno gradivo na fotografijah ali skenirano. Če imate printscrine naj bodo vključeni v tekst.

Ne pozabite dodati svojih podatkov: domači naslov, občino stalnega bivališča, matično in davčno številko, številko osebnega računa ter ime banke in sedež banke. Priloženo fotografsko in grafično gradivo vam bomo vrnil.

VSEBINA

UVODNIK	5
---------------	---

ANALIZA IGRE

<i>Marta Bon</i>	O NASTOPU ŽENSKE REPREZENTANCE NA SVETOVNEM PRVENSTVU NA HRVAŠKEM V DECEMBRU 2003	7
------------------	---	---

<i>Marko Šibila</i> <i>Tone Tiselj</i>	ANALIZA IGRE SLOVENSKE REPREZENTANCE NA EVROPSKEM ROKOMETNEM PRVENSTVU V SLOVENIJI - EURO 2004	17
---	--	----

ROKOMETNA PRAVILA

<i>Darko Repenšek</i>	»PASIVNA IGRA« SPREMEMBA V ROKOMETNIH PRAVILIH	37
-----------------------	---	----

STROKOVNI ČLANKI

<i>Primož Pori</i>	UČENJE ROKOMETNE IGRE Z IGRALNO METODO	41
--------------------	--	----

<i>Primož Pori</i> <i>Maja Dolenc</i>	PRIMERI ELEMENTARNIH IGER IN IGER S PRIREJENIMI PRAVILI V RAZLIČNIH DELIH ROKOMETNEGA TRENINGA	53
--	--	----

<i>Marta Bon</i>	MODIFICIRAN PODALJŠAN PROTINAPAD PRI MENJAVAH IGRALCEV V FAZI BRANJENJA IN NAPADANJA	59
------------------	--	----

UTRINKI Z MEDNARODNEGA ROKOMETNEGA SEMINARJA EURO 2004	64
--	----



..... z EURA 2004



UVODNIK

Počasi mineva leto, ki bo z zlatimi črkami zapisano v zgodovino slovenskega rokometna in tudi slovenskega športa. K temu so veliko pripomogli uspehi različnih rokometnih reprezentanc prav tako tudi uspehi nekaterih klubov še posebej RK Celje Pivovarna Laško. Bili so tudi slabši rezultati od pričakovanih, ki so pokazali na nekatere slabosti, ki jih bo potrebno v bodoče še odpraviti, da lahko rokomet ostane najuspešnejša kolektivna športna igra v Sloveniji.

V tej reviji namenjamo veliko pozornosti analizi dveh velikih tekmovanj na katerih sta sodelovali naši reprezentanci.

Marta Bon nam v svojem članku pojasni kako je videla Svetovno prvenstvo za ženske na Hrvaškem, ki je potekalo ob koncu lanskega leta. Poročilo je bilo napisano za sejo Predsedstva Rokometne zveze Slovenije. Uvodoma je predstavljeno subjektivno poročilo o posameznih tekmah in kratka ocena nastopa igralk. Na koncu nam predstavi še rezultate.

Marko Šibila in Tone Tiselj sta pripravila analizo Evropskega prvenstva za moške, ki se je odvijalo od 21. 1. do 1. 2. 2004 in je bilo za Slovenijo, v smislu športnega spektakla, gotovo dogodek, ki ga bo v prihodnosti težko preseči. Ob splošni popularnosti rokometna, ki je predvsem posledica dobrih tekmovalnih rezultatov klubskih in reprezentančnih moštev v preteklosti, gre za veliko medijsko odmevnost tega dogodka gotovo zasluga reprezentanci, ki je na tem prvenstvu zastopala Slovenijo. Osvojitve srebrne medalje ob zmagah nad slovitimi nasprotniki je navdušila slovensko športno javnost. V članku so prikazane različne primerjave in vpetost v uspeh različnih akterjev zato mislim, da si boste ta članek z veseljem prebrali.

Rokometni sodnik Darko Repenšek nam v članku dopolnjuje prispevek, ki ga je predstavil na 27. rokometni šoli na Rogli avgusta lani. Pojasnjuje nam spremembo pravila, ki govori o pasivni igri in velja od 1. avgusta 2003. Interpretacija je bila dogovorno v praksi uradno preizkušena in izvajana na ženskem in moškem svetovnem prvenstvu v Braziliji in Makedoniji, ki sta potekali v avgustu in septembru 2003. Dokončno potrjena je bila takšna interpretacija na ženskem SP na Hrvaškem decembra 2003, na evropskem prostoru pa z nekaterimi dokončnimi podrobnostmi ponovno predstavljena na seminarju sodnikov pred pričetkom moškega EP pri nas v Ljubljani januarja letos.

V metodiki učenja rokometne igre se uporabljajo najrazličnejše metode posredo-

vanja, ki poleg podajanja informacij zagotavljajo tudi ustrezno dinamiko vadbe. To zagotavlja sočasen razvoj osnovnih in specialnih motoričnih sposobnosti vadečega, njegove vzdržljivosti, tehnike in osnovne taktike pri vadbi ter dodaten vpliv na njegov razvoj celotnega psihomotoričnega statusa. Več o tem boste izvedeli v prvem članku Primoža Porija .

V drugem članku nam avtorja Primož Pori in Maja Dolenc prikazeta pomen elementarnih iger in tudi praktične primere vadbe. Elementarne igre so vse tiste igre, ki vključujejo elementarne oblike človekovega gibanja - motorike (tek, hoja, skoke, lazenja, plazenja,..) in imajo možnost prilagajanja pravil trenutnim okoliščinam in potrebam. So tudi pomembno sredstvo vzgoje in socializacije vadečih, saj se lahko z njihovo pomočjo pomaga posamezniku pri vključevanju v družbo ter pri usmerjanju njegovega čustvovanja in obnašanja v različnih okoliščinah.

V drugem članku, ki ga je Marta Bon pripravila za to revijo, nam predstavi pogled na protinapad malo drugače kot smo ga bili dosedaj vajeni. Nova izhodišča temeljijo na sodobnem modelu rokometne igre. Protinapad seveda v osnovi izhaja iz postavitve igralcev v obrambi. V sistemu protinapada je predvsem pomembno, da igralci pravočasno in smiselno zapuščajo igralna mesta v obrambi in da v poteku izpeljave ohranjajo prostorsko ravnotežje na igrišču. S primeri nam pojasnjuje kako ga je potrebno vaditi, da ga bodo igralci lahko uspešno uporabljali v rokometni igri.

Združenje rokometnih trenerjev je bilo aktivno tudi med evropskim prvenstvom EURO 2004. Organizirali smo mednarodni seminar rokometnih trenerjev. Udeležilo se ga 79 slušateljev iz 25 držav. Na njem so sodelovali tuji predavatelji (Madžar Peter Kovacs, Turk Yasar Sevim, oba EHF predavatelja in Lino Červar, trener hrvaške reprezentance) in domači predavatelji (Marta Bon, Aleksander Lapajne in Aleš Praznik). Vodilna tema je bila moderni pogledi na rokometno igro. Menim, da smo z organizacijo takega seminarja, pri katerem nam je pomagala Rokometna zaveza Slovenije in EHF, še dodatno popestrili dogajanja okrog samega prvenstva. Pridobili pa smo si tudi dragocene izkušnje, ki nam bodo pomagale pri podobnih aktivnostih v prihodnje.

Želim vam obilo užtkov pri branju.

Marko Primožič

Marta Bon

O NASTOPU ŽENSKE REPREZENTANCE NA SVETOVNEM PRVENSTVU NA HRVAŠKEM v decembru 2003

Poročilo je bilo napisano za sejo Predsedstva Rokometne zveze Slovenije, ki je bila decembra, 2003. Sestavljeno je nekoliko drugače kot običajno. Uvodoma je subjektivno poročilo o posameznih tekmah in kratka ocena nastopa igralk. Drugi del sta dve prilogi: rezultati skupine in polfinalne skupine.

Uvod

Žensko reprezentanco sem prevzela meseca avgusta 2003. Čas za priprave je bil kratak, dela pa izredno veliko. Če sem ob izvolitvi navajala, da bom predvsem nadaljevala delo prejšnjega vodstva, se je izkazalo, da to ne bo mogoče. Predvsem so se pojavile povsem nove okoliščine. Prvič v slovenskem rokometu smo spremljali množičen odhod igralk v tujino (že prej Dajčmanova v Francijo, nato Frešerjeva na Dansko ter Iličeva in Pleškova v Španijo). Sledila je poškodba izkušene Ciore in neigranje Mijatovičeve. Zaradi slabega dogovora med Rokometno zvezo Slovenije in njenim danskim klubom je Frešerjeva izpustila ves zadnji del priprav. Našteti dejavniki so v glavnem oteževalne okoliščine za nastop na pomembnem tekmovanju. Kljub navedenim dejstvom ocenjujem, da se nam je uspelo razmeroma optimalno pripraviti. Kako se je to skupaj odražalo v naših nastopih, na kratko ocenjujem v nadaljevanju.

KRATKA OCENA TEKEM

Slovenija : Kitajska

Na tekmo smo se, na osnovi video posnetkov, dobro taktično pripravili in uspešno zaustavili njihovo najnevarnejšo igralko Zhai Chao. V obrambi smo pretežni del odigrali obrambo 5:1 (Tanja Oder) s poudarkom na zaustavljanju Chao. Napad z Derepasko na sredini je bil povezan in učinkovit.

Slovenija : Slonokoščena obala

V skladu s pričakovanji smo imeli precej težav s prilagajanjem na afriški način igre in tekmo smo odigrale relativno slabše od sposobnosti, precej nepovezano v obrambi in napadu. Zamisel je bila odpočiti nosilke igre, kar pa nam zaradi poteka tekme ni uspelo.

Slovenija : Madžarska

Tekmo smo visoko izgubili. Splošne ocene so bile, da smo odigrali porazno in sramotno. Ocenjujem, da smo enostavno

naleteli na izredno razigranega nasprotnika. Dogajale so se nam stvari na katere smo pred tekmo jasno opozarjali in prek videa analizirali značilnosti posameznih igralk. Vsak način obrambne postavitve se je izkazal za neuspešnega, ker so vratarko (Gorski, Marinček) imele izredno slab dan. Ocenjujem, da se nam je takšna tekma morala zgoditi. Igralkam je postalo jasno, da na takšen način ne bodo šlo in da lahko pričakovane in napovedane rezultate dosežemo le, če bomo maksimalno povezani in če se bodo upoštevala navodila strokovnega vodstva. Po tej tekmi je sledila mobilizacija na vseh ravneh.

Slovenija : Danska

Tekmo smo zmagali prepričljivo za osem zadetkov in predvsem z igro navdušili roketne strokovnjake na SP. Igra v obrambi je bila, upam si trditi, res vrhunska. Veselilo me je, da so se igralko prepričale v "novo" varianto obrambe. Poleg tega smo uspele zaustaviti danska krila, ki so boljši del reprezentance. Z netipičnim izpadanjem drugih branilk smo tudi povsem omrtvile njihove nalete in značilen bliskovit prenos žoge v napadu na postavljeno obrambo. Uspešno smo preprečile tudi njihov protinapad. Vratarka je natančno upoštevala navodila in branila zelo uspešno. Igra v napadu je bila z Iličevo na SZ veliko hitrejša, povezana. Po mnenju mnogih tujih strokovnjakov in novinarjev je bila naša predstava res na vrhunski ravni.

Slovenija : Nemčija

To je bila izredno zahtevna tekma, zato ker je bila odločilna za nadaljevanje v polfi-

nalno skupino. Osebnost sem z njo še bolj zadovoljna kot s tekmo proti reprezentanci Danske. Tekmo, ki je bila ves čas napeta in se nismo uspeli odlepiti za več kot 2-3 zadetke - smo srčno in odločno zdržale do konca. Izpostaviti je potrebno izvrstno branjenje Tutnjičeve, ki je šele na tej tekmi dobila pravo priložnost in jo je po mojem mnenju opravila z odliko. Tudi zaradi pristopa. Veseli me, da sem uspela relativno uspešno rotirati igralko na posameznem igralnem mestu in da so tudi igralko "s klopi" primerno nadaljevale postavljen ritem tekme.

TEKME V POLFINALNI SKUPINI NA REKI

Slovenija : Ukrajina

Tekmo smo izgubili za en zadetek. Priznati moram, da tudi zaradi nespretnosti pri izvedbi zadnjega napada pri katerem bi lahko še izenačili. Absolutno prevzemam odgovornost za zadnji napad. Ni mi uspelo priklicati vratarko Gorski in zato sem prepozno v igro poslala sedmo oz. zaradi izključitve šesto igralko. Izven dogovora je bil tudi prehod Derepaskove na drugega KN. Reprezentanca Ukrajine je vsekakor kvaliteten nasprotnik, naša napaka je bila, da smo si pustili vriniti njihov ritem igre. Relativno slabo smo se prilagajali tudi na spremembe globine njihove obrambe. Taktično najslabše izpeljana tekma.

Slovenija : Romunija

Tekmo smo zmagali v nenavadnih okoliščinah - tekma se je zaradi izpada električne energije igrala ob polnoči. S tekmo

sem zelo zadovoljna, ker mi je uspela taktična zamisel z Derepaskovo v obrambi na mestu druge branilke. Prvič sem v začetno postavo postavila tudi Derčarjevo, ki je izvrstno opravila nalogo na DK in nato na KN. Optimizem je vplivalo dejstvo, da sem uspela vsaj delno odpočiti tako Odrovo kot Čečkovo. Omeniti velja tudi izvrstno igro Dajčmanove v napadu, predvsem pa 22 obramb Miše Marinček, ki je tako prepričala še zadnje skeptike in žaljivce.

Slovenija : Norveška

Vedeli smo, da nas čaka tekma življenja. Na koncu smo jo izgubili za en zadetek. Ne vem zakaj. Lahko sicer omenjamo okoliščine, da smo se po tekmi z Romunijo vrnil v hotel šele ob 2 uri zjutraj in po večerji zaspali približno ob treh. Osebnostno mi je hujši dejavnik, da je pred tekmo zbolela Tutnjičeva in Dolerjeva. Velik del taktičnega načrta mi je zrušila poškodba Odrove sredi prvega polčasa. Ves turnir sem namreč varčevala rešitev z Odrovo na sredini za odločilno tekmo; v ta namen sem jo prejšnjo tekmo tudi "počivala". Priznam, da sem ves čas tekme nekako upala, da zdaj, zdaj, Tanja bo. Seveda je bila tudi Dolerjeva nepogrešljiva: predvsem zaradi tega, da se nam je prekinila tudi naveza Doler - Derepasko. čeprav smo se več kot srčno borile, tekme, (še ob razmerju branjenih strel 22 : 11), nismo mogle zmagati. Žal. Tako so se končale naše sanje.

Še nekaj dejstev:

☞ Jasno se je izkazalo, da je turnirski način povsem nekaj drugega kot pa tekme

evropskega pokala. Dejstvo je, da so igralke predvsem vajene ritma tekem na tedenski (ali celo mesečni) cikel in na (tudi za evropske razmere) izredno dolgo in poglobljeno pripravo na tekmo. Podatek o načinu igre jim ne zadostuje; vse informacije morajo predelati na treningu - večkrat. To pa v ritmu igranja na SP včasih enostavno ni mogoče. Ocenjujem, da smo vsi skupaj na tem področju pridobili pomembne izkušnje.

☞ Reprezentanca je pokazala neko novo kvaliteto s tem, da smo se po porazih "pobrali". Lahko rečem, da je ekipa po porazih postala še močnejša. To ni bil slučaj; v mentalno pripravo smo vložili precej časa in znanja.

☞ Prvenstvo je bilo za slovensko reprezentanco povsem nekaj novega. če smo bili leta 1997 prvič na SP kot popolni "outsiderji", ki smo že z samo uvrstitvijo dosegli zgodovinski uspeh in ki smo potemtakem pač imeli "pravico" izgubiti. Na 2. SP v Italiji tudi ambicije niso bile tako visoke postavljene, predvsem je bila s Tunizijo in Alžirijo neprimerno lažja skupina. Tokrat smo bili nenehno pred imperativom zmage, visokih ciljev, pričakovanj.

Nekateri strokovnjaki, ki so kritično ocenjevali naše nastope, predvsem pa moje vodenje, se enostavno niso dovolj poglobili v dejstvo, da je vodenje tekme na SP nekaj povsem drugega kot pa ligaške tekme. Nekateri igralke lahko odigrajo tekme v eni sezoni vrhunsko. Po drugi strani pa povsem druge obremenitve predstavlja igranje v ritmu - vsak dan težke tekme. Na vsaki tekmi posebej in generalno je po-

trebno razmišljati kako se bo najbolje odigrala aktualna tekma, po drugi strani pa na kakšen način varčevati moči igralk, tako da bo možno odigrati celoten turnir. Ne gre pa zgolj za igranje tekem; na obseg in intenzivnost obremenitve je potrebno razmišljati tudi pri planiranju dopoldanskih treningov, obsegu video-analiz in drugih dejavnikov. Ocenjujem, da je to lahko eden od odločujočih dejavnikov.

KRATKO O IGRALKAH

VRATARKE

Trdim, da Miša Marinček lahko postane ena najboljših vratark na svetu - ob ustreznem igralskem razvoju in ustreznih vzgoji zna postati vrhunška igralka. Tudi Sergeja Stefanišin lahko, ob ustreznem delu, še brani na vrhunski ravni. Osebnostno najmočnejša je najstarejša - Nada Tutnjič, ki je vratarka za velike tekme. Predvidela sem jo še za tekmo z Norveško, vendar je, žal, zbolela. Vprašanje je, kaj lahko v tej konkurenci stori Barbara Gorski. Ima dobro osnovno motoriko, vendar morda ne povsem optimalni način branjenja. Ocenjujem, da Gorskijevi malenkost primanjkuje pozitivne naravnosti. Zelo sem se trudila, da sem ji "držala" status prve vratarke, pa tega nekako ni opazila.

KRILA

Tanja Oder je bila izbrana v najboljšo sedmerko SP, kar je izjemno priznanje za slovenski roket in za vse trenerje, ki smo kdaj delali s Tanjo. Je "zlata vredna" igralka tudi zato, ker zdrži velike obremenitve in le izjemoma rabi menjavo. Velik kapital Odrove je, da lahko igra tudi

v obrambi zelo kvalitetno, na večjih igralnih mestih. Odrova se zdi tudi primerna alternativa za igro srednjega zunanega, kar je pomembno na turnirskem sistemu tekmovanja. Namerno sem s to rešitvijo čakala do najbolj odločilne tekme. Tega nismo uspeli izvesti zaradi Tanjine poškodbe. Dajčmanova je vrhunsko krilo in ustrežna zamenjava za Odrovo. Pomembno je, da je tudi v obdobjih, ko je manj igrala (ni bila med 14 igralkami na tekmi) ostala maksimalno pozitivna in je delovala v smeri skupnega uspeha. To velja tudi za Cerarjevo, Tutnjičevo in Derčarjevo.

Na DK imamo v slovenski reprezentanci Olgo Čečkovo, ki je vrhunsko krilo, prava virtuozinja na svojem igralnem mestu. Raven njene igre "pade" zaradi zaporedne obremenitve, oz. pod vplivom utrujenosti. To je eden od vzrokov, da sem na vsaki tekmi morala imeti v postavi še Drčarjevo (in ne npr. Kurentovo), ki lahko igra na DK ali na mestu KN. Drčarjeva je zelo primerna tudi za t.i. "posebne naloge" v obrambi (npr. tesno pokrivanje ene od nasprotnih igralk), prav tako ima od naših igralk najboljši prehod v protinapad).

ZUNAJE IGRALKE

Osebnostno sem zelo zadovoljna z igro Iličeve v napadu. Zelo smelo je začela na mestu leve zunanje, po "prelomni" tekmi proti Madžarski sem jo dokončno preusmerila na srednjega, kar je bila ena boljših rešitev za našo igro. Na ta način smo zelo dvignili ritem igre v napadu, ki je v sodobnem roketu lahko ključnega pomena. Zelo sem, generalno gledano, zadovoljna tudi z igro Anje Frešer, ker v novem klubu na Danskem ni igrala v najboljši formi.

Nataša Derapasko je igrala spremenljivo: od vrhunskih predstav (Danska, Nemčija) do slabih (Ukrajina). Zadovoljila je tudi z igro v obrambi na tekmi proti Romuniji, saj smo s postavitvijo Derepaskove na 2 branilko "šokirali" njihovo najnevarnejšo strelko Steluto Lazar Luco, ker je na tem mestu je pričakovala Odrovo. Matuševska je delovala morda malo pod ravnjo, ki smo jo pričakovali: generalno gledano pa je zadovoljila. Kresetova kot najmlajša in debitantka je generalno sicer sposobna še več. Kot je že bilo omenjeno, je v igri precej padla, ko se je začela medijska polemika o njenem izboru. Če bo vztrajna se bo razvila v izvrstno zunanjo igralko - reprezentantko. Ponavljam pa, da je bila izbrana, kot levičarka, ki lahko ustrezno nadomesti (levičarko) Anjo Frešer. O izboru sem se dokončno prepričala, ko so igralke preko sociograma izrazile zaupanje Eleni Krese. Primerjave z Miro Vinčič so v vsakem primeru povsem neumestne. Mira Vinčič pač ni levičarka.

Če sem na tem prvenstvu nekako uspela za vse igralke najti pravi čas in pravo tekmo moram priznati, da mi to samo pri Špeli Cerar ni uspelo. Prav na tekmah v katerih sem jo v pripravi na tekmo predvidela, se ni odvijalo po mojih predvidevanjih. Na tekmi z Ukrajino pa sem morda celo premalo tvegala (npr. s Cerarjevo), oz. precenila Natašo Derepasko. "Veliko dela" sem imela z vzdrževanjem forme Agneške Matuševske.

KROŽNE NAPADALKE (KN)

Deja Doler je nesporno ena najboljših krožnih napadalk na svetu. Njeno ceno še zvišuje izredno kakovostna igra v obrambi,

kjer je na mestu tretje branilke praktično nepogrešljivi del. Menim, da je v času SP izredno napredovala v elementu blokiranja žog in krepko vodi v tem elementu glede na ostale naše igralke. Igra pametno in srčno ter je tudi pravi kapetan.

Pri Katji Kurent je moteče, da kaže nekakšno užaljenost s tem, da se ne ve na koga in zakaj. Kadar pa so zadovoljni njeni osebni motivi je zelo konstruktivna in zelo solidna v napadu in obrambi. Ima še ogromno možnosti za dokazovanje, čeprav je po drugi strani iz vidika reprezentance zaskrbljujoče, da ima v svojem klubu status tretje krožne napadalke (za Dolerjevo in Bodnrijevo).

Vesna Puš je v obrambi popolnoma zadovoljila. Predvsem je dala naši obrambi prepotrebno ostrino. Ta ostrina in pa njena univerzalnost, sta bila razloga, da sem se odločila za zamenjavo na mestu obrambne specialistke (prej Vinčič, sedaj Puš).

Precej strokovnih in "strokovnih" polemik je bilo tudi na temo mojega izbora 14 - terice za posamezno tekmo. Naj pojasnim, da je imel vsak izbor močno "logično razlago". Turnir sem začela brez Cerarjeve, ki ima od zunanjih igralk najmanj izkušenj. Nato sem nadaljevala brez Dajčmanove, ker je Odrova igralka, ki lahko zdrži celo tekmo in tudi zaporedno več tekem, nekatere druge igralke pač ne. Na prvih tekmah sem imela v postavi štiri igralke, ki lahko igrajo KN (Doler, Kurent, Derčar, Puš), ker iz vidika rotacije igralk ni optimalno. Tako smo npr. KN z nesporno kvalitetno Dolarjevo že imeli, kot rezervni varianti pa sem predvidela Drčarjevo, ki je tudi alternativa tako za KN kot za DK. Poleg tega lahko zelo ustrezno na mestu

KN igra tudi Vesna Puš, ki pa je imela, kot obrambna specialistka v napadu malo priložnosti. Tako je naša ekipa z najmanj škode pogrešila Kurentovo.

Še nekaj dejstev:

- ☞ Vedno smo zmagali, kadar so vratarke vsaj povprečno branile.
- ☞ Davek težke skupine smo vlekli vse reprezentance iz skupine "smrti" iz Čakovca naprej.
- ☞ Na začetku "mojega mandata" so me igralke prepričevale, da ONE pač niso vajene trenirati na dan tekme. Ker smo se mi pripravljali za SP in ne za posamezne tekme v tedenskem ciklu, tega pač nisem mogla upoštevati. Na SP se nam je zgodilo da smo izgubili tekme pred katerimi nismo imeli (zaradi objektivnih dejavnikov) rokometnega treninga!!!! To se mi zdi pomemben podatek.
- ☞ Glavnina igralk je vajena in "potrebuje" avtorski način vodenja" (glede na teste osebnosti). Temu sem se nekako prilagodila.
- ☞ Igralke so precej rigidne- najraje delujejo na način, kot so ga vajene. Tudi to sem v veliki meri upoštevala.
- ☞ Ena najpogostejših besed na pripravah je bila "utrujenost" in pa "ni dovolj časa za popoldanski spanec in za masaže in počitek". Jaz sem sicer upoštevala, da sem en kos "deloholika", vendar veliko nisem popuščala, ker sem želela igralk pripraviti in predvsem navajati na peklenski ritem SP. Osebnostno ocenjujem, da je na splošno na SP obremenjenost igralk prevelika, lahko rečem celo nehumana.

☞ Na področju mentalne priprave smo sodelovali s firmo VERNAR Consulting d.o.o., konkretno z Janezom Hudovernikom. Sodelovanje z njim ocenjujem kot zelo pomembno in koristno. V veliki meri je njegova zasluga, da smo se po porazu s Madžarsko pobrali.

Omeniti želim, da smo imeli izvrstni strokovno organizacijski team. Imena so navedena v programu. Vsem se toplo zahvaljujem: prav tako RZS, posebej PREDSEDNIKU - za pogoje in za podporo v času priprav in samega SP.

NAMESTO ZAKLJUČKA

Ocenjujem, da smo na SP 2003 opravili veliko delo. Istočasno priznam, da čutim fizično bolečino, če se spomnim zapravljenih 100% priložnosti v zadnji tekmi in vseh ostalih priložnosti na tekmah. Racionalno gledano pa lahko trdimo, da tokrat več pač ni bilo mogoče. V potrditev tega bi bilo smiselno dodati citate prejšnjega vodstva reprezentance po opravljenem žrebanju skupin. Vendar mi smo se odločili za pot brez izgovorov in za sanjsko visoke cilje. Sanje se nam niso uresničile. Žal. Težko mi je zaradi igralk, ki so res hotele. Najbolj pa obžalujem, da nam ni dokončno uspelo zato ker smo se ob tem projektu zbrali ljudje s pozitivno energijo in ciljno naravnostjo. Vsi v strokovno organizacijskem vodstvu smo res odlično sodelovali. Predvsem pa v življenju ne bom pozabila vseh teh ljudi, ki so nam ob tem projektu nudili podporo. In vseh, ki so prišli v Čakovec in nato na Reko. Od predsednika RZS Zorana Jankoviča do najmlajših dečkov in deklic. In vsi tisti, ki

jih srečujem sedaj, ko smo - nekako otožni - doma. Ti ljudje so me prepričali, da smo ogromno naredili - z veliko borbenostjo in srčnostjo. In to se vidi. In iz tega vidika je bilo vredno. Pravijo, da publika prepozna

in ne laže. "Sreče pa res ni bilo, ..." dodajajo mnogi. Res je ni bilo. To pa ne vem zakaj..., ne vem zakaj jo nismo uspeli priklicati. Naj jo naslednji, ki bodo stopali po tej poti. In te naše izkušnje naj upoštevajo.

Priloga:

SKUPINA A Split			SKUPINA B Poreč			SKUPINA C Karlovac			SKUPINA D Čakovec		
FRA	ESP	28:25	RUS	KOR	28:27	NOR	UKR	29:30	HUN	CIV	43:25
SCG	AUS	41:18	CZE	URU	46:16	ROM	ARG	43:13	SLO	CHN	34:26
CRO	BRA	32:25	AUT	ANG	29:19	JPN	TUN	30:24	DEN	GER	20:20
ESP	SCG	33:27	KOR	CZE	31:18	UKR	ROM	28:28	CIV	SLO	28:32
BRA	FRA	15:33	ANG	RUS	22:26	TUN	NOR	25:27	GER	HUN	30:27
AUS	CRO	12:38	URU	AUT	20:47	ARG	JPN	16:24	CHN	DEN	20:29
FRA	AUS	33:13	RUS	URU	38:15	NOR	ARG	45:13	HUN	SLO	38:25
SCG	CRO	28:24	CZE	AUT	22:29	ROM	JPN	41:30	GER	CHN	30:28
ESP	BRA	27:25	KOR	ANG	27:21	UKR	TUN	33:15	DEN	CIV	24:21
SCG	BRA	44:41	CZE	ANG	24:18	ROM	TUN	25:23	CIV	GER	17:36
CRO	FRA	20:28	AUT	RUS	26:30	JPN	NOR	19:33	HUN	CHN	34:30
AUS	ESP	12:36	URU	KOR	12:41	ARG	UKR	14:28	SLO	DEN	29:21
BRA	AUS	30:19	ANG	URU	39:14	TUN	ARG	31:18	CHN	CIV	31:26
CRO	ESP	28:29	AUT	KOR	34:39	JPN	UKR	30:39	SLO	GER	29:28
FRA	SCG	27:25	RUS	CZE	31:16	NOR	ROM	29:21	DEN	HUN	19:29

1	Madžarska	5	4	1	0	171 : 129	8
2	Slovenija	5	4	0	1	149 : 141	8
3	Nemčija	5	3	1	1	144 : 121	7
4	Danska	5	2	1	2	113 : 119	5
5	Kitajska	5	1	0	4	135 : 153	2
6	Slonokoščena obala	5	0	0	4	117 : 166	0

NADALJEVANJE TEKMOVANJA:

Glavni skupini:

Igralo se je v 2 mestih in sicer na Reki in v Zagrebu. V vsaki skupini je bilo odigranih 9 tekem, skupno 18. Po zaključenem predtekmovanju v skupinah so zadnje tri uvrščene reprezentance iz vsake skupine

končale s tekmovanjem. Prve tri uvrščene so se združile v dve glavni skupini in sicer I. skupina: A + B, II. skupina: C + D. Sodelujoče ekipe v glavnih skupinah so odigrale tekme samo proti ekipam iz nasprotnih skupin, točke osvojene proti nasprotnikom iz iste predtekmovalne skupine so se prenesle v nadaljnje tekmovanje.

I - Zagreb			II - Rijeka		
09.12.	ŠPANIJA : AVSTRIJA	27:26	NORVEŠKA : NEMČIJA	31:30	
	SCG : RUSIJA	31:27	ROMUNIJA : MADŽARSKA	27:30	
	FRANCIJA : JUŽNA KOREJA	25:27	SLOVENIJA : UKRAJINA	26:25	
10.12.	RUSIJA : ŠPANIJA	25:25	MADŽARSKA : NORVEŠKA	24:24	
	AVSTRIJA : FRANCIJA	25:28	NEMČIJA : UKRAJINA	23:25	
	JUŽNA KOREJA : SCG	23:25	SLOVENIJA : ROMUNIJA	30:28	
11.12.	SCG : AVSTRIJA	27:38	ROMUNIJA : NEMČIJA	31:23	
	ŠPANIJA : JUŽNA KOREJA	29:32	NORVEŠKA : SLOVENIJA	29:28	
	FRANCIJA : RUSIJA	20:19	UKRAJINA : MADŽARSKA	23:35	

Tekme v skupini, kjer je igrala Slovenija so bile ob 17.15, 19.15 in 21.15.

1	Madžarska	5	3	1	1	154:129	7
2	Ukrajina	5	3	1	1	132:140	7
3	Norveška	5	3	1	1	142:133	7
4	Slovenija	5	2	0	3	137:149	4
5	Romunija	5	1	1	3	135:140	3
6	Nemčija	5	1	0	4	134:143	2
1	Francija	5	4	0	1	108:102	8
2	Južna Koreja	5	3	0	2	110:106	6
3	Španija	5	2	1	2	110:109	5
4	Rusija	5	2	1	2	116:112	5
5	Srbija in Črna Gora	5	2	0	3	108:110	4
6	Avstrija	5	1	0	4	111:124	2

Končni vrstni red

- | | | | |
|----------|---------------------|----|--------------------|
| 1 | Francija | 13 | Danska |
| 2 | Madžarska | 14 | Hrvaška |
| 3 | Južna Koreja | 15 | Češka |
| 4 | Ukrajina | 16 | Japonska |
| 5 | Španija | 17 | Angola |
| 6 | Norveška | 18 | Tunizija |
| 7 | Rusija | 19 | Kitajska |
| 8 | Slovenija | 20 | Braziliya |
| 9 | Srbija in Črna gora | 21 | Slonokoščena obala |
| 10 | Romunija | 22 | Argentina |
| 11 | Avstrija | 23 | Avstralija |
| 12 | Nemčija | 24 | Urugvaj |

Na SP 2003 je bilo skupno odigranih 83 tekem.





UTRINKI ...



6. MEN'S EUROPEAN CHAMPIONSHIP

... Z EURA 2004



Marko ŠIBILA, Tone TISELJ

ANALIZA IGRE SLOVENSKE REPREZENTANCE NA EVROPSKEM ROKOMETNEM PRVENSTVU V SLOVENIJI - EURO 2004



Evropsko rokometno prvenstvo (EURO 2004) v Sloveniji je bilo eden izmed najpomembnejših športnih dogodkov v naši državi. V Velenju, Kopru, Celju in Ljubljani so bili ljubitelji rokometu koncem januarja priča izjemnim bojem najboljših evropskih reprezentanc. Evropski prvaki so prvič v zgodovini evropskih prvenstev postali Nemci, kjer je rokomet eden izmed najpopularnejših športov. Dogodku pa sta poseben pečat dala veliko zanimanje slovenske in evropske športne javnosti ter zgodovinski uspeh slovenskih rokometashev. Drugo mesto in srebrna medalja je težko ponovljiv tekmovalni dosežek slovenskih rokometnih mojstrov. V članku skušamo s pomočjo analize nekaterih statističnih podatkov pojasniti v katerih elementih so bili igralci slovenske reprezentance še posebej učinkoviti.

UVOD

Evropsko prvenstvo, ki se je odvijalo od 21. 1. do 1. 2. 2004, je bilo za Slovenijo, v smislu športnega spektakla, gotovo dogodek, ki ga bo v prihodnosti težko preseči. Ob splošni popularnosti rokometu, ki je predvsem posledica dobrih tekmovalnih rezultatov klubskih in reprezentančnih moštev v preteklosti, gre za veliko medijsko odmevnost tega dogodka gotovo zaslugu reprezentanci, ki je na tem prvenstvu zastopala Slovenijo. Osvojitve srebrne medalje ob zmagah nad sloviti nasprotniki je navdušila slovensko športno javnost. Eden izmed pomembnih pokazateljev, ki slikovito ponazarja pomen uspešnega nastopa slovenske reprezentance je gledanost prenosa finalnega dvoboja med Slovenijo in Nemčijo po nacionalni tele-

viziji. Več kot četrtina vseh Slovencev si je ogledala neposreden prenos omenjenega finala (Sevim, Taborsky, 2004). Ob tem pa velja omeniti tudi mednarodno odmevnost tega dogodka. Nemška televizijska postaja DSF je namreč, v času največje gledanosti finalnega dvoboja, zabeležila drugi najboljši rezultat v zgodovini svojega obstoja. Kar 5.23 milijona gledalcev je spremljalo finale, kar je tudi bistveno več kot dve leti prej, ko sta se v finalu EP na Švedskem pomerili Švedska in Nemčija - 3.72 milijona (Von Gehren, 2004). Čeprav so bili uspešni rokometasi tudi v preteklosti znani slovenski športni javnosti pa je njihova popularnost med prvenstvom in po njem izjemno narasla. Zelo je naraslo tudi splošno zanimanje ljudi za rokomet. Prav zato smo se odločili, da skušamo opraviti analizo nastopa slovenske reprezentance



Slika 1: Publika je bila na vseh tekmah navdušena.

na EP 2004. Pri tem se bomo omejili v največji meri na vsebinsko razlago različnih statističnih podatkov zbranih med tekmami slovenske rokometne reprezentance in njenih nasprotnikov.

Rezultati slovenske reprezentance na EP 2004 in njihova primerjava z rezultati reprezentance na preteklih velikih tekmovanjih

Od leta 1994, ko se ji je prvič uspelo uvrstiti na EP na Portugalskem, se je slovenska moška članska rokometna reprezentanca redno uvrščala na velika tekmovanja. Razen leta 1998 je tako igrala na vseh dosedanjih evropskih prvenstvih.

Iz *Preglednice 1* je razvidno, da se je slovenska reprezentanca uvrstila na pet od dosedanjih šestih evropskih prvenstev. Uvrstitev na evropsko prvenstvo ji je spodletela edino v kvalifikacijah za EP 1998 v Italiji. Uvrstitve slovenske reprezentance so bile zelo različne. Najboljša je bila, do EURA 2004, uvrstitev na EP 2000 na Hrvaškem, kjer smo osvojili 5. mesto. Zagotovo je bila zadovoljiva tudi uvrstitev na prvem EP 1994 na Portugalskem, kjer smo se z osvojenim 10. mestom uvrstili tudi na svetovno prvenstvo l. 1995 na Islandiji. Na EP 2004 je slovenska reprezentanca odigrala osem tekem - tri tekme v začetni skupini v Celju, tri tekme v nadaljevanju tekmovanja v skupini v Ljubljani ter polfinalno in finalno tekmo.

	PORTUGALSKA 1994	ŠPANIJA 1996	ITALIJA 1998	HRVAŠKA 2000	ŠVEDSKA 2002	SLOVENIJA 2004
1	ŠVE	RUS	ŠVE	ŠVE	ŠVE	NEM
2	RUS	ŠPA	ŠPA	RUS	NEM	SLO
3	HRV	JUG	NEM	ŠPA	DAN	DAN
4	DAN	ŠVE	RUS	FRA	ISL	HRV
5	ŠPA	HRV	JUG	SLO	RUS	RUS
6	FRA	ČEŠ	MAD	HRV	FRA	FRA
7	MAD	FRA	FRA	POR	ŠPA	ŠVE
8	BLR	NEM	HRV	NOR	ČEŠ	SČG
9	NEM	ROM	LIT	NEM	POR	MAD
10	SLO	MAD	ČEŠ	DAN	JUG	ŠPA
11	ROM	SLO	ITA	ISL	UKR	ČEŠ
12	POR	DAN	MAK	UKR	SLO	ŠVI
13					ŠVI	ISL
14					IZR	POR
15					POL	UKR
16					HRV	POL

Preglednica 1: Uvrstitve reprezentanc na dosedanjih evropskih prvenstvih (Sevim, Taborsky, 2004).

6 x	6 ekip	ŠVE, RUS, ŠPA, HRV, NEM, FRA
5 x	2 ekipi	SLO, DAN
4 x	4 ekipe	ČEŠ, MAD, POR, SČG
3 x	2 ekipi	UKR, ISL
2 x	3 ekipe	ŠVI, POL, ROM
1 x	6 ekip	BLR, LIT, ITA, MAK, NOR, IZR

Preglednica 2: Zastopanost posameznih držav na dosedanjih evropskih prvenstvih.

št.	kraj	tekma	rezultat	stopnja tekmovanja
1	Celje	Slovenija : Islandija	34 : 28	začetna skupina
2	Celje	Slovenija : Češka	37 : 33	začetna skupina
3	Celje	Slovenija : Madžarska	29 : 29	začetna skupina
4	Ljubljana	Slovenija : Srbija in Črna gora	27 : 20	glavni del
5	Ljubljana	Slovenija : Nemčija	24 : 31	glavni del
6	Ljubljana	Slovenija : Francija	27 : 22	glavni del
7	Ljubljana	Slovenija : Hrvaška	27 : 25	polfinale
8	Ljubljana	Slovenija : Nemčija	25 : 30	finale

Preglednica 3: Rezultati slovenske reprezentance na EP 2004.

Iz **Preglednice 3** je razvidno, da je slovenska reprezentanca zmagala pet tekem, dve izgubila (obe z reprezentanco Nemčije) ter eno igrala neodločeno.

Ob nastopanju na evropskih prvenstvih se je slovenska reprezentanca v preteklosti uvrstila tudi na svetovna prvenstva leta 1995 na Islandiji, leta 2001 v Franciji ter leta 2003 na Portugalskem. Ob tem pa je igrala tudi na olimpijskih igrah l. 2000 v Sydneyu. Žal je na svetovnih prvenstvih Slovenija nastopala manj uspešno. Prvo SP na katerem je nastopila je bilo na Islandiji l. 1995, uvrstili pa smo se le na 17. do 20. mesto. Podobno pa je bilo tudi na preostalih dveh prvenstvih. V Franciji l. 2001 smo zasedli 17., na Portugalskem l. 2003 pa 11 mesto. Eden večjih uspehov slovenskega rokometaja je bila uvrstitev na olimpijske igre l. 2000 v Sydney, kjer smo osvojili 8. mesto.

Že iz kratke primerjave tekmovalnih do-

sežkov naše reprezentance je razvidno, da uvrstitev na EP 2004 močno odstopa od ostalih.

NEKATERE ZNAČILNOSTI REPREZENTANC, KI SO NASTOPALE NA EP 2004

Na podlagi podatkov o dveh osnovnih morfoloških telesnih pokazateljih - telesni višini in telesni masi - lahko sklepamo, da je bila slovenska rokometna reprezentanca v obeh pokazateljih povsem primerljiva z ostalimi reprezentancami. Nismo sicer imeli ekstremno visokih igralcev kot na primer Nemci ali Madžari, vendar je povprečje povsem zadovoljivo. V povprečju so bili višji od naše reprezentance samo Nemci (ki so odstopali tudi od ostalih) ter Švedi, Madžari, Španci ter Ukrajinci. Menimo, da je ta podatek pomemben, saj smo v preteklosti mnogokrat ugotavljali,



Slika 2: Slovenska reprezentanca fotografirana ob začetku priprav na evropsko prvenstvo.

da naša reprezentanca precej zaostaja v telesni višini v primerjavi z najboljšimi. Očitno je izboljššan izbor igralcev pripomogel k približanju mednarodnim standardom. Glede telesne mase je sicer situacija nekoliko drugačna, saj smo bili v tem pokazatelju, v povprečju, precej bolj v ozadju. Za nami sta bili le reprezentanci Švice in Islandije. V moštvu tudi nismo imeli nobenega igralca z izrazito veliko telesno maso, saj so nas v tem smislu prehiteli prav vse ostale reprezentance. Razlike pa niso velike in verjetno niso bistveno vplivale na tekmovalno uspešnost. Kljub temu pa bomo morali biti v prihodnje pozorni tudi na ta dejstva.

Podatki o starostni strukturi igralcev različnih reprezentanc so si precej podobni.

Nobena reprezentanca v povprečju namreč ni bila mlajša od 27 in ne starejša od 30 let. Naša reprezentanca je bila v tem pogledu nekje na sredini. V povprečju najstarejša je bila reprezentanca Nemčije, kar je zanimivo, saj so mediji predstavljali kot reprezentanco "starčkov" predvsem Švede, ki pa so bili, v povprečju, mlajši tudi od Rusov. Glede števila nastopov za reprezentanco so bili naši igralci v povprečju nekje na sredini vseh nastopajočih. Tudi nismo imeli igralcev z izrazito velikim številom nastopov, kot je to značilno za reprezentance Nemčije, Rusije, Islandije, Švedske ter Madžarske. Glede povprečnega števila nastopov za reprezentance sta od ostalih reprezentanc izrazito izstopali reprezentanci Švedske in Nemčije.

	Ekipa	Število igralcev	Višina (cm)			Teža (kg)		
			max.	min.	povpreč.	max.	min.	povpreč.
1	NEM	16	214	185	195.4	126	79	94.0
2	SLO	16	200	184	192.0	98	80	90.5
3	DAN	16	201	180	189.9	101	84	91.4
4	HRV	16	203	184	186.8	100	80	91.3
5	RUS	16	203	180	192.0	106	76	91.3
6	FRA	16	199	178	190.3	106	79	94.5
7	ŠVE	16	200	181	193.5	105	81	93.3
8	SČG	16	200	180	189.4	105	77	91.6
9	MAD	16	208	185	193.3	125	85	97.5
10	ŠPA	16	203	176	192.9	105	75	93.4
11	ČEŠ	15	202	176	188.9	114	80	93.5
12	ŠVI	16	202	180	190.5	106	76	88.3
13	ISL	15	202	180	190.5	106	76	88.6
14	POR	16	196	176	186.8	109	80	92.7
15	UKR	16	202	183	193.9	105	83	91.6
16	POL	16	202	182	192.1	100	75	92.6
Skupaj		254	214 cm	176 cm	191.1	126 kg	75 kg	92.2 kg

Preglednica 4: Podatki o višini in teži igralcev (Sevim, Taborsky, 2004)

ANALIZA STATISTIČNIH PODATKOV O IGRALNI UČINKOVITOSTI IGRALCEV SLOVENSKE REPREZENTANCE

Statistične podatke smo povzeli po uradni statistiki Evropskega prvenstva, ki jo je beležila in objavila Evropska rokometna zveza (EHF, 2004). Kot rečeno je Slovenija odigrala 8 tekem, kar znese skupaj 8 ur igranja. Največ časa so na igrišču od

naših igralcev prebili Vugrinec, Kavtičnik ter Pajovič - vsi več kot 5 ur, sledila pa sta jim Zorman in Kastelic z več kot štirimi urami. Glede števila doseženih zadetkov sta izstopala oba levo roka igralca Vugrinec (38 zadetkov) in Kavtičnik (40 zadetkov), sledili pa so jima Lubej (25 zadetkov), Jovičič (25 zadetkov), Zorman (22 zadetkov) ter Pajovič (21 zadetkov). Zelo visok izkoristek strelav so imeli

	Ekipa	Število igralcev	Starost (leta)					Število mednarod. tekem		
			-25	25-30	30-35	35+	povpr.	max.	min.	povpr.
1	NEM	16	3	4	7	2	29.9	326	22	130.4
2	SLO	16	3	7	6	-	28.6	184	22	94.5
3	DAN	16	-	11	5	-	28.6	186	16	100.4
4	HRV	16	2	9	4	1	27.8	177	18	69.4
5	RUS	16	3	6	5	2	29.6	329	10	97.1
6	FRA	16	1	9	6	-	28.6	179	15	106.6
7	ŠVE	16	4	6	2	4	29.1	381	24	142.6
8	SČG	16	2	9	5	-	28.6	203	7	78.8
9	MAD	16	6	3	5	2	27.6	284	4	89.2
10	ŠPA	16	4	5	7	-	28.2	168	7	64.4
11	ČEŠ	15	2	8	5	-	27.2	90	14	41.9
12	ŠVI	16	4	8	4	-	27.2	179	10	79.6
13	ISL	15	3	5	6	1	28.9	348	5	85.5
14	POR	16	4	6	5	1	28.4	246	23	116.0
15	UKR	16	5	7	4	-	27.0	51	1	21.6
16	POL	16	5	6	4	1	27.9	138	4	66.6
Skupaj		254	51	109	80	14				
		100 %	20 %	43%	32%	5%	28.3			

Preglednica 5: Starostna struktura igralcev in število odigranih mednarodnih tekem (Sevim, Taborsky, 2004)

predvsem Jovičič (78%), Lubej (78%) ter Zorman (76%), sledila pa sta jim Tomšič (65%) in Kavtčičnik (62%). Skupna učinkovitost pri strelah celotnega moštva je bila 58%. Na vseh tekmah skupaj je Slovenija odigrala 445 napadov (56 na tekmo) in jih z zadetkom zaključila 230 (52% učinkovitost). Napadov na postavljeno obrambo je bilo 401 iz katerih je bilo doseženih 199 zadetkov (50% učinkovitost). Bilo je izve-

denih 44 protinapadov in doseženih 31 zadetkov (70% učinkovitost). Pri napadih z igralcem več je bilo iz 58 napadov doseženih 31 zadetkov (53% učinkovitost), z igralcem manj pa iz 79 napadov 30 zadetkov (38% učinkovitost). Sloveniji je bilo skupaj prisojeno 27 sedemmetrovk iz katerih je bilo doseženih 19 zadetkov (70% učinkovitost). Tehničnih napak je bilo 94 - 12 na tekmo ali 21% vseh napadov.

ANALIZA IGRE

Št.	Priimek in ime	O T	Skupaj			Vsi zadetki / streli				
			Zadetki	Streli	%	7m	7m%	6m	Krilo	Prodor
1	PODPEČAN Dušan	6								
3	BACKOVIČ Ognjen	7	17	31	55			1/1	2/3	7/7
4	VUGRINEC Renato	8	38	77	49	4/6	67	2/2	1/3	13/20
5	JOVIČIČ Zoran	6	25	32	78	6/6	100	6/9	10/14	1/1
6	KASTELIC Andrej	8	6	16	38	1/2	50	/1	2/7	2/2
7	KAVTIČNIK Vid	8	40	65	62	1/3	33		14/22	4/4
8	BEDEKOVIČ Branko	8		2	0					
11	PUNGARTNIK Roman	4	10	21	48				5/12	2/2
12	ŠKOF Gorazd	5								
13	TOMŠIČ Tomaž	8	11	17	65			9/13	1/1	
14	SIMONOVIČ Ivan	5	9	17	53	3/5	60			2/3
15	PAJOVIČ Aleš	8	21	49	43					2/2
16	LAPAJNE Beno	5								
17	FICKO Boštjan	6	6	10	60			2/3		2/2
18	ZORMAN Uroš	8	22	29	76			5/6	1/2	13/14
19	LUBEJ Zoran	8	25	32	78	4/5	80	17/21	/1	
Skupaj			230	398	58	19/27	70	42/56	35/65	48/57

Št.	Vratarji	O T	Skupaj			Vseh obramb /			
			Obramb	Strelov	%	7m	7m%	6m	Krilo
1	Podpečan Dušan	6	30	111	27	4/18	22	3/16	5/21
12	Škof Gorazd	5	11	59	19	1/9	11	1/14	1/6
16	Lapajne Beno	5	56	145	39	3/12	25	5/19	11/26
Skupaj			97	315	31	8/39	21	9/49	17/53

NAPADI

Ekipa	Vsi		Igralec več		Igralec manj		Postavljen napad		Protinad	
	Zadetekov /napad	%	Zadetekov /napad	%	Zadetekov /napad	%	Zadetekov /napad	%	Zadetekov /napad	%
SLO	230/445	52	31/58	53	30/79	38	199/401	50	31/44	70

		Kazni					Napad			Obramba			
9m	PR	RuK	RK	2 m	2+2	IZ	A	I7	TN	OŽ	B	P7	Čas igre
				1									02:42:40
7/19	/1	2	1	6			1		4	1	2	5	02:43:40
12/39	6/7	2		2			53	7	19	5	2	2	05:50:00
	2/2	1		3			4	1	4	2			03:30:00
0/3	1/1	2		5			2	2	1	3		1	04:09:50
12/27	9/9	2		4			7	3	7	3	1	3	05:57:10
0/2		3	1	11			2	1		3	3	11	03:00:10
0/4	313	2		5					3	2		2	02:13:20
									1				01:38:30
1/1	1/2	2		5			4		2	6	12	3	02:54:10
4/9		1					3		6			1	01:11:50
17/44	2/3	4	1	9			10		9	6	8	7	05:32:00
							3						03:40:41
2/5		1		1			2		8	2		1	02:36:30
0/4	3/3	1		3			20	5	16	8	1	5	04:25:10
	4/5	1		3			5	7	11	3	4	1	03:53:10
55/157	31/36	24	3	58			117	26	91	44	33	42	08:00:00

strelov					
Prodor	SB	SB%	9m	9m%	Protinapad
1/9	9/46	20	14/37	38	3/10
1/8	3/28	11	7/17	41	0/5
3/17	19/62	31	30/56	54	4/15
5/34	31/136	23	51/110	46	7/30

6m : Strelji iz 6m
9m : Strelji iz 9 metrov
PR : Protinapad
7mP : Strelji iz 7 metrov
TN : Tehnične napake
I7 : Izsiljena 7m
P7 : Prekrški za 7M
OŽ : Odvzeta žoga
B : Blokirani strelji
A : Asistence
% : Učinkovitost
SB : Strelji od blizu (6m, prodor, krilo)
RuK : Rumen karton
2m : Kazen 2 min.
2+2 : Kazen 2+2 min.
RK : Rdeč karton
IZ : Izključitev do konca

Individualni protinapad		Moštveni protinapad		Tehnične napake	Tehnične napake %
Zadetkov /napad	%	Zadetkov /napad	%		
3/4	75	28/40		94	21

Preglednica 6:

Skupni statistični podatki o igri vseh igralcev Slovenije, ki so nastopili na evropskem prvenstvu 2004.

Zelo zanimivi so tudi statistični podatki o branjenju naših vratarjev. Izmed vseh treh vratarjev je imel daleč najvišjo učinkovitost Lapajne (39% ubranjenih strelav), sledita mu Podpečan s 27% in Škof s 19% ubranjenih strelav.

Iz primerjave teh podatkov s statističnimi podatki o igri najboljših reprezentanc na velikih tekmovanjih (Czerwinski, 1998; 2000; Seco, 1999; Feldman, 2001; Mocsai, 2002; Taborsky, Polany, 2003) lahko vidimo, da se medsebojno bistveno ne razlikujejo.

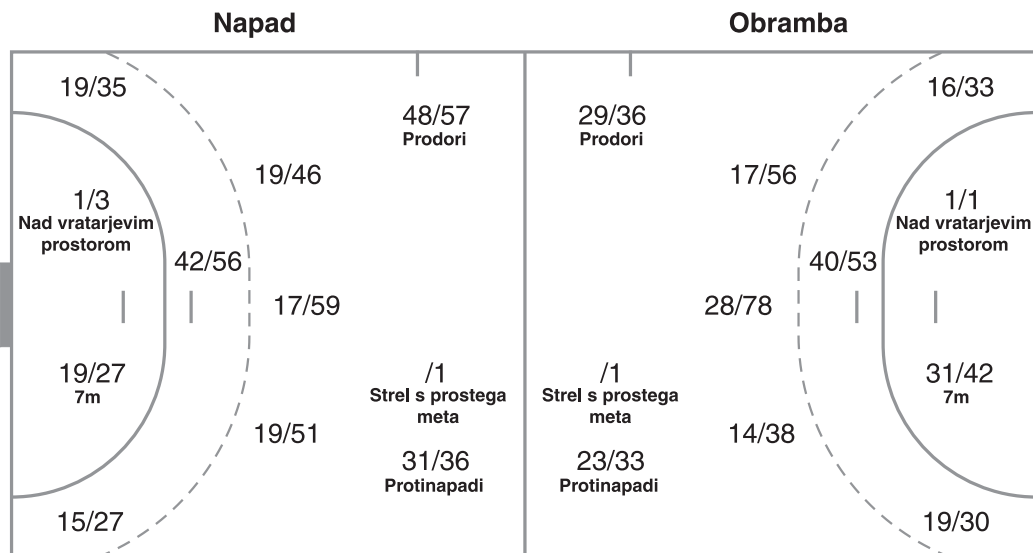
Tudi podatki o razpršenosti strelav glede na to v katere dele vrat so bili usmerjeni in o njihovi učinkovitosti so lahko, predvsem iz taktičnih razlogov, zelo zanimivi. Tako lahko razberemo, da so nekateri, sicer strelsko zelo učinkoviti igralci, pri strelah v določene dele vrat nadpovprečno dosti strelav zgrešili. Naš najboljši strellec Vugrinec je mnogo bolj učinkovito streljal v tki. dolgi kot (17 zadetkov iz 24 strelav). Pri strelah v kratek kot pa je bil manj učinkovit (16 zadetkov iz 29 strelav). Rogulj in Srhoj, 2003, ki sta proučevala razmerje med usmerjenostjo strelav v določen del vrat in njihovo učinkovitostjo sta ugotovila, da so najmanj učinkoviti strelci, ki so usmerjeni srednje visoko. To zagotovo velja tudi za naše strelce - predvsem Kavtičnika, Lubeja in Pajoviča in je razvidno tudi iz skupne statistike. V celoti gledano pa je bilo vendarle teh strelav relativno malo, kar pomeni, da so se igralci usmerjanju strelav srednje visoko ali v kratek kot skušali izogibati. Igralne okoliščine pa občasno seveda prisilijo strelce, da ne morejo izbrati optimalne smeri strela. Iz grafičnega prikaza porazdelitve strelav glede na mesto izvedbe lahko razberemo

da so naši igralci relativno dobro uravnotežili izvajanje strelav iz različnih igralnih mest. Ob primerjavi z našimi nasprotniki pa lahko ugotovimo, da prihaja ponekod do zelo velikih razlik. Naši nasprotniki so izvedli več strelav iz mesta srednjega zunanjšega igralca - iz 78 strelav so dosegli 28 zadetkov, naši igralci pa iz 59 strelav 17 zadetkov. Do velikih razlik prihaja tudi v številu prisojenih sedemmetrovk - reprezentance s katerimi smo igrali so na ta način dosegle bistveno več zadetkov. Nasprotno pa je Slovenija izvedla več protinapadov in na ta način dosegla tudi več zadetkov.

Zanimiv je tudi pogled na osnovne statistične podatke o igri vseh reprezentanc (Preglednici 8 in 9). Iz njih je razvidno, da je Slovenija z 52% uspešno zaključenih napadov čisto na vrhu, ob Nemčiji (52%) in Danski (52%). Najnižji odstotek uspešno zaključenih napadov sta imeli reprezentanci Ukrajine (43%) in Češke (44%). Iz našega vidika je zelo zanimiv tudi podatek o uspešnosti zaključevanja napadov z igralcem več (53%). V tem elementu smo bili namreč ob Srbiji in Črni Gori (52%) ter Švici (53%) najslabša reprezentanca. Gotovo bo potrebno v prihodnje, tako v taktičnem kot v psihološkem smislu, narediti korak naprej pri realizaciji napadov z igralcem več. Za slovensko reprezentanco so zelo zanimivi tudi podatki o številu prodorov in številu zadetkov doseženih na ta način. Slovenija je namreč z 48 zadetki iz 57 poizkusov (84% učinkovitost) daleč najuspešnejša v tem elementu (v absolutnem številu je druga Hrvaška z 39 zadetki iz 55 poizkusov). Zanimivost teh podatkov izhaja predvsem

Backovič Ognjen <table border="1"> <tr><td></td><td>1/1</td><td>2/2</td></tr> <tr><td>2/4</td><td></td><td>1/3</td></tr> <tr><td>7/8</td><td>1/3</td><td>3/3</td></tr> <tr><td>4 zgrešeni</td><td>3 blokirani</td><td></td></tr> </table>		1/1	2/2	2/4		1/3	7/8	1/3	3/3	4 zgrešeni	3 blokirani		Vugrinec Renato <table border="1"> <tr><td>4/5</td><td>4/4</td><td>4/8</td></tr> <tr><td>4/6</td><td>/1</td><td>1/4</td></tr> <tr><td>9/13</td><td>1/3</td><td>11/17</td></tr> <tr><td>6 zgrešenih</td><td>4 vratnice</td><td>6 blokiranih</td></tr> </table>	4/5	4/4	4/8	4/6	/1	1/4	9/13	1/3	11/17	6 zgrešenih	4 vratnice	6 blokiranih	Jovičič Zoran <table border="1"> <tr><td>1/2</td><td>5/5</td><td>1/1</td></tr> <tr><td>/1</td><td></td><td>1/1</td></tr> <tr><td>5/5</td><td>5/6</td><td>7/8</td></tr> <tr><td>1 zgrešen</td><td>2 vratnici</td><td></td></tr> </table>	1/2	5/5	1/1	/1		1/1	5/5	5/6	7/8	1 zgrešen	2 vratnici		Kastelic Andrej <table border="1"> <tr><td>1/1</td><td>1/1</td><td></td></tr> <tr><td>/4</td><td></td><td>1/1</td></tr> <tr><td>2/2</td><td>/2</td><td>1/2</td></tr> <tr><td>2 vratnici</td><td>1 blokiran</td><td></td></tr> </table>	1/1	1/1		/4		1/1	2/2	/2	1/2	2 vratnici	1 blokiran		Kavtičnik Vid <table border="1"> <tr><td>1/1</td><td>5/6</td><td>4/5</td></tr> <tr><td>7/12</td><td>/2</td><td>3/8</td></tr> <tr><td>13/13</td><td>3/4</td><td>4/5</td></tr> <tr><td>4 zgrešeni</td><td>1 vratnica</td><td>4 blokirani</td></tr> </table>	1/1	5/6	4/5	7/12	/2	3/8	13/13	3/4	4/5	4 zgrešeni	1 vratnica	4 blokirani	Bedekovič Branko <table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1 zgrešen</td><td>1 vratnica</td><td></td></tr> </table>										1 zgrešen	1 vratnica	
	1/1	2/2																																																																											
2/4		1/3																																																																											
7/8	1/3	3/3																																																																											
4 zgrešeni	3 blokirani																																																																												
4/5	4/4	4/8																																																																											
4/6	/1	1/4																																																																											
9/13	1/3	11/17																																																																											
6 zgrešenih	4 vratnice	6 blokiranih																																																																											
1/2	5/5	1/1																																																																											
/1		1/1																																																																											
5/5	5/6	7/8																																																																											
1 zgrešen	2 vratnici																																																																												
1/1	1/1																																																																												
/4		1/1																																																																											
2/2	/2	1/2																																																																											
2 vratnici	1 blokiran																																																																												
1/1	5/6	4/5																																																																											
7/12	/2	3/8																																																																											
13/13	3/4	4/5																																																																											
4 zgrešeni	1 vratnica	4 blokirani																																																																											
1 zgrešen	1 vratnica																																																																												
Pungartnik Roman <table border="1"> <tr><td></td><td>1/1</td><td>/2</td></tr> <tr><td></td><td>/1</td><td>1/2</td></tr> <tr><td>2/4</td><td>2/2</td><td>4/6</td></tr> <tr><td>1 zgrešen</td><td></td><td></td></tr> </table>		1/1	/2		/1	1/2	2/4	2/2	4/6	1 zgrešen			Tomšič Tomaž <table border="1"> <tr><td>2/2</td><td>1/1</td><td>2/2</td></tr> <tr><td>2/3</td><td>/1</td><td>3/3</td></tr> <tr><td>/1</td><td></td><td>1/1</td></tr> <tr><td>1 zgrešen</td><td>2 vratnici</td><td></td></tr> </table>	2/2	1/1	2/2	2/3	/1	3/3	/1		1/1	1 zgrešen	2 vratnici		Simonovič Ivan <table border="1"> <tr><td></td><td>2/3</td><td>4/4</td></tr> <tr><td>1/1</td><td>/1</td><td>1/3</td></tr> <tr><td>1/1</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>2 vratnici</td><td>2 blokirana</td></tr> </table>		2/3	4/4	1/1	/1	1/3	1/1				2 vratnici	2 blokirana	Pajovič Aleš <table border="1"> <tr><td>/1</td><td>1/1</td><td>1/1</td></tr> <tr><td>1/4</td><td>/5</td><td>4/6</td></tr> <tr><td>8/12</td><td>1/1</td><td>5/8</td></tr> <tr><td>4 zgrešeni</td><td>3 vratnice</td><td>3 blokirani</td></tr> </table>	/1	1/1	1/1	1/4	/5	4/6	8/12	1/1	5/8	4 zgrešeni	3 vratnice	3 blokirani	Ficko Boštjan <table border="1"> <tr><td></td><td>1/1</td><td>/2</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>1/1</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>4/4</td></tr> <tr><td></td><td>1 vratnica</td><td>1 blokiran</td></tr> </table>		1/1	/2			1/1			4/4		1 vratnica	1 blokiran	Zorman Uroš <table border="1"> <tr><td>2/2</td><td>1/1</td><td>1/2</td></tr> <tr><td>1/3</td><td></td><td>2/3</td></tr> <tr><td>6/7</td><td>2/2</td><td>7/8</td></tr> <tr><td></td><td>1 vratnica</td><td></td></tr> </table>	2/2	1/1	1/2	1/3		2/3	6/7	2/2	7/8		1 vratnica	
	1/1	/2																																																																											
	/1	1/2																																																																											
2/4	2/2	4/6																																																																											
1 zgrešen																																																																													
2/2	1/1	2/2																																																																											
2/3	/1	3/3																																																																											
/1		1/1																																																																											
1 zgrešen	2 vratnici																																																																												
	2/3	4/4																																																																											
1/1	/1	1/3																																																																											
1/1																																																																													
	2 vratnici	2 blokirana																																																																											
/1	1/1	1/1																																																																											
1/4	/5	4/6																																																																											
8/12	1/1	5/8																																																																											
4 zgrešeni	3 vratnice	3 blokirani																																																																											
	1/1	/2																																																																											
		1/1																																																																											
		4/4																																																																											
	1 vratnica	1 blokiran																																																																											
2/2	1/1	1/2																																																																											
1/3		2/3																																																																											
6/7	2/2	7/8																																																																											
	1 vratnica																																																																												
Lubej Zoran <table border="1"> <tr><td>4/4</td><td>6/6</td><td></td></tr> <tr><td>2/5</td><td>/1</td><td></td></tr> <tr><td>10/11</td><td>/1</td><td>3/3</td></tr> <tr><td>1 zgrešen</td><td></td><td></td></tr> </table>	4/4	6/6		2/5	/1		10/11	/1	3/3	1 zgrešen			Ekipa <table border="1"> <tr><td>15/18</td><td>29/31</td><td>19/29</td></tr> <tr><td>20/43</td><td>/12</td><td>19/25</td></tr> <tr><td>63/77</td><td>15/24</td><td>50/65</td></tr> <tr><td>23 zgrešenih</td><td>20 vratnic</td><td>21 blokiranih</td></tr> </table>	15/18	29/31	19/29	20/43	/12	19/25	63/77	15/24	50/65	23 zgrešenih	20 vratnic	21 blokiranih	Vratarji zadetkov/strelav <table border="1"> <tr><td>4/17</td><td>11/34</td><td>3/17</td></tr> <tr><td>19/32</td><td>2/2</td><td>20/32</td></tr> <tr><td>13/81</td><td>12/34</td><td>12/65</td></tr> <tr><td>28 zgrešenih</td><td>23 vratnic</td><td>35 blokiranih</td></tr> </table>				4/17	11/34	3/17	19/32	2/2	20/32	13/81	12/34	12/65	28 zgrešenih	23 vratnic	35 blokiranih																																				
4/4	6/6																																																																												
2/5	/1																																																																												
10/11	/1	3/3																																																																											
1 zgrešen																																																																													
15/18	29/31	19/29																																																																											
20/43	/12	19/25																																																																											
63/77	15/24	50/65																																																																											
23 zgrešenih	20 vratnic	21 blokiranih																																																																											
4/17	11/34	3/17																																																																											
19/32	2/2	20/32																																																																											
13/81	12/34	12/65																																																																											
28 zgrešenih	23 vratnic	35 blokiranih																																																																											
Podpečan Dušan <table border="1"> <tr><td>2/8</td><td>4/14</td><td>/8</td></tr> <tr><td>10/15</td><td></td><td>8/15</td></tr> <tr><td>1/28</td><td>2/9</td><td>3/14</td></tr> <tr><td>12 zgrešenih</td><td>7 vratnic</td><td>11 blokiranih</td></tr> </table>		2/8	4/14	/8	10/15		8/15	1/28	2/9	3/14	12 zgrešenih	7 vratnic	11 blokiranih	Škof Gorazd <table border="1"> <tr><td>1/6</td><td>1/6</td><td>/2</td></tr> <tr><td>1/2</td><td>1/1</td><td>5/8</td></tr> <tr><td>/12</td><td>/6</td><td>1/15</td></tr> <tr><td>5 zgrešenih</td><td>8 vratnic</td><td>8 blokiranih</td></tr> </table>		1/6	1/6	/2	1/2	1/1	5/8	/12	/6	1/15	5 zgrešenih	8 vratnic	8 blokiranih	Lapajne Beno <table border="1"> <tr><td>1/3</td><td>6/14</td><td>3/7</td></tr> <tr><td>8/15</td><td>1/1</td><td>7/9</td></tr> <tr><td>12/41</td><td>10/19</td><td>8/36</td></tr> <tr><td>11 zgrešenih</td><td>8 vratnic</td><td>16 blokiranih</td></tr> </table>		1/3	6/14	3/7	8/15	1/1	7/9	12/41	10/19	8/36	11 zgrešenih	8 vratnic	16 blokiranih																																				
2/8	4/14	/8																																																																											
10/15		8/15																																																																											
1/28	2/9	3/14																																																																											
12 zgrešenih	7 vratnic	11 blokiranih																																																																											
1/6	1/6	/2																																																																											
1/2	1/1	5/8																																																																											
/12	/6	1/15																																																																											
5 zgrešenih	8 vratnic	8 blokiranih																																																																											
1/3	6/14	3/7																																																																											
8/15	1/1	7/9																																																																											
12/41	10/19	8/36																																																																											
11 zgrešenih	8 vratnic	16 blokiranih																																																																											

Preglednica 7: Razpršenost strelav in podatki o njihovi učinkovitosti glede na različne dele vrat pri naših igralcih.



Skica 1: Grafični prikaz porazdelitve strelav glede na igralno mesto oz. igralno situacijo.

Ekipa	OT	Napadi		Z igralcem več		Z igralcem manj		Nap. post. obr.	
		Z / Nap	%	Z / Nap	%	Z / Nap	%	Z / Nap	%
HRV	8	222/442	50	41/75	55	16/50	32	195/394	49
ČEŠ	6	177/400	44	39/69	57	21/56	38	139/331	42
DAN	8	240/460	52	40/59	58	22/55	40	202/400	51
ŠPA	6	166/358	46	28/51	55	12/39	31	140/318	44
FRA	7	189/403	47	57/99	58	14/40	35	159/359	44
NEM	8	244/465	52	56/87	64	23/53	43	203/404	50
MAD	6	164/352	47	40/63	63	13/38	34	144/314	46
ISL	3	87/188	46	14/21	67	5/20	25	77/167	46
POL	3	86/191	45	20/32	63	11/38	29	69/169	41
POR	3	91/185	49	15/27	56	7/24	29	79/165	48
RUS	7	206/408	50	43/57	64	21/59	36	182/369	49
SČG	7	206/408	50	33/64	52	26/62	42	185/137	49
SLO	8	230/445	52	31/58	53	30/79	38	199/401	50
ŠVI	6	140/351	40	27/51	53	11/31	35	117/309	38
ŠVE	7	211/424	50	35/56	63	15/41	37	170/362	47
UKR	3	74/172	43	12/22	55	5/24	21	67/163	41
Skupaj	96	2733/5652	48	531/911	58	252/709	36	2327/5002	47

iz taktičnega modela igre naših napadalcev v preteklosti. Slovenski rokometni klubi (in posledično tudi reprezentance) namreč nikoli niso imeli velikega števila visokih igralcev, ki bi lahko učinkovito streljali z velikih razdalj. Zato je model igre v napadu temeljil na veliki prodornosti ob primernem tehničnem in taktičnem obvladovanju različnih vrst preigravanj povezanih z zaleti proti vratom. Tudi celotna metodika učenja in izpopolnjevanja igralcev je bila podrejena temu modelu igre v napadu. V zadnjem času pa so se v Slo-

veniji pojavili tudi nekateri izredno visoki igralci z zelo dobrim morfološkim in motoričnim potencialom. Model igre teh igralcev naj bi v večji meri temeljil na streljih z razdalje in izkoriščanju posledično poslabšane gostote obrambe ob pristopanju branilcev. Naša reprezentanca je v tem smislu očitno še vedno ohranila del modela igre iz preteklosti, kljub temu da so naši napadalci učinkovito streljali tudi iz večjih razdalj. Idealno je torej poiskati primerno razmerje med streli iz prodorov ali iz razdalje - glede na igro nasprotnika. Če ta

Protinapadi		Individualni protinapadi		Moštevni protinapadi		I7	P7	TN	TN %
Z / Nap	%	Z / Nap	%	Z / Nap	%				
27/48	56	2/2	100	25/46	54	31	31	99	22
38/69	55	2/2	100	36/67	54	23	23	107	27
38/60	63	2/3	67	36/57	63	25	23	88	19
26/40	65	4/4	100	22/36	61	25	22	78	22
30/44	68	8/8	100	22/36	61	31	23	95	24
41/61	67	13/17	76	28/44	64	31	40	85	18
20/38	53	/		20/38	53	33	26	79	22
10/21	48	2/2	100	8/19	42	16	10	34	18
17/22	77	3/3	100	14/19	74	7	17	45	24
12/20	60	/		12/20	60	14	7	42	23
24/39	62	5/6	83	19/33	58	37	28	101	25
21/31	68	9/9	100	12/22	55	38	37	94	23
31/44	70	3/4	75	28/40	70	26	42	94	21
23/42	55	8/10	80	15/32	47	25	29	79	23
41/62	66	11/13	85	30/49	61	27	25	92	22
7/9	78	3/3	100	4/6	67	12	14	38	22
406/650	62	75/86	87	331/564	59	401	397	1250	22

dopušča strele z razdalje in se osredotoči na branjenje prodorov je potrebno učinkovito uporabiti strele z razdalje in obratno. V smislu metodike učenja in treniranja pa je potrebno, še posebej pri igralcih mlajših starostnih kategorij prilagoditi model igre morfološkim značilnostim igralcev. Napačno bi namreč bilo, če bi visoki igralci pretirano iskali svoje priložnosti v prodorih in ob tem premalo izkoriščali možnosti, ki jim jih ponujajo strelji iz razdalje.

OT : Odigranih tekem
Z / Nap. : Zadetki / Napad
% : Učinkovitost
I7 : Izsiljena 7m
TN : Tehnične napake
P7 : Prekršek za 7m
Nap. Pos. obr. : Napad na postavljeno obrambo

Preglednica 8:

Osnovni statistični podatki o značilnostih skupnega napadalnega delovanja vseh reprezentanc.

Ekipa	OT	6m		Kriolo		9m		7mP		Protinapad	
		Z/S	%	Z/S	%	Z/S	%	Z/S	%	Z/S	%
HRV	8	28/42	67	36/60	60	66/154	43	26/32	81	27/40	68
ČEŠ	6	25/39	64	26/57	46	55/151	36	14/23	61	38/52	73
DAN	8	55/72	76	40/65	62	68/176	39	17/24	71	38/51	75
ŠPA	6	17/29	59	26/42	62	60/177	34	14/24	58	26/34	76
FRA	7	33/41	80	23/57	40	59/148	40	21/31	68	30/39	77
NEM	8	37/55	67	39/79	49	73/181	40	27/31	87	41/63	65
MAD	6	26/42	62	28/52	54	37/116	32	22/34	65	20/29	69
ISL	3	19/28	68	11/23	48	28/80	35	12/16	75	10/15	67
POL	3	12/15	80	12/21	57	23/81	28	5/7	71	17/20	85
POR	3	21/25	84	21/40	53	25/66	38	9/14	64	12/15	80
RUS	7	38/58	66	28/48	58	76/159	48	28/37	76	24/30	80
SČG	7	44/55	80	34/59	58	46/127	36	28/38	74	21/27	78
SLO	8	42/56	75	35/65	54	55/157	35	19/27	70	31/36	86
ŠVI	6	15/27	56	21/47	45	51/152	34	17/25	68	23/35	66
ŠVE	7	47/64	73	38/61	62	55/159	35	16/27	59	41/55	75
UKR	3	17/22	77	11/21	52	25/85	29	11/12	92	7/8	88
Skupaj	96	476/670	71	429/797	54	802/2169	37	286/402	71	406/549	74

Slovenski vratarji so bili s skupnimi 31% ubranjenih strelav nekoliko pod povprečjem učinkovitosti vseh vratarjev na prvenstvu (33%). Podobno velja tudi za učinkovitost branjenja strelav iz posameznih napadalnih položajev.

Za slovensko reprezentanco je nekoliko bolj zanimiva *Preglednica 11*, kjer so statistični podatki o učinkovitosti branjenja dvajsetih najboljših vratarjev na prvenstvu. Na petem mestu se namreč nahaja naš najboljši vratar Beno Lapajne. Na odigranih petih tekmah je ubranil 56 strelav ob kar 39% učinkovitosti. To je gotovo

tudi izjemen individualen dosežek našega vratarja. Kot zanimivost pa velja omeniti dejstvo, da Lapajne prvenstva sploh ni začel in je bil v reprezentanco uvrščen šele po tretji tekmi. Tako je svoj prvi nastop opravil šele na prvi tekmi v glavni skupini na tekmi proti reprezentanci Srbije in Črne Gore, kjer je bil veliko presenečenje in eden najboljših posameznikov. Tudi na preostalih tekmah je igral odlično, kar ga je, glede na statistične podatke uvrstilo med najboljše vratarje na prvenstvu.

Naša reprezentanca je bila na predzadnjem mestu glede na število prisojenih disci-

Prodor		Skupaj		AS	BS
Z/S	%	Z/S	%		
39/55	71	222/383	58	78	33
19/23	83	177/345	51	71	12
22/32	69	240/420	57	108	47
23/27	85	166/333	50	67	24
23/36	64	189/352	54	115	23
27/33	82	244/442	55	145	45
31/36	86	164/309	53	76	23
7/10	70	87/172	51	48	9
17/19	89	86/163	53	64	6
3/6	50	91/166	55	44	3
12/14	86	206/346	60	88	21
33/47	70	206/353	58	118	21
48/57	84	230/398	58	117	33
13/17	76	140/303	46	51	25
14/17	82	211/383	55	112	27
3/3	100	74/151	49	27	9
334/432	77	2733/5019	54	1329	361

plinskih kazni. To dejstvo lahko interpretiramo na več načinov. Na eni strani kaže na izjemno borbenost in nepopustljivost v telesnih dvobojih z nasprotniki. Po drugi strani pa kaže na nekatere tehnične in tudi taktične težave v teh dvobojih - preveč objemanja, potiskanja, zamujanja v različnih obrambnih nalogah in podobno. Eden izmed razlogov bi lahko bil tudi v manjši masi in s tem povezani moči naših igralcev, glede na tekmece. Za nekatere izključitve pa smo mnenja, da so bile prestrogo dosojene. (*Preglednica 12*)

- OT** : Odigranih tekem
Z/S : Zadetki / streli
% : Učinkovitost
AS : Asistence
BS : Blokirani streli
7m : Streli iz 7 metrov
Krilo : Streli iz krila
6m : Streli s 6 metrov
9m : Streli iz 9 metrov

Preglednica 9: Statistični podatki o razporeditvi strel in njihovi učinkovitosti glede na igralno mesto oz. igralno situacijo.

SKLEP

Srebrna medalja dosežena na EP 2004 je bila gotovo višek prizadevanj slovenskih rokometašev in rokometnih delavcev, da bi se priključili evropskemu in svetovnemu kakovostnemu vrhu. Slovenski rokomet je od osamosvojitve preživel več različnih faz. Prva leta po osamosvojitvi so bila zaznamovana predvsem z iskanji pravih strokovnih in organizacijskih prijemov. V teh letih je v klubske konkurenci prevladovalo Celje, v katerem je igrala tudi večina reprezentantov. Prvi večji reprezentančni uspeh, ki je tudi medijsko zelo odmeval je bilo peto mesto na EP 2004 v Zagrebu. Takrat je naša reprezentanca premagala domačo reprezentanco, ki je veljala za absolutnega favorita in se tako uvrstila na olimpijske igre v Sydney. Ta uspeh je časovno sovpadal z vzponom drugega kakovostnega kluba Prul 67 iz Ljubljane. Tudi reprezentanti so se enako merneje razporedili med ta dva kluba. Obdobje med tem prvenstvom in prven-

ANALIZA IGRE

Ekipa	OT	6mC		Krilo		9m	
		Strelov/Obramb	%	Strelov/Obramb	%	Strelov/Obramb	%
HRV	8	7/43	16	29/80	36	62/132	47
ČEŠ	6	9/61	15	29/58	50	37/80	46
DAN	8	10/43	23	23/47	49	70/148	47
ŠPA	6	16/44	36	17/46	37	40/87	46
FRA	7	4/29	14	16/40	40	45/91	49
NEM	8	12/47	26	20/48	42	63/116	54
MAD	6	12/39	31	21/45	47	50/109	46
ISL	3	5/18	28	5/22	23	30/60	50
POL	3	3/20	15	6/28	21	18/46	39
POR	3	7/29	24	3/14	21	9/41	22
RUS	7	9/34	26	15/49	31	46/103	45
SČG	7	6/38	16	34/65	52	37/81	46
SLO	8	9/49	18	17/53	32	51/110	46
ŠVI	6	6/36	17	11/36	31	41/101	41
ŠVE	7	14/61	23	12/36	33	67/134	50
UKR	3	7/21	33	15/35	43	19/48	40
Skupaj	96	136/612	22	273/702	39	685/1487	46

OT : Odigranih tekem % : Učinkovitost 6mC : streli iz črte 6m
 9m : streli iz 9m Krilo : Wing Shots Prodor : Streli iz prodora
 PR : Streli iz protinapada 7m : streli iz 7m

stvom v Sloveniji pa je zaznamoval tudi prodor mladih igralcev, ki so na evropskem in svetovnem mladinskem prvenstvu osvojili dve medalji. Prav delna menjava generacij je prinesla potrebno svežino in veliko ambicioznost.

Očitno je bila prava kombinacija izkušenih igralcev iz prvega obdobja po osamosvojitvi in mlajših talentov dosežena prav na tem evropskem prvenstvu. Mladi igralci,

ki so že v mlajših starostnih kategorijah enakovredno tekmovali s svojimi vrstniki iz rokometnih velesil, so bili zelo samozavestni. Pomemben uspeh, ki kaže na pravilno strategijo razvoja slovenskega rokometna v zadnjih letih, je gotovo tudi evropski klubski naslov Celja Pivovarne Laško. Ob tem velja omeniti tudi dejstvo, da so bili vsi ti uspehi doseženi z domačimi trenerji, ki so si v preteklih letih pridobili

7m		PR		Prodor		Skupaj	
Strel/Obramb	%	Strel/Obramb	%	Strel/Obramb	%	Strel/Obramb	%
3/27	11	8/33	24	2/17	12	111/332	33
5/23	22	9/37	24	11/43	26	100/302	33
3/22	14	9/33	27	13/41	32	128/334	38
3/20	15	8/27	30	3/33	9	87/257	34
4/22	18	7/45	16	3/34	9	79/261	30
13/38	34	7/38	18	11/47	23	126/334	38
2/23	9	7/25	28	9/29	31	101/270	37
2/8	25	3/20	15	/3	0	45/141	32
3/17	18	4/24	17	/7	0	34/142	24
1/7	14	4/23	17	1/12	8	25/126	20
6/26	23	14/50	28	1/19	5	91/281	32
11/33	33	7/45	16	2/34	6	97/296	33
8/39	21	7/30	23	5/34	15	97/315	31
10/27	37	8/39	21	/12	0	76/251	30
3/23	13	4/29	14	3/23	13	103/306	34
4/12	33	1/15	7	/		46/131	35
81/367	22	107/513	21	64/398		1346/4079	33

Preglednica 10:

Statistični podatki o povprečni učinkovitosti branjenja vratarjev vseh reprezentanc.

veliko znanja in izkušenj. Tudi sodelovanje Rokometne zveze Slovenije in Fakultete za šport je pomembno doprineslo k tekmovalnim dosežkom naših rokometašev. Sodelovanju različnih strokovnjakov in raziskovalcev Fakultete za šport pri vseh oblikah izobraževanja in usposabljanja trenerjev, pri meritvah vrhunskih rokometašev, pri svetovanjih in tudi pri neposrednem trenerskem delu z najboljšimi roko-

metaši se lahko zahvalimo, da je strokovno znanje vgrajeno v omenjene uspehe primerljivo z najboljšimi.



	Št.	Priimek in ime	Ekipa	OT	Obramb	Strelov	%
1	16	BUDKO Yevgeniy	UKR	3	23	54	43
2	12	BRUUN Michael	DAN	7	33	80	41
3	16	KOSTYGOV Alexei	RUS	3	23	58	40
4	12	RAMOTA Christian	NEM	4	29	74	39
5	16	LAPAJNE Beno	SLO	5	56	145	39
6	12	FAZEKAS Nador	MAD	6	49	130	38
7	1	HVIDT Kasper	DAN	8	95	254	37
8	1	FRITZ Henning	NEM	7	97	260	37
9	1	SZATMARI Janos	MAD	5	52	140	37
10	1	KELENTRI? Mario	HRV	4	36	103	35
11	12	SOLA Vlado	HRV	6	51	146	35
12	16	GALIA Martin	CES	6	86	248	35
13	12	EBINGER Antoine	SVI	5	39	113	35
14	12	GENTZEL Peter	SVE	6	51	148	34
15	1	HOMBRADOS Jose Javier	SPA	6	50	146	34
16	16	BARRUFET David	SPA	4	37	111	33
17	1	SIJAN Dane	SCG	7	39	117	33
18	1	SVENSSON Tomas	SVE	7	52	158	33
19	12	PERIC Dejan	SCG	6	58	179	32
20	12	HRAFKNELSSON G.	ISL	3	33	103	32

Preglednica 11: Statistični podatki o povprečni učinkovitosti branjenja najboljših 20 vratarjev

LITERATURA

Czerwinski, J. (1998). Statistical Analyses of the Men's European Championship Held in Italy in 1998. EHF Periodical 1998, 15-20

Czerwinski, J. (2000). Statistical Analyses and Remarks on the Game Character Based on the European Championship in Croatia. EHF Periodical 2000, 5-10

Feldman, K. (2001). An Analysis of the Men's World Championship in FRA. EHF Periodical 2001, 22-26

Mocsai, L. (2002). Analysing and Evaluating the 5th Men's Handball European Championship. EHF Periodical 2002, 3-12

Rogulj, N., V. Srhoj (2003). Wie beeinflusst die Torwurfrihtung das Spielergeb-

						Točke	
Ekipa	OT	RuK	2 min	RK	IZ	Skupaj	Povprečno
POR Portugalska	3	9	11			31	10
ŠVE Švedska	7	21	25			71	10
MAD Madžarska	6	18	27			72	12
DAN Danska	8	22	39			100	13
NEM Nemčija	8	20	40			100	13
ŠVI Švica	6	18	27	1		77	13
FRA Francija	7	21	34			89	13
HRV Hrvaška	8	23	41			105	13
ISL Islandija	3	8	14	1		41	14
ČEŠ Češka	6	18	32			82	14
ŠPA Španija	6	18	33			84	14
RUS Rusija	7	21	34	2		99	14
UKR Ukrajina	3	9	18	2		55	18
SČG Srbija & Črna gora	7	20	44	3		123	18
SLO Slovenija	8	24	58	3		155	19
POL Poljska	3	9	25	2		69	23

Točke = (RuK) x 1 & (2 min) x 2 & (RK) x 5 & (IZ) x 10

OT : Odigranih tekem

IZ : Izključitev

RK : Rdeč karton

2 min : izključitev 2 min

RuK : Rumen karton

Povprečno : Povprečno na tekmo

Preglednica 12: Statistični podatki o prisojenih disciplinskih kaznih ("fair-play")

nis im Spitzenhandball? Leistungssport 1/2003, 50-53

Roman Seco, J. (1999). World Championship Egypt '99 Analysis. EHF Periodical 1999, 3-9

Sevim, Y., F. Taborsky (2004). Euro 2004 - Analysis 6th Men's European Championship. EHF Periodical 2004, 11-27

Taborsky, F. W. Pollany (2003). 2003 Men's World Handball Championship in Portugal. EHF Periodical 2003, 132-139

Von Gehren, S. (2004) Mit Gold nach Athen. Handball magazin 3/2004, 9-11

6th Men's European Handball Championship (2004). Statistical Analyses on CD-ROM. EHF, Vienna, Austria.



Slika 2: Publika je z navdušenjem spremljala uspehe slovenske reprezentance.



Slika 3: Podelitev medalj ob koncu prvenstva.

Darko Repenšek

»PASIVNA IGRA« - SPREMEMBA V ROKOMETNIH PRAVILIH

Komisija za pravila igre in sodnike Mednarodne rokometne organizacije (RSK/IHF) je dopolnila oziroma spremenila določila v rokometnih pravilih, ki se nanašajo na Pravilo 7: "Igra z žogo, pasivna igra" in Pojasnilo k pravilom igre 4, ki pojasnjuje interpretacijo tega pravila.

Čeprav sprememba pravila velja od 1. avgusta 2003, je bila interpretacija dogovorno v praksi uradno preizkušena in izvajana na ženskem in moškem svetovnem prvenstvu v Braziliji in Makedoniji, ki sta potekali v avgustu in septembru mesecu lanskega leta. Dokončno potrjena je bila takšna interpretacija na ženskem SP na Hrvaškem decembra, v evropskem prostoru pa z nekaterimi dokončnimi podrobnostmi ponovno predstavljena na seminarju sodnikov pred pričetkom moškega EP pri nas v Ljubljani januarja letos. Zato smatram, da je potrebno dopolniti moj prispevek, ki sem ga predstavil na 27. rokometni šoli na Rogli avgusta lani.

Kako pasivno igro opredeljujejo rokometna pravila?

Pravilo 7:10 pravi: »Ni dovoljeno, da moštvo zadržuje žogo brez namena, da aktivno igra v napadu, oziroma brez namena, da vrže žogo na vrata. To je pasivna igra, ki se kaznuje s prostim metom za nasprotno moštvo.«

Pravilo 7:11 se glasi: »Ko se ugotovi, da igra moštvo neaktivno, sodnika pokazeta opozorilni znak za pasivno igro. S tem je

moštvo v napadu dana priložnost, da spremeni igro v napadu, sicer žogo izgubi.

Če moštvo tudi po opozorilnem znaku ne pokaže namena, da bo vrglo žogo na vrata, se kaznuje s prostim metom za nasprotno moštvo.

V posebnih primerih (npr. pri jasni priložnosti za zadetek igralca namenoma ne izkoristi te priložnosti) lahko sodnika tudi brez opozorilnega znaka za pasivno igro dosodita prosti met za nasprotno moštvo.«

Splošno

Cilj dosledne uporabe pravila o pasivni igri je preprečevanje neaktivnega igranja in namerne zavlačevanja igre. Takšna igra je nenazadnje tudi neatraktivna za gledalce. Pomembno je, da sodnika ves čas igre prepoznavata in dosledno kaznujeta njeno neaktivnost.

Pasivna igra se lahko pojavi v napadu, pri prenosu žoge v napad, v pripravi napada ali v zaključku napada.

Moštvo igra neaktivno predvsem v naslednjih primerih:

- a.) pri tesnem rezultatu ob iztekajočem se igralnem času,

- b.) ob izključitvi igralca ali več igralcev,
- c.) ob nemoči v napadu - boljši igri moštva v obrambi.

Kdaj sodnika pokažeta opozorilni znak za pasivno igro?

Opozorilni znak za pasivno igro bosta sodnika pokazala zlasti v naslednjih primerih:

1. Pri počasni menjavi igralcev oziroma pri počasnem prenosu žoge v napad

Značilni znaki za pasivno igro so:

- a) čakanje igralcev na sredini igrišča, da se njihovi soigralci menjajo;
- b) odbijanje žoge od tal na mestu;
- c) podajanje žoge nazaj čez sredinsko črto v lastno polovico igrišča, čeprav nasprotno moštvo ne izvaja nobene obrambne akcije;
- d) zavlačevanje izvajanja prostega oziroma ostalih metov (sem sodi tudi začetni met po doseženem zadetku, čemur bo namenjena večja pozornost v nadaljevanju).

2. Pri prepozni menjavi igralcev, potem, ko je moštvo v napadu že v fazi priprave napada

Značilni znaki za pasivno igro so:

- a) igralci moštva v napadu so na svojih igralnih mestih;
- b) moštvo začne z organizacijo napada brez namena, da igra aktivno;
- c) šele sedaj se igralci moštva v napadu menjajo - pri tem velja poudariti, da moštvo, ki poskuša s hitrim protinapadom, pa mu ga ne uspe zaključiti z

metom na vrata, za tem lahko izvede menjavo igralcev, kar sodnika ne smeta in ne moreta oceniti kot neaktivno igro.

3. Pri predolgi pripravi napada

Načeloma mora imeti moštvo v napadu vedno dovolj časa za pripravo igre v napadu.

Značilni znaki za predolgo pripravo napada so:

- a) moštvo v napadu ne kaže prepoznavne namere vreči žogo na vrata. Predolga priprava napada pomeni, da moštvo v napadu s taktičnim načinom igre v napadu navidezno kaže prednost pred igro moštva v obrambi oziroma s hitro igro ustvarja vtis, da pripravlja napad;
- b) ponovno vračanje žoge igralcu, ki stoji ali se giblje nazaj;
- c) večkratno odbijanje žoge od tal na mestu (igralec z žogo se ne giblje);
- d) v igri igralec proti igralcu: igralec z žogo se obrača in čaka, da sodnik zažvižga; igralec z žogo ne želi izkoristiti prednosti pred igralcem brez žoge;
- e) aktivna igra v obrambi: aktivna igra obrambnih igralcev onemogoča menjavo ritma igre moštva v napadu s prekinjanji podaj in s preprečevanji gibanja igralcev v napadu;
- f) moštvo od priprave napada do zaključka napada ne igra hitreje.

Kako sodnika pokažeta opozorilni znak za pasivno igro?

Ko sodnik ugotovi (sodnik v polju ali ob vratih), da igra moštvo pasivno, dvigne v komolcu pokrčeno roko, s katero nakaže,

da moštvo ne kaže prepoznavne namere vreči žogo na vrata. Drugi sodnik pokaže isti znak. Če moštvo kljub temu ne kaže namena vreči žogo na vrata, sledi žvižg enega izmed sodnikov zaradi pasivne igre, dosodi se prosti met za nasprotno moštvo.

Med napadom moštva, ki se začne, ko žogo to moštvo dobi, sodnika znak za pasivno igro pokažeta le enkrat.

Nov napad istega moštva in nova priprava napada se prične v naslednjih primerih:

1. ko moštvo v napadu vrže žogo na vrata ali je dosojena sedemmetrovka, ali je izveden direktni prosti met in se žoga odbije od vratarja, vratnice ali prečke in jo dobi isto moštvo - moštvo v napadu;
2. če je igralcu moštva ali uradni osebi moštva, ki igra v obrambi, po opozorilnem znaku za pasivno igro izrečena kazen v smislu progresivnega kaznovanja (prekršek, nešportno obnašanje: opomin, izključitev, diskvalifikacija, izključitev do konca);

Za lažje razumevanje poudarjenega, kar predstavlja spremembo pravila, dodajam nasprotni primer: če moštvo v napadu, po opozorilnem znaku sodnikov za pasivno igro (roki sta dvignjeni), vrže žogo na vrata ali je izveden direktni prosti met in se žoga odbije **od bloka igralcev moštva v obrambi** in jo ponovno dobi moštvo v napadu, se **ne začne nov napad tega moštva** (sodnika imata roki v smislu opozorila še vedno dvignjeni).

Pasivna igra po doseženem zadetku - zavlačevanje izvedbe začetnega meta

V zvezi s pasivno igro je v pravilih dano navodilo, da je **značilni znak (pokazatelj) za pasivno igro tudi zavlačevanje izvajanja prostega oziroma ostalih metov**. Sodniki navodila niso upoštevali v zadostni meri in so v primerih zavlačevanja izvajanja metov le opozarjali (z gestami ali s kratkimi žvižgi) ali so se odločali, da s time-outom prekinajo igralni čas. Zato sta sodnika v takih primerih dolžna ukrepati po naslednjih korakih:

1. **takoj po izvedenem metu morata pokazati opozorilni znak za pasivno igro;**
2. **igralni čas prekineta le v izjemnih primerih, ko smatrata, da je to nujno potrebno zaradi izida srečanja, če je preostalo še zelo malo igralnega časa do konca prvega ali drugega polčasa ali do konca igralnega časa v podaljških.**

Ko vratar po doseženem zadetku zavlačuje s predajo žoge soigralcu, da bi ta izvedel začetni met (zapletanje žoge v mrežo, žoge ne preda - poda, (pre)počasno gibanje) ali, ko njegov soigralec očitno zavlačuje z izvedbo začetnega meta iz sredine igrišča, **sodnik z gibom roke ali kako drugače (zahteva mora biti prepoznavna in razumljiva) pozove igralca k izvedbi meta**. Če njegova zahteva ni upoštevana, sodnika **takoj po izvedenem začetnem metu pokažeta opozorilni znak za pasivno igro**.

Ker k nešportnemu obnašanju sodi tudi zavlačevanje izvajanja meta, lahko sodnika igralca, ki se tako vede, kaznujeta v smislu progresivnega kaznovanja. V tem primeru morata sodnika zaustaviti igralni čas (time-out), izreči igralcu kazen, po izvedenem začetnem metu pa **ne pokažeta opozorilnega znaka** (z izvedenim metom moštvo prične z napadom).

Zaključek

Strinjam se z mnenjem nekaterih rokometnih strokovnjakov, da je reagiranje sodnikov na t.i. pasivno igro, zelo različno. »čitanje« igre je pri sodnikih zelo pomemben dejavnik za kvalitetno sojenje, sem še kako sodi »čitanje« pasivne igre. Prepričan sem, da bodo spremembe in jasna navodila, ki sem jih opisal in predstavil v prispevku, pripomogle k poenotenju linije sojenja tega elementa rokometne igre in



Darko je sodil na EURU 2004.

interpretaciji pravila 7: »pasivna igra«. Vsi skupaj, tako sodniki kot tudi trenerji in igralci, pa bodo s poenotenim razumevanjem tega pravila ključni in edini akterji atraktivne in s tem za publiko zanimive rokometne igre.

LITERATURA:

- RZS - ZDRSS: Rokometna pravila, Ljubljana, 1. 8. 2001
- RZS - ZDRSS: Pojasnila k pravilom igre, Ljubljana, 1. 8. 2001
- IHF: Spielregeln - Erläuterung Ziffer 4 »Passives Spiel«, Basel, 25. 7. 2003
- Manfred Prause: Passive Play
- IHF/RSK: Erläuterungsschreiben Nr. 5, November 2003.

Primož Pori

UČENJE ROKOMETNE IGRE Z IGRALNO METODO

V metodiki učenja rokometne igre se uporabljajo najrazličnejše metode posredovanja, ki poleg podajanja informacij zagotavljajo tudi ustrezno dinamiko vadbe. To zagotavlja sočasen razvoj osnovnih in specialnih motoričnih sposobnosti vadečega, njegove vzdržljivosti, tehnike in osnovne taktike pri vadbi ter dodaten vpliv na njegov razvoj celotnega psihomotoričnega statusa.

V glavnem ločimo štiri skupine metod, ki so po vsebini in načinu posredovanja tehnično taktičnih informacij:

☞ VERBALNE (besedne)

To so metode razlage, usmerjanja s ključnimi besedami, opozarjanja, analiziranja. S temi metodami posredujemo zvočne, simbolične informacije, ki jih sprejemamo preko zvočnih kanalov. Pomembne so predvsem pri podajanju novih informacij in kot dopolnilne metode praktičnim in vidnim.

☞ VIZUALNE (vidne)

Sem spadajo demonstracija, prikaz filmov, diagramov, kinogramov, treningov, tekem in podobno. Posredovane informacije so vidne in jih sprejemamo preko vidnega kanala. So izredno pomembne metode, s katerimi učenci dobijo vidno predstavo o gibanju ali kombinacijah gibanja, o medsebojnem sodelovanju igralcev, vidijo lastne napake... Pri učenju začetnikov in tudi kasneje je zelo pomembna demonstracija, ki mora biti dobro izvedena. Vidne metode predstavljajo osnovo praktičnim metodam.

☞ IDEOMOTORNE

Pri tej metodi pritekajo informacije predvsem iz gibalnega (kinetičnega) spomina. Značilno za to metodo je, da si v mislih predstavimo potek giba ali kompleksa gibov (tudi reševanje igralne situacije), toda brez aktivnega gibanja. Metoda je pomembna predvsem pri začetnikih ali pri učenju kompleksnejših gibanj, ker pomaga pri hitrejšem učenju in pri hitrosti osvajanja taktičnih nalog. Seveda mora imeti učenec predtem ustrezno vizualno in gibalno predstavo o gibanju.

☞ PRAKTIČNE

To so sintetična, analitična, igralna, kombinirana, situacijska in tekmovalna. S temi metodami posredujemo informacije predvsem z gibanji. Sprejemamo jih preko kinestetičnih in vidnih kanalov. Za učenje so od vseh metod najpomembnejše, saj le preko njih lahko dobimo dejansko predstavo o gibanjih, s katerimi rešujemo posamezne igralne situacije.

Praktične metode so pri učenju in vadbi rokometne igre najpogostejše. Izmed njih pa je igralna metoda tista, ki je najbolj na-

ravna in otrokom najbližja. Ta metoda zagotavlja sproščenost, veselje, pozitivno čustveno doživljanje. Zagotavlja visoko motiviranost, dovolj poudarja individualnost, raznovrstnost reševanja igralnih situacij je večja in podobno.

Izbor praktičnih metod učenja rokometne igre ter znotraj njih ustreznih sredstev, ki bi omogočala optimalen vpliv na razvoj igralčevih igralnih sposobnosti in znanj pri mladih rokometarjih, je problem, s katerih se ukvarja veliko rokometnih strokovnjakov. Med pomembnejšimi kriteriji, ki jih moramo upoštevati pri reševanju omenjenega problema so tako imenovane zahteve sodobnega modela rokometne igre.

Metodika učenja in vadbe rokometne igre mora biti že pri igralcih mlajših starostnih kategorij vsaj delno podrejena končnemu cilju - ustrezno usposobljenemu igralcu, ki bo na tehnično taktičnem kot tudi na morfološko motoričnem in kondicijskem področju kos zahtevam, ki jih pred njega postavlja rokometna igra. Od izbora in kombinacije ustreznih praktičnih metod učenja in vadbe tehnično - taktičnih elementov rokometne igre je v veliki meri odvisna hitrost učenja in prav tako tudi količina osvojenih informacij, ki jih potrebuje igralec, da bi se uspešno znašel v tako imenovanem sodobnem modelu rokometne igre (Šibila, 2004).

V teoriji in praksi metodike učenja rokometne igre so se oblikovali splošni metodični koraki učenja in vadbi rokometne igre z igralno metodo. Ti koraki bi

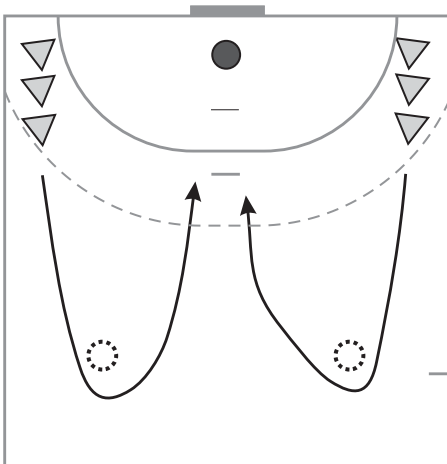
se naj vrstili v naslednjem zaporedju (Šibila, 2003; Šibila, 2004) :

- **ELEMENTARNE IGRE** (lovljenja, štafetne igre), ki so oblikovane tako, da vsebujejo enega ali več elementov specifične rokometne motorike, da vadeči taktično rešujejo problemske situacije, spoznavajo pravila rokometne igre, ter se navajajo na medsebojno sodelovanje.
- **PRIREJENE IGRE oz. IGRE S PRIREJENIMI PRAVILI**, kjer se nekatera pravila (na primer velikost igrišča...) priredimo tako, da dosežemo zastavljene vgojno - izobraževalne cilje vadbe.
- **IGRA NA EN GOL POSAMIČNO ALI V MANJŠIH SKUPINAH**. Število igralcev v napadu je lahko enakovredno (1:1, 2:2, 3:3...) ali pa je število napadalcev večje (1:0, 2:1, 3:2... 1:1+1, 2:2+2...).
- **IGRA 2 x 3:3 PO CELOTNI IGRALNI POVRŠINI**.
- **IGRA NA DVA GOLA Z INDIVIDUALNO OBRAMBO** (5:5, 6:6)
- **IGRA Z GLOBOKIMI** (1:5, 3:3, 3:2:1), **PLITKIMI** (6:0, 5:1) **IN KOMBINIRANIMI CONSKIMI OBRAMBAMI** (5+1...).

V prispevku prikazujemo primere vaj iz posameznih sklopov učenja rokometne igre z igralno metodo, ki so bili predstavljeni na praktičnem predavanju na licenčnem seminarju za rokometne trenerje 25.6.2004 v Izoli.

Uvodno pripravljalni del:**☞ Posamično ogrevanje (vsak svojo žogo) na polovici igrišča**

- vodenje žoge v različnih smereh in načinih gibanja
- vodenje s spremembami smeri gibanja
- lovljenje žoge, ki si jo vadeči vrže v zrak
- lovljenje žoge z dodatno nalogo (lovljenje v sedu,...)
- odbojka z žogo
- vadeči močno odbije žogo in po vsakem odboju žoge od tal poskuša priti pod žogo
- pobiranje soigralčeve žoge
- podaja žoge iz roke na roko
- podaja žoge s komolčno podajo
- izrivanje med vodenjem
- potiskanje z žogo v rokah
- komolčne podaje v teku v parih

☞ Ogrevanje vratarjev iz kotov igrišča z dodatno nalogo (gimnastične vaje v gibanju), ko se gibljejo proti stožcu.

Glavni del:

📖 Elementarna igre "Stopi v obroč"

Opis igre:

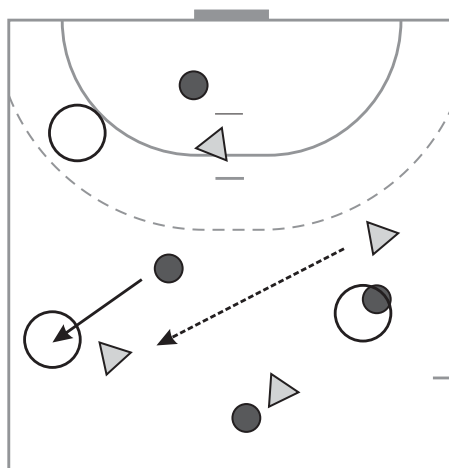
Igralni prostor je polovica rokometnega igrišča na katerem so poljubno položeni obroči. Vadeče razdelimo v dve enakovredne ekipe. Naloga ekipe v napadu je, da z uporabo pravil rokometne igre poskuša doseči točko. Ekipa osvoji točko takrat, ko napadalec z žogo stopi v katerega koli od obročev, ki le ijo na tleh dvorane. Obrambni igralci, ki lahko napadalce le krijejo in spremljajo, preprečujejo namere napadalcev tako, da ko preti nevarnost, stopijo obroč. To je znak za napadalce, da poskušajo doseči točko v katerem od drugih obročev.

Navodila trenerja:

- Napadalci brez žoge naj se odkrivajo v prazen prostor, v bližino obroča, kjer ni obrambnega igralca,
- Igralcem v obrambi ne dovolimo zaustavljati in izrivati napadalce. Od njih zahtevamo, da napadalce le krijejo in spremljajo.

Različice igre:

- Podaje so dovoljene samo od tal ali v skoku,
- Igro igramo brez ali pa samo z enkratnim vodenjem žoge.



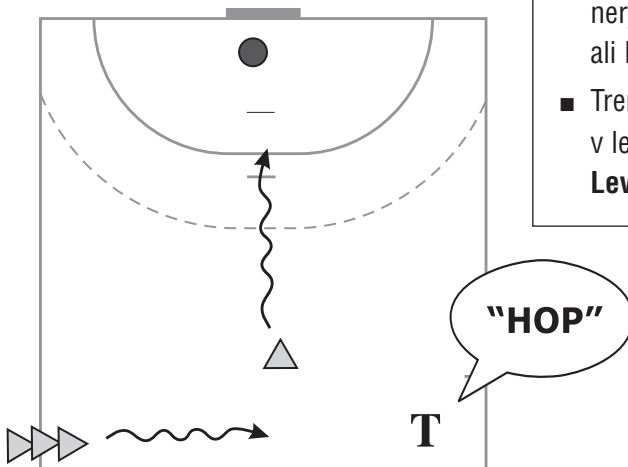
☞ Primer pripravljanih vaj za izboljšanje rokometne motorike - 1:0

Za vadečega je v procesu učenja rokometne igre zelo pomembno, da na različne načine spozna rokometno igrišče, ter se navaja na različne dražljaje, ki prihajajo in bodo prihajale iz okolja (igrišča), ko bodo igre postale bolj kompleksne. Vadečim

moramo zato omogočiti, da se prilagajajo tako na vidne kot tudi zvočne signale iz okolja. Sklop vaj lahko oblikujemo tako, da se morajo vadeči čim hitreje odzvati na vidne in zvočne signale trenerja.

Opis vaje:

Vadeči so razporejeni v kolono na polovici rokometnega igrišča in vsak ima svojo žogo. Prvi v koloni prične z vodenjem žoge po sredinski črti rokometnega igrišča. Med vodenjem opazuje trenerja, ki stoji nasproti kolone. Ko trener pokaže z roko v smeri (vidni signal) gola, oziroma na znak "HOP" (zvočni signal), vadeči spremenijo smer, vodi proti голу in strelja.



Različice vaje 1:0:

- Vodenje žoge samo z "boljšo" roko,
 - Menjava roke med vodenjem po spremembi smeri,
 - Obrat med vodenjem po signalu trenerja, z menjavo roke med vodenjem ali brez.
 - Trener pokaže smer gibanja igralcev v levo ali desno.
- Levo - obrat; desno - proti голу.**

☞ Primer iger - 1:1; 1:1+1; 1:1+ 2

Naslednji sklop prirejenih iger poleg napadalca z žogo vključuje tudi obrambnega igralca. Obrambni igralec mora biti v tej fazi učenja igre pasiven v smislu telesnih kontaktov z napadalci. Osnovna

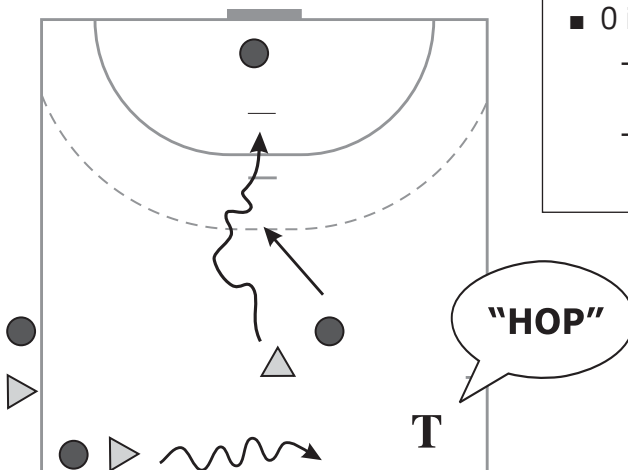
naloga obrambnega igralca je kritje in spremljanje napadalca za žogo. Pri prirejenih igrata 1:1+1 in 1:1+2 napadalcu pri aktivnostih v napadu pomagata ena ali dve "pomoči". To sta igralca, ki lahko napadalcu pomagata le s podajami, medtem ko jima ni dovoljeno streljati proti vratom.

Navodila trenerja:

- Opozarjanje na pravilno tehniko izvajanja elementov rokometne motorike tako v napadu kot tudi v obrambi.
- Dajanje navodil obrambnim igralcem glede položaja telesa in nahajanja v prostoru (obrambni igralec mora biti vedno med žogo in golom, usmerjanje napadalca proti stranski črti rokometnega igrišča...)

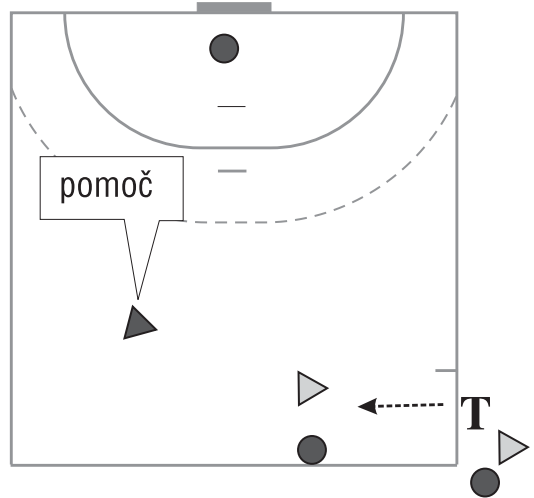
Različice igre 1:1:

- N - spredaj; O - zadaj - SIGNAL,
- N - spredaj; O - zadaj - dotik obrambe,
- O - spredaj; N - zadaj - dotik napadalca; obrambni igralec se giblje vzvratno
- O in N si podajata žogo
 - kdor ima žogo na signal trenerja je v napadu.
 - Kdor ima žogo na signal trenerja jo položi na tla in je v obrambi.

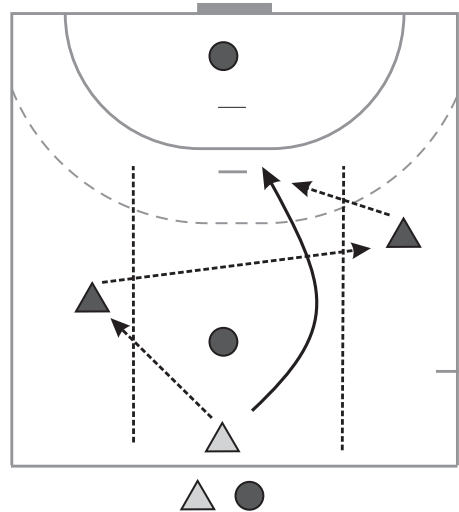


Različice igre 1:1 in 1:1+1:

- Borba za žogo pri igri 1:1 in 1:1+1
 - 0 in N tečeta vzvratno
 - 0 in N tečeta naprej in se držita za roke (obrneta se na signal trenerja)
 - Podaja žogo trenerju ki stoji na sredini igrišča, dotik stene in borba za žogo.

**Različice igre 1:1+1 in 1:1+2**

- Prirejena igra 1:1+1
- Prirejena igra 1:1+2

**☞ Primer iger v manjših skupinah - 2:1; 2:2; 2:2+1; 2:2+2; 3:3**

Pri igrah v manjših skupinah postopoma povečujemo število igralcev tako v fazi napada kot tudi v fazi obrambe obrambnih aktivnostih. V ospredje vse bolj prihajajo osnovne taktične aktivnosti in sodelovanje

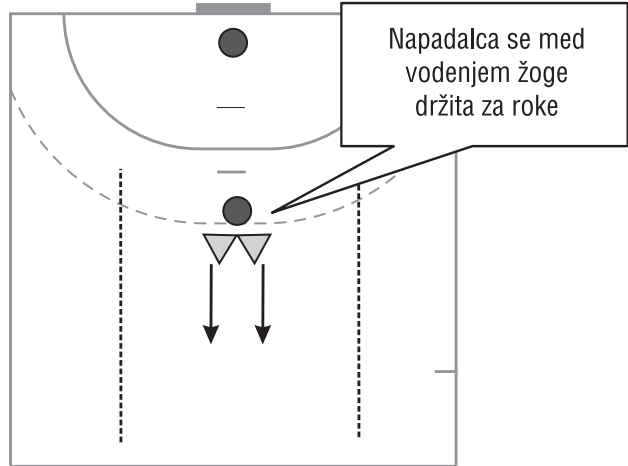
vadečih. Sodelovanje med igralci pri osnovnem šolanju zajema osnovne elemente skupne igre kot npr. dvojno podajo v globino in širino ("give & go"). Na osnovi razpoložljivega prostora pri variantah igre 3:3 je tako delovanje nujno za vse igralce. Pri igri z osebno obrambo je reakcija branilcev na take aktivnosti napadalcev ne-

prestano spremljanje napadalcev in pre-
razporejanje (ali morebitno prevzemanje),
kar lahko ti izkoristijo kot svojo prednost.
Število igralcev v napadu in obrambi lahko
poljubno spreminjamo. Glede na predzna-

nje vadečih ter cilja vadbene enote se
lahko odločimo za enakovredno število
igralcev v obrambi in napadu (1:1; 2:2...)
ali pa je število igralcev v napadu večje
(2:1; 3:2...).

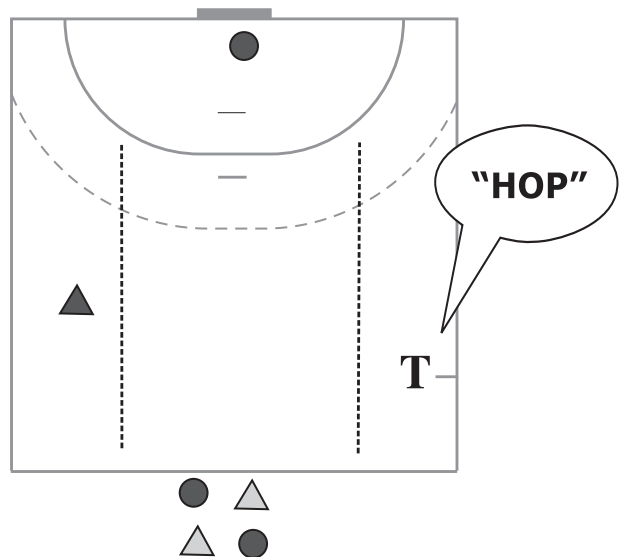
Različice igre 2:1

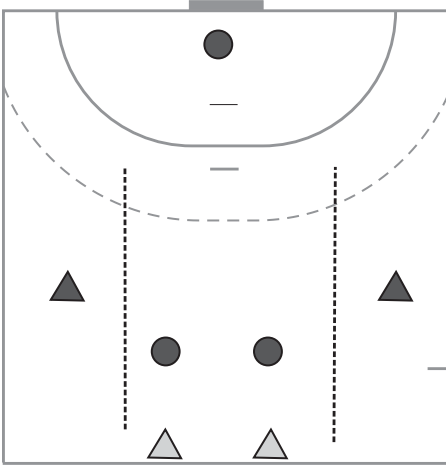
- Vodenje žoge v fazi napada ni dovoljeno



Različice igre 2:2

- Napadalci so v naprej določeni
- Par, ki si pribori žogo je v napadu

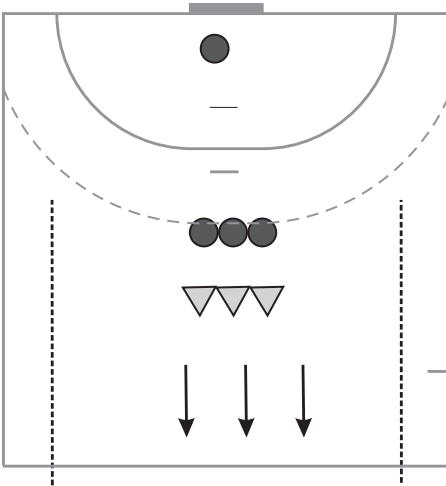




Različice igre 2:2+1 in 2:2+2

- Prirejena igra 2:2+1
- Prirejena igra 2:2+2

- Vodenje žoge ni dovoljeno



Različice igre 3:3

- Vratar poda žogo trenerju, ki stoji na sredini igrišča
- Prirejena igra 3:3+1

☞ Prirejena igra 2 x 3:3 in 2 x 3:3+1

Različice igre 2 x 3:3 so zelo koristen metodični korak učenja rokometne igre. Gre za nekakšno vmesno stopnjo med Mini rokometom in rokometom po celotni igralni površini z individualno obrambo. Pri

igri 2 X 3:3 se vadeči naučijo osnovnih elementov osebne obrambe; branilci se učijo neprestanega iskanja svojih nasprotnikov, orientacije na igrišču in obrambnega delovanja, ki ni omejeno le na sledenje in odgovarjanje napadalčevim aktivnostim. Tudi igra v napadu je bogata z individual-

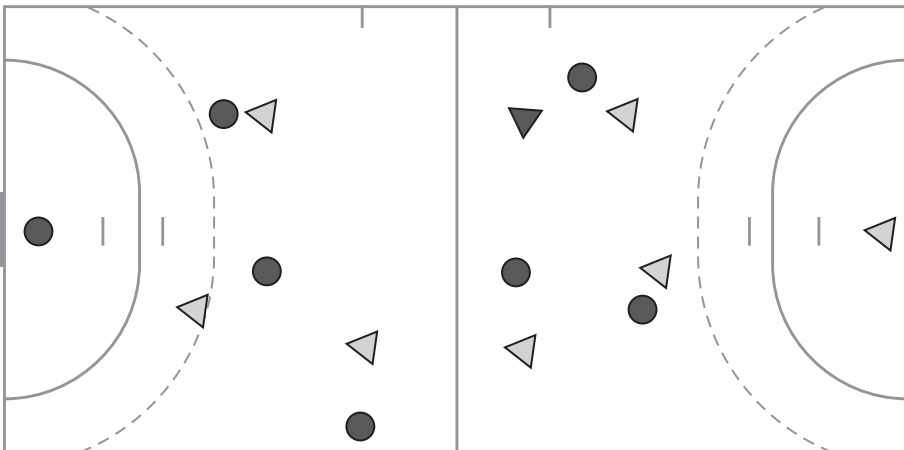
nimi aktivnostmi (odkrivanje, prodor z žogo, preigravanja,...). Ob tem so napadalci - še posebej tisti brez žoge - pod neprestanim nasprotnikovim pritiskom in morajo biti dejavni, če se želijo ustrezno vključiti v igro.

Igra 2 X 3:3 je koristna tudi za učenje hitrega prehoda iz obrambe v napad in obratno. Pri tem je npr. možno po izgubi ponovno pridobiti žogo že na nasprotnikovi polovici igrišča. Igra 2 X 3:3 s

"tekačem" omogoča nato lažji prehod igralnega polja, ker lahko "tekač" sredinsko črto prečka tudi z vodenjem žoge. Na nasprotni strani od žoge "čakata" samo še dva igralca, tako da je na voljo zelo veliko prostora za odkrivanje. Medtem, ko je pri igri 2 X 3:3 na vsaki polovici zmeraj številčno ravnotežje, je lahko pri igri 2 X 3:3 s "tekačem" pri hitrem prehodu iz obrambe v napad dosežena številčna prednost v napadalnem polju (Šibila, 2003).

Različice igre 2:1

- Prirejena igra s "tekačem" 2 x 3:3 + 1



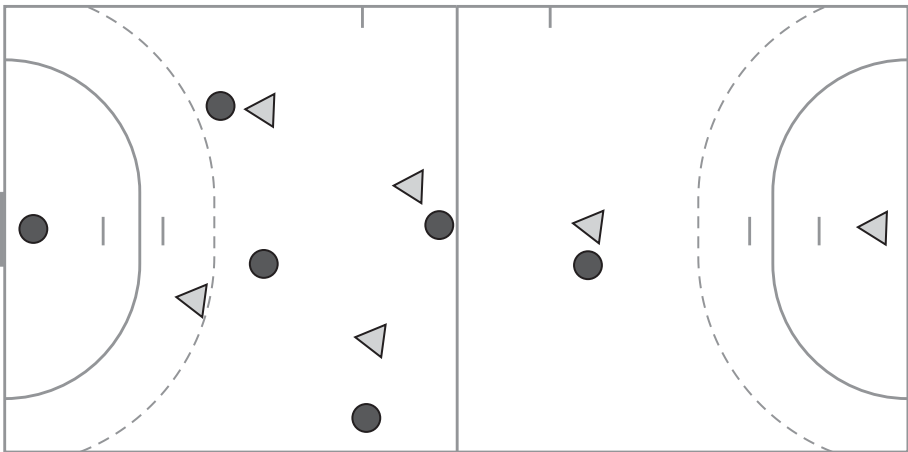
📌 Igra 5:5 in 6:6 po celotni igralni površini z individualno obrambo

Pri igri 5:5 ali 6:6 z individualno obrambo po celotni igralni površini se vadeči prvič srečajo z igro na velikem igralnem pro-

storu, ki tako v smislu širine in globine, ponuja igralcev možnost nabiranja mnogostranskih igralnih izkušenj.

Različice igre 5:5

- Dovoljeno enkratno vodenje žoge



Zadnji korak učenja rokometne igre z igralno metodo je prehod iz globokih, ofenzivnih obramb (osebna obramba, conska obramba 1:5; 3:3) na plitkejše, defenzivne obrambe (conska obramba 3:2:1, 5:1) oziroma kombinirane obrambne postavitve (5+1; 4+2).

Za konec naj navedemo še nekaj pomembnejših pedagoško metodičnih principov pri delu z igralno metodo (Pavčič & Šibila, 1991; Dežman & Dežman, 1998; Šibila, Bon & Kužel, 1999; Dežman, 2000; :

- ☞ vsako igro je potrebno pred pričetkom razložiti, po potrebi demonstrirati in razčistiti nejasnosti, zagotoviti je potrebno dosledno uporabo in spoštovanje pravil,
- ☞ predolga razlaga otroke utruja, moti nji-

hovo pozornost in si zato ne zapomnijo danih navodil; bodimo kratki in jasni,

- ☞ igro zaustavimo le, če je bistveno zgrešen smisel igre in podamo med prekinitvijo nujne popravke in dopolnila,
- ☞ igro moramo po določenem času kljub veliki zainteresiranosti ustaviti, saj se otroci hitro utrudijo, pa tudi hitro odpočijejo. V teh občasnih odmorih ustvarjamo ustežno razpoloženje za nadaljnjo vadbo,
- ☞ igre, ki je otroci niso sprejeli, ne ponavljamo niti ne vsiljujemo, ker je preenostavna, pretežka, prelahka...
- ☞ preveč voditeljevega vpletanja v tok igre zmanjšuje interes za igro, premalo voditeljeve pozornosti pa ne vzbuja navdušenja za delo in ustvarja neuspeh,

- ☞ pri vadbi z igrami je potrebna dobra organizacija dela, vnaprej pripravljena vsebina, prostor, strokovno delo voditelja ter pomagala,
- ☞ igra, ki je ne predstavimo zadovoljivo, se ne odvija živahno in ne zadovoljuje sodelujočih, ni dosegla svojega namena: zabave in radosti s pomočjo gibalnih aktivnosti,
- ☞ v igro morajo biti vključeni vsi udeleženci, vloge statičnih opazovalcev ni; če je v igro vključenih več otrok, kot jih naenkrat v igri lahko sodeluje, jih delimo na skupine in vse igrajo isto igro (sposobnejši igrajo v oteženi situaciji),
- ☞ intenzivnost igre mora biti primerna razvojni stopnji in starosti ter znanju otrok in naj bo odmerjena glede na trajanje in način igre,
- ☞ ekipe za igre morajo biti sestavljene tako, da ima vsaka možnost za uspeh,
- ☞ med igro ne smemo kričati na otroke, niti ne smemo pokazati nestrpnost, ker se to ne razlikuje dosti od vsake druge grobosti;
- ☞ vsako igro moramo pripeljati do konca, do predvidenega rezultata, kajti to zagotavlja zanimanje za nadaljnje delo;
- ☞ na koncu objavimo rezultate, pohvalimo boljše in ohrabrimo slabše;
- ☞ voditelj mora biti svetovalec, pomočnik, sodnik, organizator, ne pa ukazodajalec in vsiljivec!

LITERATURA

1. Dežman, B. & Dežman, C. (1998). *Motorika z žogo v prvem triletju osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
2. Dežman, B. (2000). *Košarka za mlade igralce*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
3. Pavčič, C., Šibila, M. (1991). *Elementarne igre in igre s prirejenimi pravili, primerne za uvajanje začetnikov v roketno igro*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
4. Šibila, M., Bon, M., & Kužel, D. (1999). *Mini roket v prvih razredih osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
5. Šibila, M. (2003). Koncept dela z igralci mlajših starostnih kategorij - Primer nemške roketne zveze. *Trener Rokomet*.
6. Šibila, M. (2004). *Rokomet. Izbrana poglavja*. Dopolnjenja izdaja. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Primož Pori, Maja Dolenc

Primeri elementarnih iger in iger s prirejenimi pravili v različnih delih rokometnega treninga.

Elementarne igre so vse tiste igre, ki vključujejo elementarne oblike človekovega gibanja - motorike (tek, hoja, skoke, lazenja, plazenja,..) in imajo možnost prilaganja pravil trenutnim okoliščinam in potrebam. V športu predstavljajo najpomembnejše sredstvo, s katerim lahko vadeči igraje in sproščeno razvija svoje motorične sposobnosti (moč, hitrost, koordinacijo ipd.) ali pa se seznanja z različnimi motoričnimi informacijami (elementi tehnike in taktike različnih športov, gibalne strukture ipd.), kar predstavlja osnovo za njihov telesni razvoj ter za uspehe v športni dejavnosti in pri delu. Oznako "elementarne" so dobile te igre v sedanjem športnem izrazoslovju, predvsem zaradi tega, da bi se razlikovale od športnih iger, ki so po zamisli in organizaciji podobne (Pavčič, & Šibila, 1991; Pistotnik, 1995).

Elementarne igre so tudi pomembno sredstvo vzgoje in socializacije vadečih, saj se lahko z njihovo pomočjo pomaga posamezniku pri vključevanju v družbo ter pri usmerjanju njegovega čustvovanja in obnašanja v različnih okoliščinah. Ker je značilnost elementarnih iger gibanje, se lahko z njimi pozitivno vpliva tudi na velike funkcionalne sisteme telesa (krvožilni, dihalni, lokomotorni sistem ipd.). Rezultati se kažejo v večji prilagodljivosti, v premagovanju večjih naporov in v razvoju telesa (Pistotnik, 1995, Pistotnik, & Ažman, 2004). Zanimiva posebnost elementarnih iger je v tem, bistvena obeležja spreminjamo in prikrojimo trenutnim zahtevam in potrebam, kar omogoča uporabnost iger v najrazličnejših okoliščinah. Omogočajo tudi veliko prilagodljivost glede na raven predznanja, osebnim razlikam, željam vadečih in podobno (Pavčič, & Šibila, 1991).

Tudi v rokometu predstavljajo elementarne igre eno od sredstev pri izpolnjevanju različnih vadbenih ciljev v različnih etapah usmerjanja in selekcioniranja:

1. Predstavljajo prvi metodični korak pri učenju in vadbi rokometne igre z igralno metodo ali metodo igre.

- ☞ Preko njih vadeči spoznavajo pravila rokometne igre ter se urijo v enem ali več elementih specifične rokometne motorike (tehnično-taktični elementi).
- ☞ Omogočajo jim taktično reševanje določenih problemskih situacij.
- ☞ Navajajo vadeče na medsebojno sodelovanje za dosego skupnega cilja.

2. Glede na vsebino, namen in intenzivnost jih lahko uporabljamo v različnih delih vadbene enote.

Elementarne igre na treningih naj ne bi izbirali zaradi igre sami, marveč nas mora pri izboru določene igre voditi cilj, ki ga z določeno igro želimo doseči. Glede na različne dele, ki sestavljajo vadbeno enoto, se ti cilji seveda razlikujejo. Vadbeno enoto (posamezen trening) najpogosteje delimo na uvodni, glavni ter zaključni del.

Osnovni namen *uvodnega dela* vadbene enote z ustreznim ogrevanjem za glavni, zahtevnejši del vadbe. Vadeče naj bi pritegnili k zavzeti vadbi in jim dvignili telesno temperaturo ter z ustreznim načinom organizacije vzpostavili ugodno delovno vzdušje. Za uspešno realizacijo izbrane dejavnosti, ki se bo izvajala v glavnem delu vadbene enote, se mora pripraviti tako motorika kot tudi psiha vadečega (Pistotnik, 1995).

Elementarne igre za ogrevanje morajo poleg možnosti hkratnega aktivnega sodelovanja vadečih, izpolnjevati še naslednje pogoje (Pistotnik, & Ažman, 2004):

- ☞ vsebovati morajo živahno motoriko,
- ☞ omogočiti uskladitev delovanja velikih funkcionalnih sistemov,
- ☞ imeti preprosta pravila, da se igra lahko čim prej razmahne,
- ☞ in imeti ideomotorično povezavo (vsebinsko in gibalno) z glavnim delom vadbene enote.

V skupino elementarnih iger primernih za uvodni del rokometnega treninga lahko zajamemo različne oblike **lovljenj in tekalnih iger**. *Lovljenja* so lahko po svoji naravi splošna (namen je samo ogrevanje vadečih) ali pa želimo zadovoljiti nekatere cilje, ki so povezane s problematiko

glavnega dela treninga. Tako lahko poljubno izbiramo število igralcev, večamo ali manjšamo vadbeni prostor, spreminjamo osnovni način gibanja, dodamo dodatno nalogo in podobno.

Tekalne igre, najpogosteje izvajamo predvsem v teku prosto po prostoru oziroma v urejenih formacijah in znotraj katerih je poudarjeno dinamično gibanje. Na znak, ki ga da vodja igre, vadeči skušajo čim hitreje opraviti določeno nalogo. Dinamika gibanja pred znakom naj bi bila poljubna, vendar ne prevelika, kar omogoča, da igre tega tipa uporabimo v uvodnem delu vadbene enote.

PRIMERI LOVLJENJ:

A. Lovljenje v teku z enim lovцем z vodenjem žoge

- vodenje žoge z levo ali desno roko
- lovljenje v parih

B. Lovljenja med vodenjem z pridruževanjem

- rešitev je par, trojka, četvorka

C. Žoga je rešitev

- z in brez vodenja žoge (skupina)

D. Kraja "repkov" med vodenjem

- * *Dva tekmujeta, kdo bo si bo med vodenjem žoge priboril več repkov*

E. Lovci in zajčki

- * *Določimo dva lovca, ki si med lovom podajata žogo ter poskušata z rugby metom zadeti čim več zajcev...*

F. Begunec

- vsi lovijo enega
 - => brez vodenja žoge,
 - => s podajami žoge od tal,
 - => s podajami v skoku.
- Begunec 4:2 (dve žogi)
- Begunec 2:1
 - => brez vodenja žoge,
 - => s podajami žoge od tal,
 - => s podajami v skoku.

Elementarne igre v glavnem delu treninga so namenjene predvsem učenju in vadbi, zato je njegov smoter pridobivanje in utrjevanje motoričnih informacij ter razvoj motoričnih sposobnosti. Z elementarnimi igrami se lahko vpliva na: moč, hitrost, nekatere pojavne oblike koordinacije, pa tudi preciznost in ravnotežje (Pistotnik, 1995).

Zaradi velike gibalne pestrosti nudijo elementarne igre tudi možnosti za pridobivanje novih gibalnih informacij in izkušenj. Poleg tega pa so izvrstno sredstvo za oblikovanje in utrjevanje že pridobljenih gibalnih spretnosti. Motorične informacije, ki so najpogosteje zajete v elementarnih igrah, so elementi tehnike in taktike posameznih športnih panog. Le-te se v spremenjenih gibalnih pogojih utrjujejo in oblikujejo v višjo gibalno kvaliteto. Pri tem se mora seveda upoštevati faze in metodične postopke motoričnega učenja (delo v olajšanih ali v oteženih pogojih ipd.). Na posamezni vadbeni enoti se je zato mogoče osredotočiti le na manjše število motoričnih informacij, ki naj bi jih vadeči obvladali. Izvajanje izbranih gibanj pa mora imeti v igri dominanten pomen in vsako

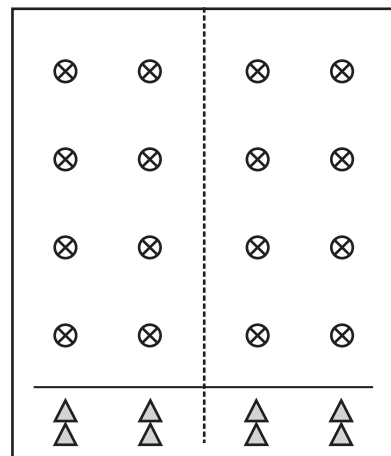
odstopanje od pravil, ki pogojujejo izvedbo izbranega gibanja, se mora kaznovati (npr. odvzem žoge, odvzem točk ipd.).

Najpogosteje uporabljane igre v glavnem delu so: štafetne igre za razvoj moči, hitrosti in koordinacije ter utrjevanje motoričnih informacij; moštvene igre, ki vključujejo celoten splet motoričnih sposobnosti, pri čemer se s pravili pomembnost izbrane sposobnosti poudari (krepitev iztegovalk rok, preciznost zadevanja koša ipd.) ali pa se ob njihovem aktiviranju omogoči osvojitve izbranih motoričnih informacij; borilne igre za razvoj moči in ravnotežja ali pa osvajanje motoričnih informacij s področja borilnih športov.

PRIMERI ŠTAFETNIH IGER:

A. Vodenje žoge okoli stožcev z različnimi načini gibanja

- Naravnost, vzvratno
- Leva, desna roka
- Slalom med stožci
- Okoli vsakega stožca
- Vodenje + dolga podaja



B. Štafetne igre s podajanjem žoge

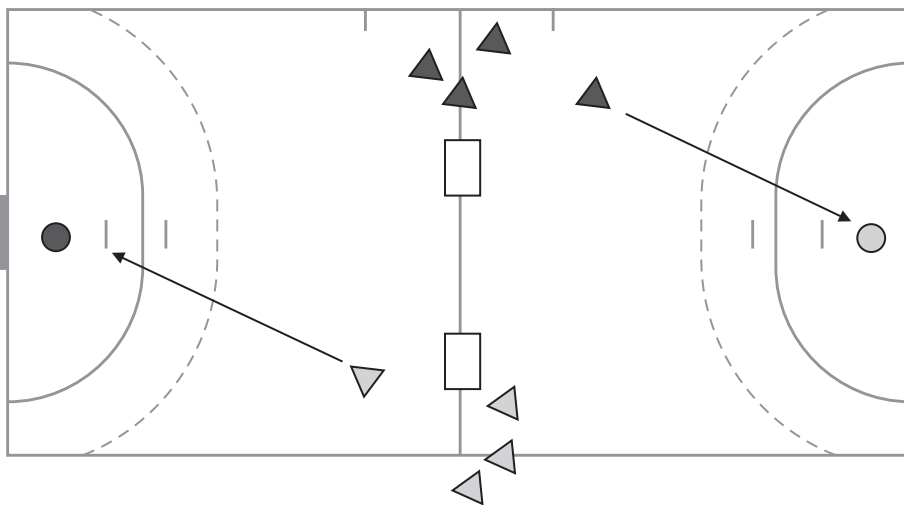
- Koločne podaje naravnost in vzvratno
- * *v parih (dve koloni skupaj)*
 - => samo okoli zadnjega stožca
 - => okoli vsakega stožca
- Križanje

C. Štafetne igre z dvema ali več žogami

- Vodenje dveh žog sočasno in izmenično
- Eno žogo vodimo z nogo drugo z roko
- Eno žogo držimo v rokah, drugo pa odbijamo z žogo
- Nošenje sedmih žog

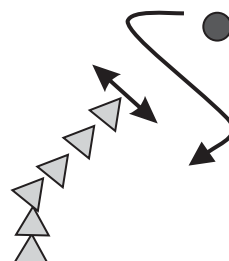
D. Štafetne igre v dveh ekipah s strelji na vrata

* *Dve ekipe se nahajata vsaka na svojem delu igrišča. Vratarja ekip se nahajata v vratih nasprotnega ekipe. Cilj igre je, da poskuša vsak igralec zadeti tri krat gol. Ko opravi nalogo ga nadomesti drugi igralec.*



PRIMERI BORILNIH IGRE:

* *Namenjene so predvsem pri spodbujanju pozitivne agresivnosti, navajanju vadečih na kontakte z igralci ter učenju osnov kritičja in spremljanja ter zaustavljanja in izrivanja*



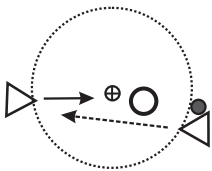
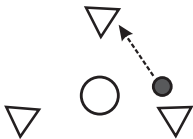
A. Igre izrivanja bočno in hrbtno v čepu

B. Igre vlečenja, potiskanja prek črte**C. "Varovanje zadnjega v koloni"**

* Med pet in sedem vadečih se postavi v kolono drug za drugim in vsak prime prednjega za bok. Prvi v koloni se postavi v obrambno prežo in preprečuje prostemu igralcu, da bi se dotaknil zadnjega v koloni. Ostali vadeči v koloni se prilagajajo gibanju prvega v koloni...

D. "Izbijanje žoge med vodenjem"

- Vadeči si znotraj 6 metrskega prostora med vodenjem med seboj izbijajo žoge.
- Določimo dva igralca, ki nimata žoge in izbijata žogo ostalim.

F. "Varovanje stožca"**G. "Pepček 2:1"****H. "Pepček za vratarje"**

- 3:1. 3 vadeči sedijo in si podajajo žogo. četrti je na sredini in poskuša žogo prestreči
- 2:1. Igro izvajajo tako da postavimo prilagojena rokometna vrata

PRIMERI MOŠTVENIH IGER:**A. "Veriga"**

* Vadeče razdelimo v skupine po šest ali sedem in jim določimo igralni prostor. Vsakemu vadečemu damo zaporedno številko. Vadeči si podajajo žogo v zaporedju. Enka poda dvojki, dvojka trojki, itd...

- ena, dve, tri žoge
- pobiranje žoge
- soročne podaje, komolčne podaje
- podaje iz skoka
- eno žogo vodimo z levo ali desno roko - ena ali dve žogi pa krožita
- žogo vodimo z nogo - ena ali dve žogo pa krožita
- svojo žogo vržemo v zrak - ena žoga pa kroži (vadeče razdelimo v četvorke)

B. "Vratar v okvirju švedske skrinje"

* Dva moštva (2*6+vratar). Igralni prostor je košarkaško igrišče. Igralci poskušajo z uporabo rokometnih pravil igre (pravila lahko tudi omejimo z enkratnim vodenjem), podati žogo svojemu "vratarju", ki se nahaja v okvirju švedske skrinje na nasprotnikovi polovici igrišča. Obramba je pasivna.

C. "Ekipna žoga ali 10 podaj"

* Vadeče razdelimo v dve skupini. Moštvo, ki po začetnem metu osvoji žogo so napadalci, drugo moštvo pa obrambni igralci (obramba je pasivna). Napadalci poskušajo izvesti deset zaporednih podaj, ne da bi pri tem žogo izgubili ali pa, da bi si jo priboril nasprotnik.

- Z vodenjem žoge
- Enkratno vodenje žoge ali brez vodenja
- Podaje od tal ali v skoku
- Dodatna naloga: odboj z glavo, odboj z nogami, sprejem žoge sede, zadetek na prirejenih vratih
- Označena igralna polja so vsaka na svoji strani igrišča. če osvoji žogo ekipa A jo poskuša čim hitreje prenesti v svoje igralno polje in šele tam pričeti z štetjem, in obratno.
- 3 ekipe (2:1) - številčna premoč ekipe

Zaključni del treninga je namenjen umiritvi vadečih po napornejši vadbi v glavnem delu. Dosegli naj bi tako duševno (umiritev razburjenja) kot telesno umiritev

(znižanje pulza, umiritev dihanja ipd.). Zato naj bo dinamika v igrah majhna; dinamično naj se ne vključujejo velike mišične skupine; dihalni in krvožilni sistem naj ne bosta obremenjena; in igre naj vadečih čustveno ne razburijo preveč. Igre naj bi zato aktivirale predvsem čutila in zahtevale natančno usklajevanje gibov pri reševanju nalog, ne pa hitre izvedbe. V ta okvir se uvrščajo igre, ki pogojujejo reševanje problemov s področij: preciznosti (zadevanje tarč na predpisan način); ravnotežja (ohranjanje ravnotežnega položaja); orientacije v prostoru (vadba kinestetičnega občutka); in hitre odzivnosti (hitre reakcije z manjšimi telesnimi segmenti, ki niso energijsko zahtevne).

LITERATURA

1. Dežman, B. & Dežman, C. (1998). *Motorika z žogo v prvem triletju osnovne šole*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
2. Pavčič, C., Šibila, M. (1991). *Elementarne igre in igre s prirejenimi pravili, primerne za uvajanje začetnikov v rokometno igro*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
3. Pistotnik, B., Ažman, D. Uporabnost elementarnih iger v športni praksi. *Športosplet (Online)*, na spletu. http://www.sportosplet.net/sportosplet/14/14_IGRE.HTML. (23.2.2004).
4. Pistotnik, B. (1995). *Vedno z igro*. 3. izdaja Ljubljana: Fakulteta za Šport. Inštitut za šport.
5. Pistotnik, B. (2003). *Osnove gibanja. Gibalne sposobnosti in osnovna sredstva za njihov razvoj v športni praksi*. Druga popravljena in dopolnjena verzija. Ljubljana: Fakulteta za šport.
6. Šibila, M. (2004). *Rokomet. Izbrana poglavja*. Dopoljenja izdaja. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Marta Bon

Modificiran podaljšan protinapad pri menjavah igralcev v fazi branjenja in napadanja; primer dve levi krili v obrambi

Večina kakovostnih moštev ima izdelan natančen koncept zapuščanja igralnih mest v obrambi po osvojitvi žoge v različnih tipičnih igralnih situacijah. Prav tako imajo tudi izdelan koncept za pravilno gibanje napadalcev po igrišču ter za njihovo medsebojno logično sodelovanje. Načeloma naj bi pri plitki conski obrambi (npr. 6:0) prvi zapuščali igralna mesta igralci, ki igrajo na mestih 1. levega in 1. desnega obrambnega igralca, pri globokih (npr. 3 : 2 : 1) pa igralci, ki so v izhodiščnem položaju nekoliko pomaknjeni v polje (prednji center in oba druga igralca). Ostali igralci skrbijo za varen in hiter prenos žoge pred nasprotnikova vrata.

Zaradi sprememb pravil v zvezi z začetnim metom pa se razvija tudi protinapad takoj po prejetem zadetku. Hiter razvoj igre v protinapadu v zadnjih letih je predvsem posledica dejstva, da je možno s pomočjo protinapada najhitreje in najlažje priti do ugodne priložnosti za doseg zadetka. Tudi učinkovitost pri doseganju zadetkov v protinapadu je višja kot v napadu na postavljeno obrambo (Šibila, 1997). Posebno mesto pa zavzema podaljšan protinapad. To je obdobje igre, ko so se obrambni igralci že vrnili v obrambo, tudi na ustrezna obrambne pozicije, vendar se zdi, da obramba v celoti še ne deluje po sistemu. Zelo pomembno je, da pri načrtovanju protinapada povežemo tudi aktivnosti za podaljšani protinapad. Pogosto so to tudi situacije, igralne kombinacije, ki jih moštvo sicer uporablja tudi v igri na postavljeno obrambo.

V sistemu protinapada je predvsem pomembno, da igralci pravočasno in smisel-

no zapuščajo igralna mesta v obrambi in da v poteku izpeljave ohranjajo prostorsko ravnotežje na igrišču. V Sloveniji se je v preteklosti najbolj uveljavil sistem 2:2:2, ki ga je razvil in uveljavil Tone Goršič, v zadnjem obdobju pa se predvsem razvija sistem z enim sprejemalcem, dvema igralcema drugega vala in tremi igralci, ki prvi stečejo na napadalno polovico, potem ko je moštvo pridobilo žogo in prešlo v fazo napadanja.

Zaradi zahtev sodobnega modela, (predvsem hitrega ritma, pa tudi specializacije) pa se v zadnjem obdobju zelo uveljavlja sistem s stalnimi ali občasnimi igralci, ki igrajo ali samo v fazi napadanja ali v fazi branjenja. Tako je v nadaljevanju prikazan primer prilagojenega protinapada in podaljšanega protinapada, če imamo v obrambi dve levi krili. Sistem se iz 3:2:1 sistema spremeni v sistem 4:2. To ima seveda v osnovi določene slabosti. Osnovni namen te izpeljave sicer je, da namenoma "obtežimo"

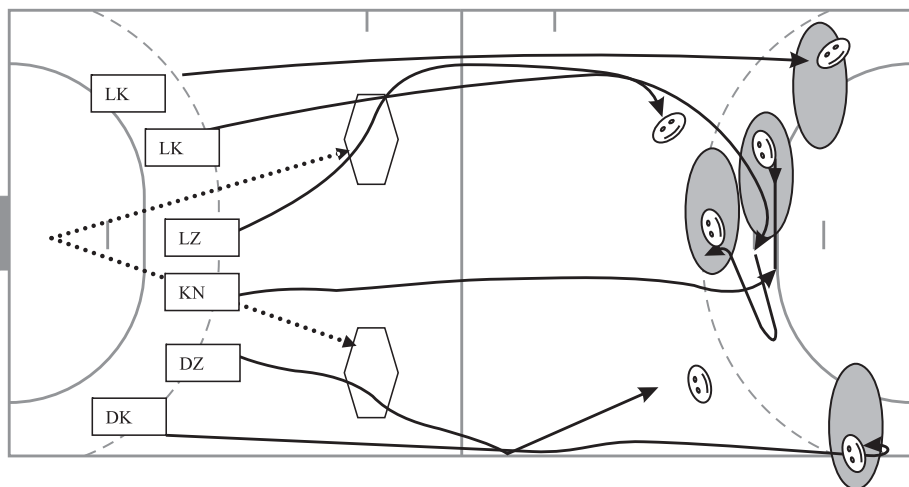
levo stran vsaj do polovice napadalne polovice igrišča, kjer pa se poti obeh LK nadaljujeta: eno LK teče izrazito široko na mesto LK v napadu, drugo LK pa vteka ali pred 6 m črto ali v višini 9 m črte. Značilnost tega protinapada je igra v globino in takoj po koncu protinapada prehod na dva KN za izpeljavo podaljšanega protinapada.

Za prikazan protinapad se je smiselno odločiti, če so izpolnjeni nekateri osnovni pogoji:

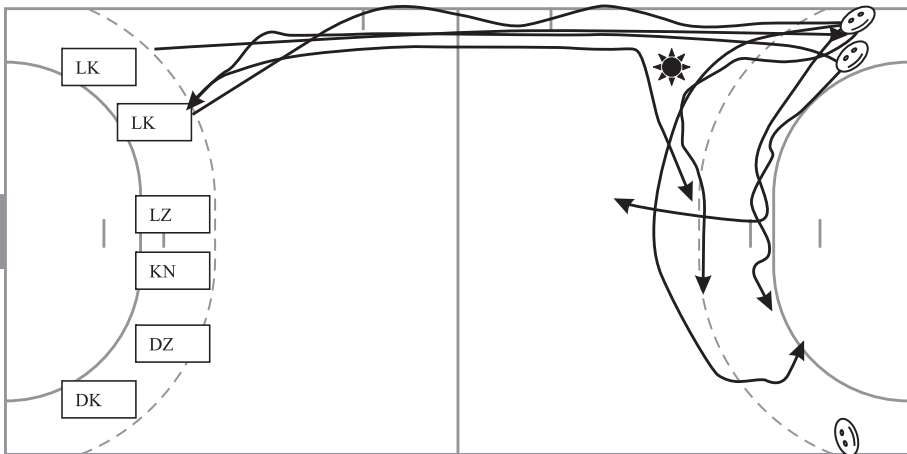
- Imamo dve primerni LK: V moštvu imamo LK, ki je sposobno kvalitetno igrati tudi 2. v obrambi, (s tem, da imamo eno LK, ki je ustrezno za

igranje 1. v obrambi in zelo hitro in kvalitetno izvaja naloge v prvem valu)

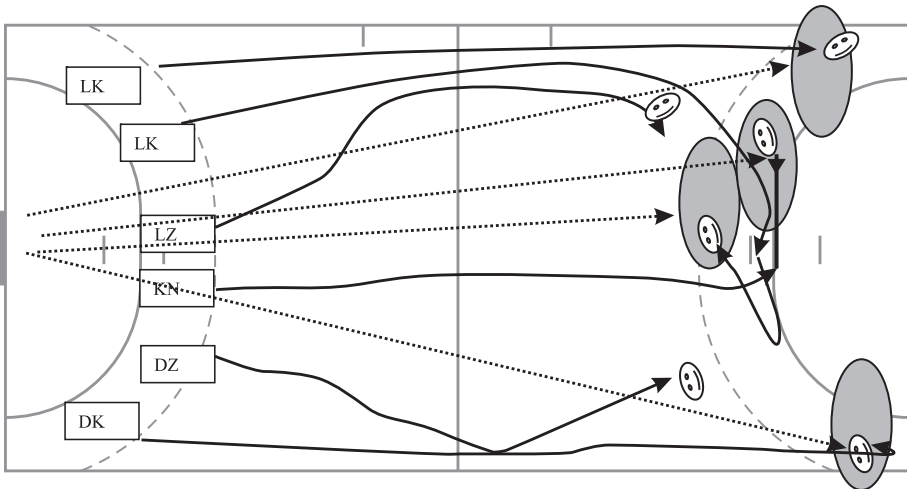
- Imamo igralce (predvidoma dva zunanja), ki imajo dobre sposobnosti za prenos žoge iz obrambne v napadalno polovico
- Imamo vratarja, ki zelo dobro izvaja dolge podaje v protinapad (npr. zanesljivost pri podajah v prostor med 6m-9m pred nasprotnikovim golom).
- Zagotavljati ustrezno kompenzacijo nekaterih zahtev, ki so slabše pokrita (npr. odbite žoge na levi strani (kjer oba igralca stečeta v PN)
- V fazi treninga moramo veliko pozornosti nameniti vadbi dolgih žog.



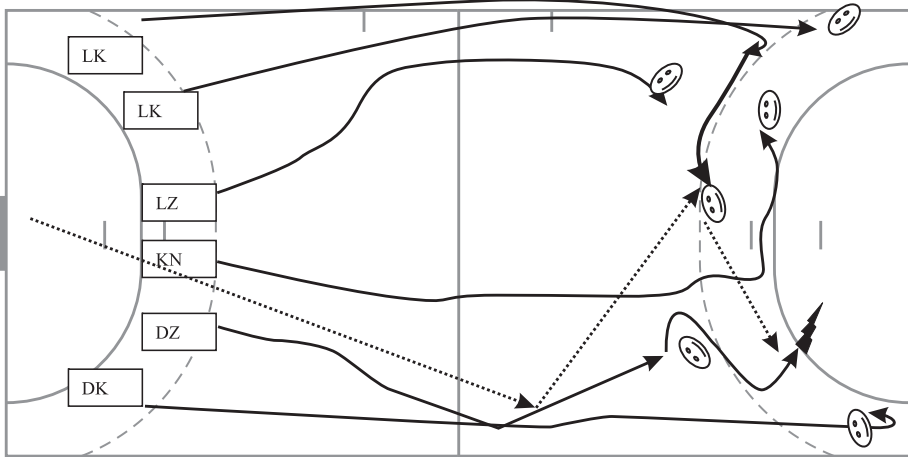
Slika 1: Zapuščanje igralnih mest v obrambi glede na igralna mesta v napadu: Prikaz igralnih mest v obrambi, ki so pomembna iz vidika razvijanja protinapada in razvijanje podaljšanega protinapada. Vratar lahko "prvo" žogo poda ali v tretji val (štiri možnosti) ali obema zunanjsima, ki takoj po pridobljeni žogi širita pri vzdolžni črti, s čimer ohranjata ravnotežje na igrišču. Nakazana je osnovna ideja, da do polovice napadalne polovice igrišča oba igralca KL tečeta skoraj vzporedno, nakar se eden od LK odcepi: ostro zavije proti sredini igrišča in vteka ali za- , ali -pred obrambnimi igralci (odvisno tudi od postavitve oz. dogovora s KN).



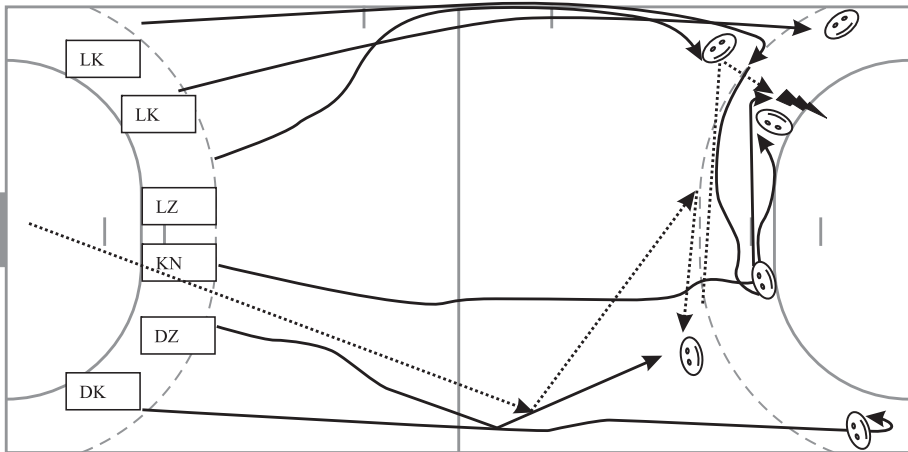
Slika 2: Prikaz nekaj možnih osnovnih vtekanj KN (glede na postavitev obrambnih igralcev in soigralcev, predvsem KN). Nakazana je tudi ideja, da obe LK, ki vtečeta vzporedno skušata zмести igralca, (★ ki je zadolžen za preprečevanje protinapada (za "lovljenje" krila, ki prvi steče v protinapad)- navadno DZ).



Slika 3: Prikaz nekaj izbranih zelenih podaj vratarja igralcem prvega vala. V procesu treninga je seveda potrebno omenjene podaje veliko vaditi.



Slika 4: Prikaz kombinacije izpeljave iz zaključevanja protinapada, pri katerem se LK postavlja v položaj t.i. "posta" in izbira nadaljevanje izvedbe podaljšanega protinapada (podrobneje so kombinacije in različice opisane v prispevku v reviji TRENER: Bon: Nekaj možnih načinov izpeljave podaljšanega protinapada; tam so prikazane tudi vse možne nadaljnje kombinacije.



Slika 5: Različica podaljšanega protinapada: LK po hitri izmenjavi žoge z DZ (ta poda dolgo široko paralelno podajo LZ) nadaljuje vtekanje na črto, nato pa spremeni smer in vteka za blokado KN in sprejema žogo od LZ, ki izvaja široki zalet proti голу. Možno je izvesti tudi višek za LK na osnovnem položaju.

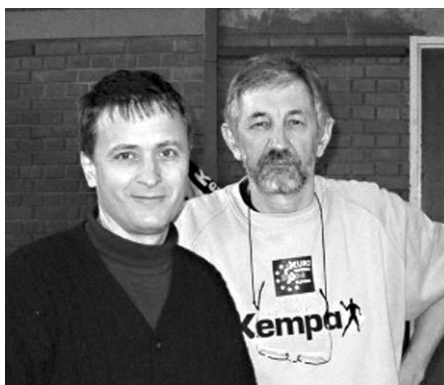
Zaključek

V sistemu protinapada je predvsem pomembno, da igralci pravočasno in smiselno zapuščajo igralna mesta v obrambi in da v poteku izpeljave ohranjajo prostorsko ravnotežje na igrišču. V sodobnem modelu rokometu oz. v igri najboljših reprezentanc se pojavljajo predvsem sistemi, ko t.i. zunanji igralci ustrezno varno in zanesljivo prenesejo žogo iz obrambne v napadalno polovico in v napadalni polovici izvajajo aktivnosti, z namenom priti v situacijo za dosego zadetka oz. pripraviti ustrezno situacijo za soigralca (npr. krilo ali KN). Protinapad seveda v osnovi izhaja iz postavitve igralcev v obrambi. Trener mora najti najboljšo kombinacijo igralcev, ki bodo dovolj kakovostni v obrambi in hkrati ustrezno izbrani za določene naloge v izvedbi protinapada. Sistem mnogih menjav, ki se uveljavlja v zadnjem obdobju pa

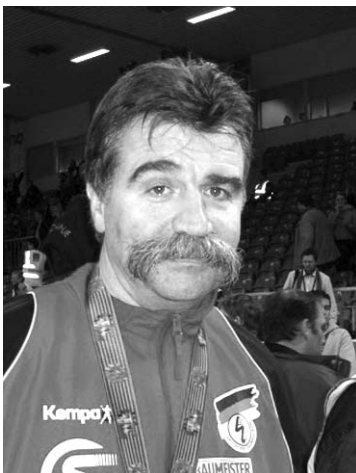
dela pripravo na tekmo še kompleksnejšo. Moštvo mora ustrezno pripraviti in seveda uigrati še nekatere kombinacije igralcev, ki nastajajo, ko trener izvaja menjave igralcev v fazi napada in obrambe tudi v podaljšanem protinapadu. Vsa mesta na igrišču naj bi bila v izhodišču uravnoteženo "pokrita" z igralci, največkrat tudi v obrambi igrajo levo in desno krilo, en krožni napadalec in trije zunanji napadalci. Velikokrat (največkrat enega od zunanjih nadomesti obrabni specialist). Primerno je, da se tem zakonitostim sicer sledimo, včasih pa se trener odloči tudi za druge rešitve, druge kombinacije igralcev. Prikazana je možnost protinapada z dvema igralcema, ki v napadu oba igrata levo krilo, a imata sposobnosti, ki jih velja izkoristiti v toku protinapada ali podaljšanega protinapada.



Z mednarodnega rokometnega seminarja EURO 2004







R
O
K
O
M
E
T
N
E
L
E
G
E
N
D
E

