



Marko Šibila

Odvzemanje žoge – prestrežanje podaj v rokometu

Izvleček

Obramba v rokometu bi se morala bolj usmeriti v pokrivanje prostora in odvzemanje žoge, namesto da je neposredno usmerjena na telo nasprotnika. Prestrežanje podaj bi zato moralo postati eno najpomembnejših sredstev za doseg obrambnih ciljev. Uspešno prestrežena podaja ne pomeni le uspešne obrambe, temveč igralcem omogoča hiter prehod v protinapad in doseg enostavnega gola. Še posebej v mlajših starostnih kategorijah bi morali branilci uporabljati takšno »na žogo usmerjeno« obrambo. Zato je pomembno, da so bile takšne razvojne težnje opazne na zadnjem svetovnem prvenstvu za fante U19 na Hrvaškem. V članku predstavljamo nekaj tipičnih akcij prestrežanja žoge.

Ključne besede: rokomet, obramba, prestrežanje podaj



Ball steals – interception of passes in Handball

Abstract

The defense in Handball should become more "space-cover oriented" and »ball-oriented« defense instead of a direct opponent's body-oriented defense. Pass interception (steals) should therefore become one of the most important means for achieving defensive goals. A successfully intercepted pass does not only mean a successful defence, but also offers the players a quick transition to the counterattack and scoring an easy goal. In particular, such »ball-oriented« defence should be used by defenders in younger age categories. Therefore, it is important to note that such a trend was observed at the last man's U19 World Championship in Croatia. In article, we present some typical ball interception actions.

Keywords: Handball, defence, pass interceptions

Späte, Landuré in Belmessaud so postavili tezo, da je v sodobnem rokometu težišče igre predvsem na izvajanju napadalnih aktivnosti (Späte, 2023; Landuré in Belmessaud, 2023). Isti avtorji se v zvezi s tem vprašajo (in tudi druge rokometne strokovnjake): »Kako se mora v rokometu razvijati obrambna igra in kaj bo pomembno v prihodnosti tako na tekmah kot na treningu?« Odgovor bi lahko bil povezan s trditvijo, da bi morala obramba postati bolj usmerjena na pravilno pokrivanje prostora in na odvzemanje žoge v skladu s pravili igre (prestrežanje podaj), namesto da bi bila usmerjena neposredno na nasprotnikovo telo.

Zaradi takšnega pogleda na razvoj igre v obrambi postaja v zadnjih letih bolj priljubljen agresiven (aktiven) tip obrambnega delovanja v conski obrambi 6:0 ali 5:1. S takšnim pristopom skušajo branilci nevtralizirati nekatere pomanjkljivosti klasičnih in tradicionalnih tipov obrambnih sistemov (ali celo mešanico med več različnimi obrambnimi sistemi ali njihovimi prilagoditvami), kot so premajhna globina obrambe, preveč možnosti za strele z razdalje in prevelik prostor za neovirano izvajanje priprave različnih napadalnih kombinacij.

Da bi zmanjšali omenjene pomanjkljivosti, uporabljajo branilci v sodobnem rokometu agresivne, nenadne in nepredvidljive obrambne dejavnosti (z namenom omejitve pričakovanega razvoja napadalnih kombinacij), da bi prekinili kombinatoriko napadalcev. Branilci se predvsem trudijo preprečiti zanesljivo in neovirano podajanje in lovljenje žoge, ko napadalci izvajajo različne zaletе proti голу – branjenje proti igralcem, ki še nimajo žoge, so pa potencialno nevarni za nadaljevanje uspešnega napadanja.

Posledično branilci ne dovolijo napadalcem razviti klasične kombinatorne igre, primerne za napad proti različnim conskim obrambam. Primarni namen igre branilcev v takšnih primerih ni uporaba telesa in rok za prekrške nad napadalci, ki imajo žogo v posesti, ampak preprečiti ustvarjanje nevarnih situacij. Zato morajo napadalci več improvizirati, pri tem delajo več tehničnih in taktičnih napak ter poskušajo izvajati strele iz neizdelanih položajev. Prvi in drugi branilci se posledično pogosto znajdejo v številčni podrejenosti – v položaju, v katerem se en branilec brani proti dvema napadalcema, s tem pa veliko tvegajo, vendar tudi prisilijo napadalce v tvegano nadaljevanje igre. Takšna igra zahteva od branilcev veliko znanja in izkušenj, ki jih uporabljajo

za oceno možnosti nasprotnih igralcev za nadaljevanje napada.

Zato bi morale prestrežanje podaj (odvzemanje žoge) postati eno najpomembnejših sredstev za doseg obrambnih ciljev. Uspešno prestrežena podaja ne pomeni le uspešne obrambe, temveč igralcem pogosto omogoča hiter prehod v protinapad in doseg enostavnega gola. Še posebej branilci v mlajših starostnih kategorijah bi morali uporabljati takšno »na žogo usmerjeno« obrambo. Zato je zelo pomembno, da lahko omenjene razvojne težnje opazimo na različnih tekmovanjih, kot so evropsko in svetovno prvenstvo za mlajše kategorije (od U18 do U21). To lahko trdimo tudi za zadnje svetovno prvenstvo za fante v starostni kategoriji U19 na Hrvaškem. V članku predstavljamo nekaj tipičnih akcij prestrežanja podaj, predvsem branilcev hrvaške reprezentance, ki je na prvenstvu osvojila 3. mesto.

Hrvaška reprezentanca je na omenjenem svetovnem prvenstvu uporabljala tako agresivno-ofenzivno (odprto) consko obrambo 5:1 kot tudi consko obrambo 6:0. Predvsem z različnimi aktivnostmi v conski obrambi 5:1 je branilec uspelo prestreči mnogo podaj ali prisiliti nasprotnika, da je nadaljeval nesmotrno napadanje. Večinoma so po uspešno prestreženi podaji tudi dosegli lahke zadetke iz protinapadov. Z nekaj previdnosti bi lahko trdili, da jim je prav takšen način obrambe prinesel visoko 3. mesto na prvenstvu. Največkrat so bili pri prestrežanjih žoge uspešni, ko je eden od branilcev (drugi branilec z leve ali desne – »half«) z žogo v širokem položaju izvajal pritisk na zunanega napadalca in ga prisilil v nenatančno (nekontrolirano) podajo proti srednjemu zunanemu napadalcu, to pa je izkoristil drugi branilec na nasprotni strani igrišča in prestregel podajo.

■ Prikaz posameznih tipičnih situacij prestrežanja žoge

Vse analizirane situacije so predstavljene tako tekstovno (opis) kot tudi z zaporedjem slik (fotografij). Dodana pa je še QR-koda, prek katere je dostopen tudi videoposnetek vsake situacije.

V prvi predstavljeni situaciji je srednji zunanji napadalec podal žogo na desni strani igrišča desnemu zunanemu napadalcu ter nato naredil diagonalni prehod proti črti vratarjevega prostora. Drugi desni branilec se je takoj pomaknil nazaj ob črto, prednji

center pa je izvedel pritisk na desnega zunanega napadalca (na robu prekrška). Levi zunanji se je gibal proti sredini, vendar je nekoliko zamujal, kar je omogočilo drugemu desnemu branilcu, da je prišel v položaj za prestrežanje podaje med desnim zunanjim in levim zunanjim napadalcem. Učinkovito prestrežena podaja je branilcu omogočila tudi hiter prehod v protinapad.



Video 1

V drugi situaciji je igralec ekipe Norveške na mestu levega krila poskušal izkoristiti položaj prvega in drugega desnega branilca, ki sta bila postavljena daleč od črte vratarjevega prostora. V trenutku podaje med srednjim in levim zunanjim napadalcem je stekel za branilce ob črti vratarjevega prostora. Levi zunanji napadalec mu je skušal podati, a sta se branilca pravočasno in pravilno odzvala ter s svojim delovanjem uspešno preprečila neoviran sprejem žoge, ki je končala na tleh v vratarjevem prostoru.

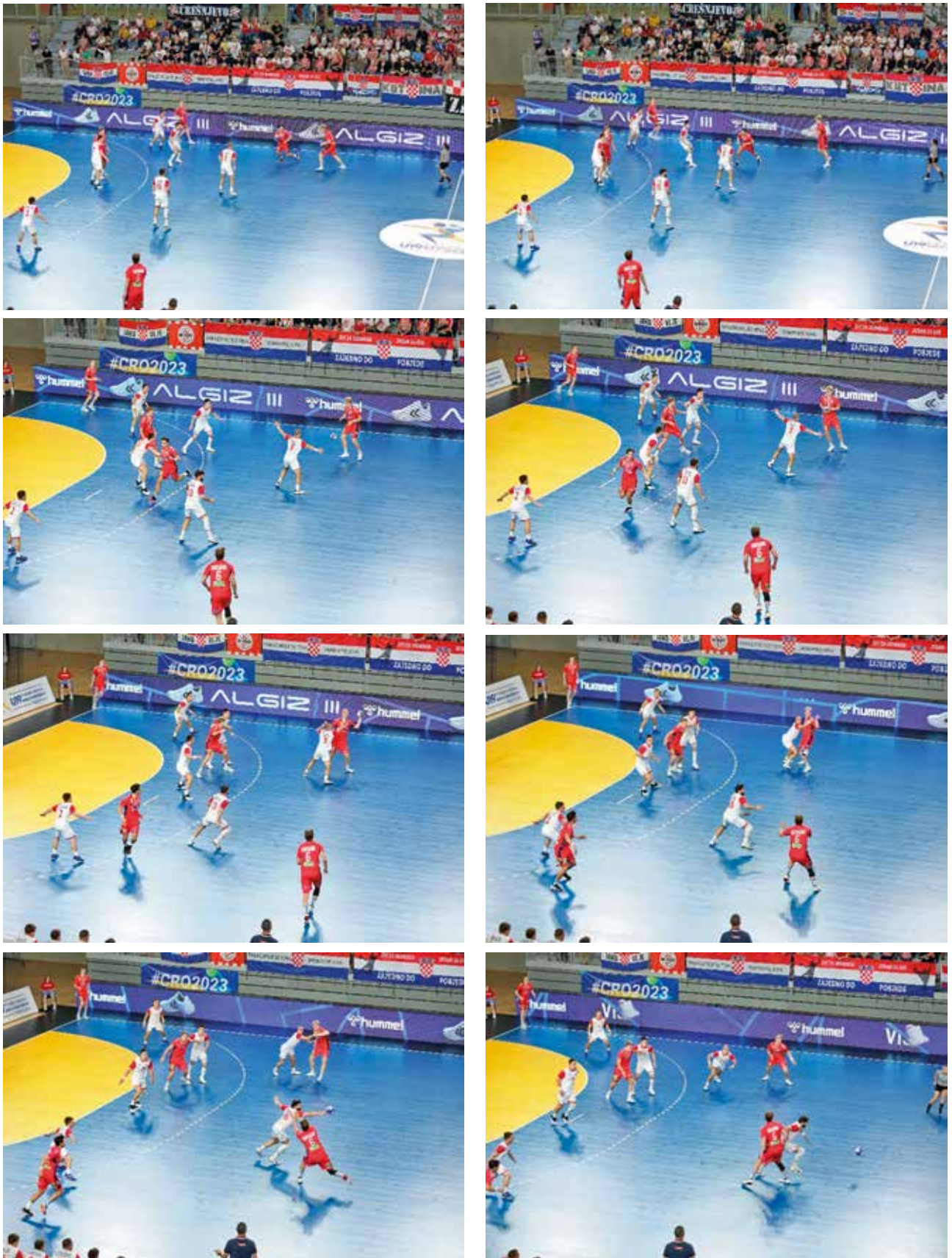


Video 2

V naslednji obravnavani akciji dva branilca – prednji center in drugi levi branilec – izvedeta pritisk na desnega zunanega napadalca norveške reprezentance. Akcija branilcev je bila izvedena takoj po hitri izvedbi začetnega meta, še preden so napadalci sploh lahko začeli pripravljati napad. Na ta način sta branilca zmedla desnega zunanega napadalca, ki je želel na hitro in nenadzorovano podati srednjemu zunanemu napadalcu. Drugi desni branilec je to izkoristil in spretno prestregel podajo ter igro takoj nadaljeval s protinapadom.



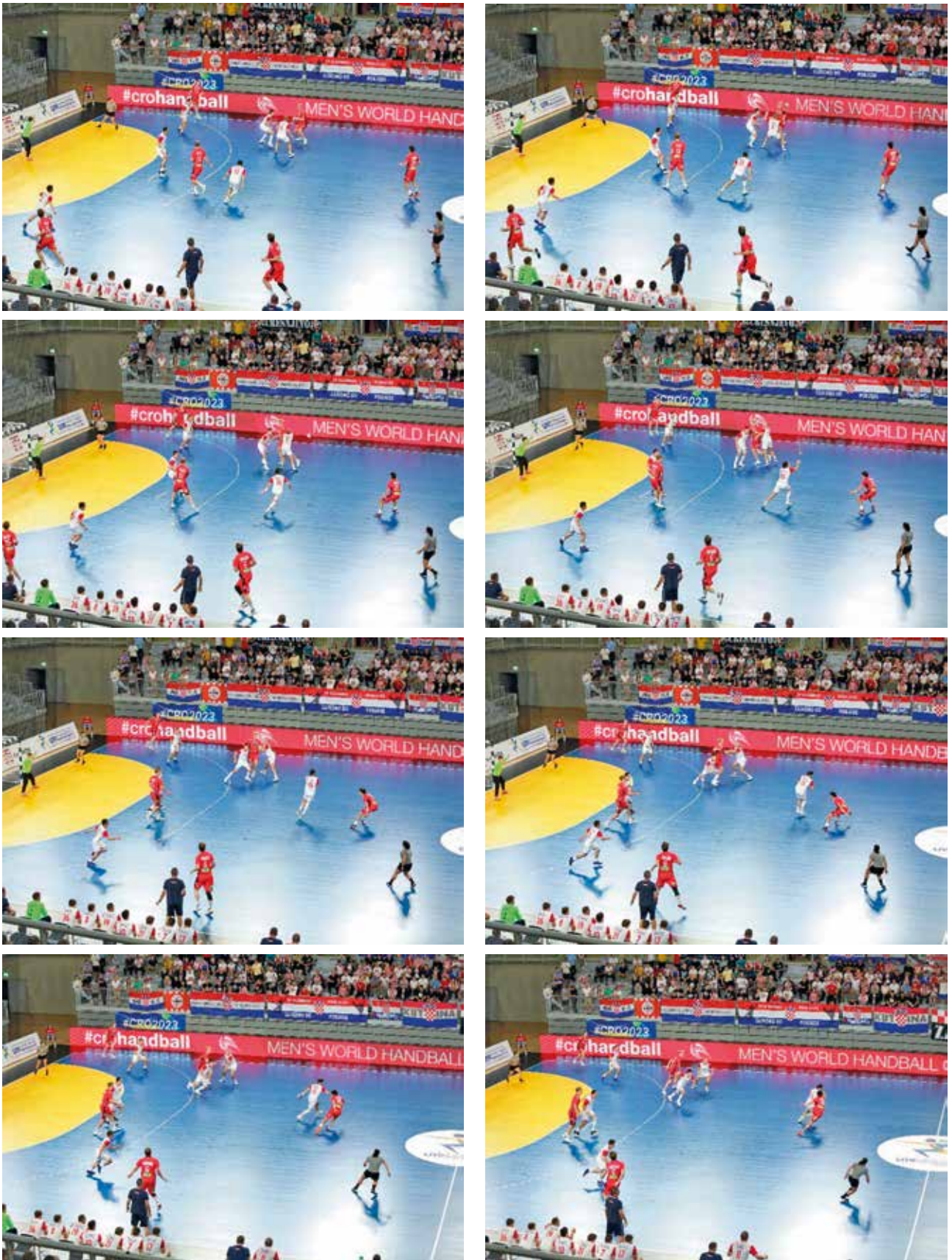
Video 3



Serijska slika 1. Drugi desni branilec prepreči podajo med desnim in levim zunanjim napadalcem (četrtfinale: Hrvaška – Norveška)



Serijska slika 2. Prvi i drugi branitelj desno prestržeta podaju med levim zunanjim napadalcem i levim krilom, ki je stekel ob črto vratarjevega prostora za hrbiti branilcev (četrtfinale: Hrvaška – Norveška)



Serijslik 3. Drugi branilec desno prestreže podajo med desnim zunanjim in srednjim zunanjim napadalcem (četrtfinale: Hrvaška – Norveška)



Serijska slika 4. Drugi branitelj levo odvzima žogu po nenatanni podaji med levim in srednjim zunanjim napadalcem (četrtfinale: Hrvaška – Norveška)



Serijska slika 5. Branilci si priborijo žogo, ki jo je napadalec slabo sprejel (ulovil) – podaja med levim in srednjim zunanjim napadalcem (četrtfinale: Hrvaška – Norveška)



Serija slik 6. Drugi desni branilec prestreže podajo med desnim in srednjim zunanjim napadalcem (polfinale: Hrvatska – Španija)



Serijska slika 7. Drugi desni branilec preštreže podajno med desnim in srednjim zunanjim napadalcem (polfinale: Hrvaška – Španija)

V četrty predstavljeni akciji je ekipa Norveške uporabila taktiko napada z dvema pivotoma. Posledično se je drugi branilec na strani žoge pomaknil nazaj proti črti vratarjevega prostora, sočasno pa je prednji center izvedel pritisk proti levemu zunanjemu napadalcu. Levi zunanji napadalec je skušal podati žogo proti srednjemu zunanjemu napadalcu, a je zaradi pritiska prednjega centra podajo izvedel nenatančno. V tem trenutku se je drugi branilec z leve približal srednjemu zunanjemu napadalcu, izkoristil slabo podajo za odvzem žoge in igro takoj nadaljeval s protinapadom.



Video 4

V prikazani situaciji, ki je glede na logiko poteka akcije zelo podobna prejšnji, prednji center ponovno izvede pritisk na levega zunanjega napadalca, ki ima žogo. Sledila je nenatančna podaja med levim in srednjim zunanjim napadalcem, kar je izkoristil drugi levi branilec in prestregel podajo. Ni pa mu uspelo takoj vzpostaviti kontrole nad žogo, zato mu je pri tem pomagal soigralec – prednji center. Zaradi zamude, povezane z vzpostavljanjem kontrole nad žogo, v tem primeru ni bilo izvedbe protinapada.



Video 5

Po izvedenem prostem metu (9-metrovka) se je levo krilo vrnilo na svoje osnovno igralno mesto in srednji zunanji napadalec je izvedel križanje s pivotom. Pivot je podal žogo naprej do desnega zunanjega napadalca ter se postavil v širok položaj med prvega in drugega levega branilca. Posledično se je drugi branilec levo pomaknil nazaj proti črti vratarjevega prostora. Desni zunanji napadalec je takoj podal žogo levemu zunanjemu napadalcu, ki je stekel v sredino igrišča po menjavi mesta s srednjim zunanjim napadalcem. Levi zunanji

napadalec je takoj izvedel podajo nazaj proti desnemu zunanjemu napadalcu – v tem trenutku pa je prednji center izvedel pritisk na desnega zunanjega napadalca. Ta igralec se je posledično znašel v težkem položaju in želel takoj izvesti podajo nazaj proti levemu zunanjemu napadalcu. Podaja je bila nenatančna in nekontrolirana, drugi desni branilec jo je spretno prestregel in igro nadaljeval s protinapadom. V tej situaciji je bila zelo pomembna tudi postavitev prvega desnega branilca, saj je s svojo postavitvijo onemogočil dolgo podajo na drugo stran igrišča – proti nasprotnemu zunanjemu napadalcu.



Video 6

V analizirani situaciji je levo krilo naredilo prehod na mesto drugega pivota – v širok položaj na desni strani igrišča. Zaradi predhodnih napadalnih aktivnosti (menjave mest) se je na mestu desnega zunanjega napadalca znašel desnoroki igralec. Drugi levi branilec se je z levim krilom pomaknil ob črto vratarjevega prostora in skladno z njegovim gibanjem je prednji center takoj napadel desnega zunanjega napadalca in mu omejil manevrski prostor za nadaljnje akcije. Desni zunanji napadalec je želel s hitro podajo proti srednjemu zunanjemu napadalcu rešiti nastalo situacijo, kar pa je spretno izkoristil drugi desni branilec ter prestregel slabo in predvidljivo izvedeno podajo. Po prestreženi podaji je takoj sledil tudi protinapad.



Video 7

Na četrtfinalni tekmi med Hrvaško in Norveško je tudi norveškimi branilcem uspelo dvakrat prestreči podajo. Obe situaciji sta predstavljeni v videoobliki in sta dostopni na povezavi prek kode QR.

V prvem primeru je ekipa Hrvaške po pridobljeni žogi skušala izvesti protinapad,

toda pri izvedbi podaljšane protinapada so bili nepazljivi. Tako je srednji zunanji napadalec spregledal vračajočega se branilca in podal žogo proti levemu zunanjemu napadalcu. Norveški branilec je spretno prestregel podajo in omogočil svoji ekipi dosego lahkega zadetka v protinapadu.



Video 8

V drugem primeru so napadalci Hrvaške skušali napadati z napadalnimi aktivnostmi, ustreznimi za napad proti norveški conski obrambi 6:0. Pivot je bil postavljen med oba tretja branilca (centralna branilca). Srednji zunanji napadalec je dobil podajo od levega zunanjega napadalca in naredil križanje z desnim zunanjim napadalcem, ki je skušal takoj po sprejemu žoge podati pivotu. Branilci so prepoznali njegovo namero in drugi levi branilec je prestregel podajo. To je tudi omogočilo hitro izvedbo protinapada in dosego zadetka.



Video 9

■ Sklep

Rokomet je zelo zapleten šport in na rezultat vplivajo številni dejavniki. O uspehu določenih situacij v igri pogosto odločajo malenkosti, ki niso v celoti v središču pozornosti igralcev in trenerjev. Situacije, v katerih igralcem uspe pridobiti žogo z dovoljenimi sredstvi, so zagotovo med najbolj značilnimi dejanji, ki so bila večkrat podcenjena. To se odraža predvsem v dejstvu, da se učenju in vadbi teh situacij ne posveča dovolj časa na rokometnih treningih. V preteklosti je bilo razvito zelo majhno število privlačnih vaj za usposabljanje igralcev v teh veččinah.

Branilci morajo razviti spretnosti in navade, ki jim bodo omogočile večjo učinkovitost

v teh situacijah. To bi moral biti dolgoročen proces razvoja spretnosti na področju obrambe – že v mlajših starostnih kategorijah (osebna obramba in globoke/odprte conske obrambe). V ospredju morata biti razvoj spretnosti in znanj, povezanih s pravihim položajem in gibanjem branilcev, ter njihovo prostorsko pravilno delovanje. To bi moralo branilcem omogočiti učinkovito delovanje v smislu odvzema žoge napadalcem s prestrežanjem ali drugimi oblikami igre proti žogi. Usposabljanje za zaustavitev in blokiranje napadalcev z rokami in telesom mora biti pri mlajših starostnih skupinah podrejeno razvoju prej omenjenih spretnosti in znanj. Predvsem pa bi se morala obramba spremeniti in postati usmerjena k manjši uporabi sile

pri potiskanju, objemanju in vlečenju napadalcev. Namenjena mora biti pridobivanju žoge – s pomočjo prestreženih podaj, ki jih naredijo napadalci pod pritiskom, ki ga izvajajo branilci v določenih situacijah z onemogočanjem ali oteževanjem jasnega oz. predvidenega nadaljevanja napadalnih aktivnosti.

Opomba: Članek je bil v originalni obliki objavljen v WHM Tech 2/2023 (International Handball Federation; ihf-online.info), za potrebe objave v reviji Šport pa je nekoliko skrajšan in prilagojen. Avtor se zahvaljuje Mednarodni rokometni zvezi in še posebej predsedniku CCM (Commission of Coaching and Methods) g. D. Späteju za dovoljenje za objavo in vso pomoč pri nastajanju članka.

■ Literatura:

1. Späte, D. (2023). *General analysis of the 2023 IHF Men's World Championship in Poland and Sweden. New Player Profiles Are Changing the Structure of the Game. WHM Tech Magazine 1/2023*. International Handball Federation.
2. Landuré, P. in Belmessaoud, S. (2023). *Live observations for a deeper game analysis. WHM Tech Magazine 1/2023*. International Handball Federation.

prof. dr. Marko Šibila
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
marko.sibila@fsp.uni-lj.si