

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT

MARKO MEŽNARŠIČ

**ANALIZA OBRAMBNIH AKTIVNOSTI NA MOŠKEM EVROPSKEM  
PRVENSTVU V ROKOMETU 2006 V ŠVICI S POMOČJO VIDEO TEHNIKE**

diplomsko delo

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
ŠPORTNO TRENIRANJE - ROKOMET

**ANALIZA OBRAMBNIH AKTIVNOSTI NA MOŠKEM EVROPSKEM  
PRVENSTVU V ROKOMETU 2006 V ŠVICI S POMOČJO VIDEO TEHNIKE**

diplomsko delo

MENTOR: dr. Marko Šibila, doc.

KONZULTANT: dr. Frane Erčulj, doc.

RECENZENT: dr. Zdenko Verdenik, doc.

AVTOR DELA: Marko Mežnaršič

Trebnje, 2006

## **ZAHVALA**

Zahvaljujem se vsem, ki so na kakršen koli način prispevali pri izdelavi moje diplomske naloge. Posebej se zahvaljujem mentorju dr. Marku Šibili za pomoč in vse koristne informacije pri nastajanju diplomske naloge. Staršem in dekletu se zahvaljujem za potrpežljivost in podporo v vseh letih študija. Zahvala velja tudi vsem televizijam za športne prenose z Evropskega prvenstva v Švici.

**Ključne besede:** rokomet, evropsko prvenstvo, obramba, analiza, učni pripomoček, video

## **ANALIZA OBRAMBNIH AKTIVNOSTI NA MOŠKEM EVROPSKEM PRVENSTVU V ROKOMETU 2006 V ŠVICI S POMOČJO VIDEO TEHNIKE**

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT

Marko Mežnaršič

strani: 36

tabele: 4

slike: 74

literatura: 11

### **IZVLEČEK**

V diplomski nalogi so predstavljene tipične in značilne aktivnosti rokometne igre v fazi obrambe. Rokomet je gotovo ena izmed kompleksnejših športnih disciplin, kjer je za doseg dobrega rezultata na tekmi ali tekmovanju potrebna temeljita analiza tehnično–taktičnih aktivnosti v vseh fazah igre.

V diplomski nalogi sem se osredotočil na tipične individualne, skupinske in kolektivne obrambne aktivnosti, ki so jih izvajale reprezentance na Evropskem prvenstvu v Švici 2006. Analiziranih je bilo dvaindvajset tekem petnajstih reprezentanc. Najbolj tipične in značilne obrambne akcije so predstavljene na DVD mediju. Poleg tega sem predstavil še računalniške programe, ki so mi služili kot pripomoček za analizo igre.

Namen diplomske naloge je predstaviti sodoben model rokometne igre v obrambi najboljših reprezentanc v Evropi z video posnetki ter predstavitev možnosti uporabe računalniške tehnologije na področju analize igre.

## KAZALO VSEBINE:

<b>1.</b>	<b>UVOD .....</b>	<b>5</b>
1.1	Osnovne značilnosti rokometnega moštva in sodobnega modela rokometne igre .....	8
1.2	Splošne značilnosti igre v obrambi na Evropskem prvenstvu v Švici .....	11
<b>2.</b>	<b>PREDMET IN PROBLEM .....</b>	<b>13</b>
2.1	Analiza rokometne tekme .....	13
2.2	Zbiranje podatkov in uporabnost .....	14
2.3	Struktura igre v obrambi .....	15
<b>3.</b>	<b>CILJI NALOGE .....</b>	<b>18</b>
<b>4.</b>	<b>METODE DELA .....</b>	<b>19</b>
4.1	Vzorec merjencev .....	19
4.2	Vzorec spremenljivk .....	21
4.3	Metode obdelave podatkov .....	22
4.4	Predstavitev uporabljenih računalniških programov .....	23
<b>5.</b>	<b>PRIKAZ RAZLIČNIH SITUACIJ PRI BRANJENJU S CONSKO ALI KOMBINIRANO OBRAMBO TER PRI VRAČANJU V OBRAMBO .....</b>	<b>26</b>
<b>6.</b>	<b>ZAKLJUČEK .....</b>	<b>36</b>
<b>7.</b>	<b>VIRI IN LITERATURA .....</b>	<b>37</b>

## 1. UVOD

Rokomet je v zadnjih letih eden izmed najbolj razširjenih in priljubljenih športov po svetu in tudi v Sloveniji. Njegovi začetki oziroma začetki iger, katerih smisel je metanje žoge ali zadevanje cilja z roko in žogo, segajo že daleč nazaj v staro Grčijo in Rim. V 19. stoletju so igre, ki jih štejemo za nekakšne predhodnice rokometu, doživele velik razvoj. Danci so igrali handbold, Nemci raftball in torball, na Češkem pa se je pojavila igra, imenovana hazena, katere značilnost je bila, da so jo igrale predvsem ženske. Posebna oblika rokometu je bil veliki rokomet, ki se je igral do sredine 20. stoletja, ko ga je povsem izrinil dvoranski rokomet. Prvi večji mednarodni turnir v rokometu je potekal v sklopu poletnih olimpijskih iger v Berlinu leta 1936. Prvo svetovno prvenstvo je bilo odigrano v Nemčiji leta 1938. Od takrat pa do danes je bilo odigranih devetnajst svetovnih dvoranskih prvenstev. Leta 1946 je bila ustanovljena IHF (mednarodna rokometna zveza). Leta 1972 je prišel rokomet v Muenchenu v redni program olimpijskih iger, leta 1976 pa je v Montrealu to uspelo tudi ženskemu rokometu.

*Slika1: Logotipi evropskih prvenstev od 1998-2004*



Evropska rokometna zveza je bila ustanovljena 17. novembra 1991 v Berlinu in letos praznuje 15-letnico delovanja. Sedež ima na Dunaju, njen predsednik je Norvežan Lian Tor. EHF organizira vrsto reprezentančnih in klubskih tekmovanj. Med vsemi reprezentančnimi je gotovo najbolj odmevno evropsko člansko prvenstvo (v nadaljevanju EP) za moške. Prvo EP je bilo organizirano leta 1994 na Portugalskem. Vse od takrat se prvenstva odvijajo vsake dve leti. Evropska prvenstva so organizirale še Španija (1996), Italija (1998), Hrvaška (2000), Švedska (2002), Slovenija (2004) ter Švica (2006). Naslednje EP bo leta 2008 na Norveškem. Po rezultatih je najuspešnejša reprezentanca evropskih prvenstev Švedska, ki je naslov najboljšega na stari celini osvojila kar štirikrat, po enkrat so bili najboljši še Rusi, Nemci in Francozi. Naša moška reprezentanca je sodelovala na vseh evropskih prvenstvih, razen v Italiji (1998). Evropsko prvenstvo v Sloveniji 2004 je bilo zagotovo največji športni dogodek, ki se je kadarkoli odvijal v naši državi in obenem tudi resen preizkus za slovenske organizatorje in športne delavce. Opravljeno je bilo z odliko in

organizatorji so prejeli številne pohvale o najboljšem EP do takrat. Na tem prvenstvu je slovenska reprezentanca s srebrno medaljo dosegla tudi največji uspeh v zgodovini nastopov slovenskih reprezentanc na velikih tekmovanjih v ekipnih športih.

*Tabela 1: KONČNA RAZVRSTITEV REPREZENTANC NA EVROPSKIH PRVENSTVIH (Pollany, 2006)*

Rank.	PORTUGAL 1994	SPAIN 1996	ITALY 1998	CROATIA 2000	SWEDEN 2002	SLOVENIA 2004	Switzerland 2006
1	SWE	RUS	SWE	SWE	SWE	GER	FRA
2	RUS	ESP	ESP	RUS	GER	SLO	ESP
3	CRO	YUG	GER	ESP	DEN	DEN	DEN
4	DEN	SWE	RUS	FRA	ISL	CRO	CRO
5	ESP	CRO	YUG	SLO	RUS	RUS	GER
6	FRA	CZE	HUN	CRO	FRA	FRA	RUS
7	HUN	FRA	FRA	POR	ESP	SWE	ISL
8	BLR	GER	CRO	NOR	CZE	SCG	SLO
9	GER	ROM	LTU	GER	POR	HUN	SCG
10	SLO	HUN	CZE	DEN	YUG	ESP	POL
11	ROM	SLO	ITA	ISL	UKR	CZE	NOR
12	POR	DEN	MKD	UKR	SLO	SUI	UKR
13					SUI	ISL	HUN
14					ISR	POR	SUI
15					POL	UKR	POR
16					CRO	POL	SVK

Evropsko prvenstvo v Švici se je odvijalo od 26. januarja do 5. februarja 2006. Predtekmovanja so potekala v mestih Bern, Sursee, St. Gallen in Basel. V slednjih dveh so potekale tekme nadaljevalnih skupin, medtem ko je bilo finalno prizorišče dogajanja v Zurichu. Po mnenju Wolfganga Pollanya (2006) je bila organizacija in priprava prizorišča odlična, predanost prostovoljcev in drugih športnih delavcev, ki so bili vključeni v dogodek, pa fantastična. Veliko tekem je napolnilo dvorane in atmosfera dobra. Na žalost je domača ekipa Švice izpadla že v predtekmovanju, zato je bilo v nadaljevanju tekmovanja v Baslu vzdušje slabše. Vse druge tekme nadaljevanja tekmovanja in finalnih odločitev so bile razprodane. V zgodovini EP ni bilo še nobeno tako dobro medijsko pokrito kot v Švici. Po podatkih analize, ki jo je po naročilu EHF izvedla nemška agencija za programsko analizo Sport+Markt AG, si je prvenstvo tako ali drugače ogledalo več kot 760 milijonov gledalcev (30 % več kot EP v Sloveniji 2004). Televizijskih prenosov je bilo več kot 700 ur, kar je 20 % več kot EP v Sloveniji leta 2004. Tekme je prenašalo

blizu 120 televizijskih in radijskih hiš, akreditiranih je bilo približno 800 novinarjev, fotografov in drugih predstavnikov sedme sile, ki so skrbeli za medijsko pokritost dogodka (EP v Sloveniji 2004 – 450 akreditiranih). Tekme so prenašale praktično vse evropske države in tudi države Bližnjega vzhoda, Severne Afrike ter Južne Amerike. Uradna spletna stran je imela od začetka pa do konca prvenstva 77,6 milijonov zadetkov, kar je trikrat več kot na EP v Sloveniji.

EP v Švici nam je postreglo z veliko dobrimi in kvalitetnimi tekmami, kljub napornemu ritmu osmih tekem v desetih dneh. Še bolj pomembno pa je, da je bilo sojenje na zelo visoki ravni. Dobra organizacija, odlične tekme in sojenje, vse to prinaša korak naprej k popularizaciji, kvaliteti in sprejemanju rokometu. Ob številnih športih, ki si želijo izboriti svoj prostor pod nebom, ima to velik pomen.

*Slika 2: Logotip Evropskega prvenstva v Švici 2006*





## 1.1 Osnovne značilnosti rokometnega moštva in sodobnega modela rokometne igre

Glede na oblike gibalnih struktur, ki se pojavljajo v igri, uvrščamo rokomet v skupino polistrukturnih kompleksnih športov. Vsebina igre je podana z velikim številom strukturalnih enot, ki jih izvajamo z žogo ali brez nje. Posamezne aktivnosti v igri imajo obeležje cikličnih oziroma acikličnih gibanj. Vse motorične strukture se v igri izvajajo v specifičnih pogojih ob prisotnosti nasprotnikovih igralcev in ob upoštevanju pravil igre. Zato sta njihov izbor in izvedba odvisna predvsem od igralnih situacij. Pri tem mora posameznik izbrati take aktivnosti, ki objektivno prispevajo k uspešnosti igralnih akcij moštva. Učinkovitost njegovih aktivnosti je pri tem odvisna od strukture in ravni za rokometišča pomembnih razsežnosti psihosomatičnega statusa - notranjih dejavnikov uspeha ter pogojev treniranja in objektivnih dejavnikov - zunanjih dejavnikov uspešnosti (Šibila, 1993).

Smisel igre je zadevanje določenega cilja - rokometna vrata z vrženim projektilom - rokometna žoga. Temeljni namen je s tehnično-taktičnimi, individualnimi, skupinskimi in kolektivnimi aktivnostmi zadeti cilj vsaj enkrat več od nasprotnika in si priigrati zmago. V rokometni igri se nasprotni ekipi neprestano menjavata v vlogi napadalcev in branilcev, in sicer je to odvisno od posesti žoge moštva. Ustvariti priložnost za strel in preprečiti zadetek sta osnovna cilja igralcev, ko so v igralnih vlogah branilcev in napadalcev.

Model igre moštva določa osnovne principe postavljanja, gibanja in sodelovanja igralcev v napadu in obrambi ter parametra učinkovitosti modela igre moštva. Ustrezati mora modelnim razsežnostim moštva. Sodobni model igre predstavlja trenutno stanje v razvoju rokometišča. Določen model igre moštva je neposredno povezan z ustreznimi modeli igre igralcev, ki igrajo na določenih igralnih mestih, slednji pa od njihovih modelnih razsežnosti (Šibila, 2004).

Sodobni model rokometnega moštva zahteva naslednje:

- v vseh fazah natančno določene in razdelane igralne vloge, ki so prostorsko, časovno in situacijsko opredeljene;
- univerzalnost ob sočasni specializaciji. Specializacija brez univerzalnosti v sodobnem modelu rokometne igre ni več mogoča (Jevtušenko in soavtorji), ker se lahko igralec v različnih fazah rokometne igre znajde v različnih strukturnih situacijah, ki jih mora biti sposoben reševati in rešiti ne glede na njegovo načeloma opredeljeno igralno mesto;
- prenos težišča igre v napadu na različne oblike protinapada (igra po vsem igrišču);

- krajši čas igre v napadu;
- vključevanje igre nad vratarjevim prostorom pri pripravi zaključka napada in pri zaključku napada;
- pri igri v napadu vedno več igre brez žoge;
- prenos težišča igre v obrambi na učinkovito vračanje v obrambo in igro v globokih conskih formacijah, s pomočjo katerih skušamo preprečiti strele iz velike in srednje oddaljenosti (Šibila, 2004).

Če pa želimo določeno rokometno tekmo kvalitetno analizirati, je nujno, da poznamo najpomembnejše trende razvoja, ki jih narekujejo najboljši igralci članskih kategorij in njihove ekipe.

Rokometna igra se je v zadnjem desetletju močno spremenila. Spremembe se kažejo predvsem v hitrosti in dinamiki igre ter moči igralcev na vseh nivojih igre. Na te spremembe so v veliki meri vplivale tudi spremembe pravil v zvezi z začetnimi metom, pasivne igre, povečanju števila igralcev v ekipi itd.

V prid temu dejstvu govorijo tudi statistične analize ekipne učinkovitosti z velikih tekmovanj državnih reprezentance ali vrhunskih klubskih ekip:

- število napadov se je povečalo (ekipe izvedejo na tekmi tudi od 60 do 70 napadov), SP Portugalska 2003; finale 61 napadov na ekipo (NEM:HR) najhitrejši finale vseh časov;
- na tekmah je doseženo več zadetkov (30 do 35);
- krajši čas napada (priprava na napad kot tudi počasni napadi z prekinitvami so preteklost);
- vedno več zadetkov je izvedenih iz protinapada;
- okoli 60 % vseh napadov se prične s protinapadom (Pori, 2005).

V študiji »Najnovejši trendi razvoja v svetovnem rokometu« EHF predavatelj prof. dr. Yasar Sevim (2006) na kratko predstavlja splošne ugotovitve igre v napadu, obrambi, protinapadu in branjenju vratarja z zadnjih največjih tekmovanj (EP 2004 in 2006, SP 2005 in OI 2004).

Trendi razvoja igre v obrambi:

- največkrat uporabljeni obrambni sistemi so: 6-0, 5-1 in 3-2-1;
- obrambni sistemi postajajo vse bolj fleksibilni in se prilagajajo glede na nasprotnika;
- ekipe postavljajo variabilne obrambne sisteme, ki temeljijo na individualnih sposobnostih obrambnih igralcev;

- podaje na krožnega napadalca se učinkoviteje preprečujejo;
- obrambni igralci imajo odlično delo rok in nog, kaže pa se tudi izboljšava orientacije v obrambnem prostoru;
- takojšna vrnitev v obrambo po danem zadetku;
- takojšna vrnitev v obrambo z namenom preprečiti nasprotnikov protinapad;
- izboljšana taktika za preprečevanje protinapadov;
- izboljšane individualne sposobnosti obrambnih igralcev omogoča fleksibilnost v igri in taktičnih strategijah;
- v obrambi obstajata dva specialista za blokiranje žog.

#### Trendi razvoja v protinapadu:

- rezultat pridobljenih žog se kaže v hitrih protinapadih;
- določene so tekalne vloge v protinapadu;
- preprosti protinapadi z enojno (dolgo) podajo;
- prvi val z enim ali dvema igralcema;
- drugi val takoj sledi prvemu valu;
- namesto vratarja v prvi val podajata prvi v obrambi in obrambni igralec na sredini;
- limitiran uspeh v protinapadih na tekmah za najvišja mesta.

#### Trendi razvoja igre v napadu:

- uporaba podaje v tla tudi v težkih situacijah;
- uporaba različnih hitrih podaj (npr. odbojkarska podaja, hitra podaja v zrak »cepelin«);
- manjše število slabše izvedenih podaj poveča možnost za zmago;
- povečano število individualnih tehničnih elementov (npr. lovljenje žoge z eno roko);
- veliko število igralcev, ki igrajo 1:1 in s tem vežejo nase druge obrambne igralce;
- povečan procent točnih podaj, ki so izvedene pod pritiskom obrambnih igralcev;
- povečano število ekipnih napadov;
- krajši čas napadanja;
- število podaj, preden se začne z napadalnimi aktivnostmi, je približno 4 do 5;
- povečano število igre 1:1 na agresivne obrambe;
- strategija igre v napadu generalno sloni na igri 1:1 in 2:2;
- kljub temu, da obramba dobro preprečuje protinapade, ekipe velikokrat poskušajo z taktičnimi kombinacijami zaključiti napad v podaljšanem protinapadu;
- značilna so kratka križanja med zunanjim igralcem in krilom;
- hitra igra z veliko zadetki;
- napad v formacijah 3-3 in 4-2.

Značilnosti branjenja vratarjev:

- velika učinkovitost pri branjenju čistih situacij;
- povečano sodelovanje z obrambo;
- izvajanje začetnega meta je bolj pogosto;
- učinek vratarja se pogosto kaže na končnem rezultatu.

## **1.2 Splošne značilnosti igre v obrambi na Evropskem prvenstvu v Švici**

Vse ekipe, ki so sodelovale na evropskem prvenstvu, so imele eno osnovno obrambno postavitev, večina od njih 5-1 in 6-0, vendar so imeli ti obrambni sistemi različne interpretacije v delovanju. Na primer: obramba 5-1 hrvaške reprezentance je povsem drugačna od francoske. Enako velja za primerjavo med nemško in špansko 6-0. Na splošno so postali sistemi zelo raznovrstni in skoraj vsaka reprezentanca, ki je v vrhu evropskega rokometu, je razvila svojo unikatno različico obrambne postavitve, zato je potrebno biti pri analizah istih obrambnih sistemih zelo natančen.

Poleg osnovne obrambne postavitve ima vsaka reprezentanca vsaj še en dodaten obrambni sistem, ki ga uporabljajo v specifičnih situacijah. Pri branjenju s številčno premočjo poskušajo biti vse reprezentance bolj aktivne in izvajajo večji pritisk na napadalce z bolj agresivnimi postavitvami kot so 4-2, 5+1 in 4+2.

Menjava dveh obrambnih specialistov z dvema napadalcema je postala že običajna praksa, sprememba je v karakteristikah teh menjav. Obrambna specialista v postavitvi tvorita dvojni blok, največkrat igrata na mestu zadnjega centra in drugega z leve ali desne. Srednji zunanji se ne menja in ostaja v obrambni postavitvi. Ker so organizatorji igre po večini desničarji, ponavadi igrajo na poziciji prvi z leve. Le v redkih reprezentancah igrajo v obrambi na poziciji prednjega centra ali špice (3-2-1, SČG). Srednji zunanji organizira igro v protinapadu kot tudi v napadu na postavljenjo obrambo. To je tudi razlog, da ostaja v obrambi, saj ekipe poskušajo vsako napako napadalcev izkoristi za izvedbo protinapada in podaljšanega protinapada.

Zelo pomembna značilnost tega prvenstva je bila tudi »čista« igra obrambnih igralcev (specialistov). Dramatična sprememba v značilnostih posameznih igralcev je bila na najboljši način predstavljena z Didierom Dinart-om (FRA). Postal je MVP (najbolj koristen igralec) v igralnih segmentih kot so obrambna koordinacija, »neumazan« igralec, brez »neumnih« prekrškov.

Pravzaprav je končal prvenstvo brez rdečega kartona. Ta trend razvoja je viden kot najbolj »dobrodošel« izmed vseh trendov na tem prvenstvu.

## **2. PREDMET IN PROBLEM**

V zadnjem času je rokomet postal zelo popularen in priljubljen šport in zato privablja mnogo ljudi. Število individualnih, skupinskih in moštvenih tehnično-taktičnih elementov, ki jih igralci in ekipe izvajajo med igro, neprestano narašča. Ob razvoju rokometne igre, kot smo ga opisali v sodobnem modelu, izkušenim trenerjem in ostalim rokometnim strokovnjakom le podrobne analize omogočajo spremljanje razvoja rokometne igre. Za manj izkušene trenerje pa je pomembno, da si z analizami pridobijo objektiven vpogled v strukturo igre. Analiza igre ima poleg tega, da se poglobijo naša temeljna znanja o rokometni igri, tudi druge pomene:

- V tekmovalnem rokometu je nujno potrebno neprestano analizirati morebitne slabosti in pomanjkljivosti svojega moštva in nasprotnika. Ob poznavanju teh dejstev je lažje načrtovati strategijo in taktiko igre za prihajajoče tekme. Vemo, da je merilo uspešnosti ekip tekmovalni rezultat, zato je potrebno zmanjšati vplive slučajnih faktorjev na tekmovalno uspešnost. Prav to nam nudijo podrobne analize tekem.
- Osnovne podatke o igralnih aktivnostih na tekmi lahko zelo koristno uporabijo tudi novinarji, ki poročajo za različne vrste medijev.

### **2.1 Analiza rokometne tekme**

Rokometno tekmo lahko analiziramo iz različnih vidikov in na različne načine. Najpogostejše so analize tekme z vidika tehnično taktičnih aktivnosti, ki se jih poslužujejo praktično vsi trenerji članskih in mladinskih kategorij. Izoblikujejo si lastne načine beleženja aktivnosti, ki jih izvajajo posamezni igralci. Največkrat so to statistični podatki, ki prikazujejo učinkovitost strela na vrata, asistenc, dobljene in izgubljene žoge, učinkovitost branjenja vratarja itd. Za podrobnejše analize je potrebno analizirati in spremljati tudi ostale dejavnike.

Eno najzanimivejših analiz izvajanja moštvenih aktivnosti je opravil Spate (1995), ko je analiziral tekme prvih dvanajstih reprezentanc na svetovnem prvenstvu na Islandiji 1995. Svoje ugotovitve je podal v obliki povprečnih vrednosti. Ugotavljal je učinkovitost napadov, število doseženih zadetkov, število odigranih napadov, protinapadov itd. Podobne analize so opravljene praktično za vsako prvenstvo (evropsko, svetovno, olimpijske igre) in na vseh nivojih tekmovanj (kadeti/nje, mladinci/ke, člani/ce). V Sloveniji se analize iger in tekmovanj opravljajo od prvega nastopa slovenske reprezentance na velikem tekmovanju, na Svetovnem prvenstvu v Islandiji.

V raziskavi »Analiza tekme glede na faze in podfaze igre« (Bon, Šibila, Pori, 2001) so avtorji spremljali, koliko igralnega časa na tekmi posamezno moštvo igra v fazi napada in koliko v fazi obrambe.

V zadnjem času pa prihajajo v veljavo tudi analize iger z pomočjo video in računalniške tehnike (Mohorič, 2005; Čeranič 2006; Ivančič 2006; Pavkovič, 2006).

## **2.2 Zbiranje podatkov in uporabnost**

Trener lahko uspešno vodi ekipo le, če načrtno zbira ustrezne podatke in sproti ocenjuje uspešnost posameznikov in moštva. To seveda velja za vse trenerje ne glede na stopnjo strokovnega znanja in izkušnje ter ne glede na to, ali trenirajo začetnike ali vrhunske igralce. Kot smo že omenili, informacije trenerji zbirajo na različne načine, pri tem pa morajo posebno pozornost nameniti naslednjim ugotovitvam:

- posebnosti igranja; najpogostejši načini streljanja na vrata in uporaba drugih tehnično-taktičnih prvin, še posebej pri najboljših igralcih;
- mestom v napadu, od koder najboljši igralci najpogosteje streljajo na vrata;
- shemi razpršenosti strellov po površini vrat – če je možno za vsakega igralca posebej;
- sistemu igre v napadu (razporeditev igralcev in njihove igralne funkcije);
- sistemu igre v obrambi;
- organizaciji hitrega prehoda v protinapad;
- najučinkovitejšemu načinu streljanja na vrata (tudi sedemmetrovke).

Tako zbrani podatki nam omogočajo, da si lahko ustvarimo zelo natančno predstavo o načinu igranja ter slabostih in prednostih posameznikov in celotne ekipe. Za analizo delovanja posamezne ekipe je smiselno zajeti še sestavine, kot so:

- značilne tehnično-taktične slabosti posameznih igralcev;
- najpogostejše igralne situacije, iz katerih ekipa zaključuje napade;
- čas, ki ga ekipa porabi za napad;
- psihofizične sposobnosti in lastnosti ipd.

Vse te podatke kasneje upoštevamo pri načrtovanju procesa treniranja in pri izboru ustrezne metodike vadbe. Tak način dela znatno pospeši proces priprav posameznikov in ekipe v celoti.

Poleg tega, da trener opravlja analizo svoje ekipe, je smiselno, da zbira podatke tudi o svojih nasprotnikih. Najpomembnejše je, da ugotavlja:

- splošne značilnosti ekipe;
- značilnosti osnovne in rezervne postave;
- najbolj uigrane taktične kombinacije;
- način igranja vodilnih igralcev;
- značilnosti napadov pri prehodih iz obrambe v napad;
- značilnosti igranja ob številčni premoči;
- posebnosti igranja v obrambi;
- posebnosti igre vratarjev;
- morebitne menjave obramba-napad, ki jih opravljajo trenerji;
- stanje psihične pripravljenosti in borbenosti ekipe.

Z zbranimi podatki pred tekmo seznanimo igralce in jih taktično pripravimo. Seveda na podlagi teh podatkov ne moremo v celoti spoznati lastnosti posameznih igralcev in ekipe kot celote, lahko pa izdelamo posplošene zaključke, kako učinkovito izrabiti slabosti nasprotnika.

### **2.3 Struktura igre v obrambi**

Strukturo moštvenih aktivnosti sestavljajo faze ali deli rokometne igre. Deli ali faze so določena obdobja igre vsake ekipe, ki se razlikujejo po vsebini, načinu in ciljnih taktične aktivnosti. Odvisno od posesti žoge se igra ene ali druge ekipe deli na dve glavni fazi (napad in obramba). Pod pojmom moštvene aktivnosti razumemo skupno delovanje igralcev v določeni fazi ali podfazi igre. Načeloma imajo igralci v posamezni fazi dokaj natančno razdelane vloge, ki opredeljujejo časovne, prostorske ter tehnično-taktične parametre njihovega delovanja. Posamezne podfaze se lahko izvajajo na različne načine. Glede na način igre moštva v posamezni fazi ali podfazi smo določili različne vrste faz in podfaz. Te vrste igranja v posamezni fazi ali podfazi predstavljajo moštvene aktivnosti, usklajeno delovanje vseh igralcev, glede na strategijo in taktiko igre. Posamezni igralci moštva znotraj določene vrste faze ali podfaze niso enako obremenjeni. Kljub temu pa lahko okvirno posamezne vrste faz ali podfaz igre opredeljujemo kot bolj ali manj obremenjujoče (Bon, Šibila, Pori, 2001).



Celotno rokometno igro delimo na dve fazi:

- faza obrambe,
- faza napada.

Obramba je faza, ko ima žogo v rokah nasprotnik in se moštvo brani oziroma skuša preprečiti nasprotniku, da bi dosegel zadetek. Igralci se lahko pri rokometu branijo na osebni, conski ali kombinirani način. Osnovna značilnost osebnega načina branjenja je, da je vsak obrambni igralec zadolžen za pokrivanje enega od napadalcev. Temeljni princip conskega načina branjenja je branjenje prostora. Obrambni igralec v tem primeru nadzoruje določeno cono igrišča. Pri kombiniranem branjenju pa prihaja do kombinacije osebnega in conskega načina branjenja (Bon, Šibila, Pori, 2001).

Faza obrambe se deli v dve podfazi (Bon, Šibila, Pori, 2001):

- podfaza vračanja v obrambo; igralci se skušajo vračati v obrambo organizirani (z natančno določenimi vlogami) ali improvizirano z namenom preprečevanja nasprotnikovega protinapada in čim hitrejšega prehoda v osebni, conski ali kombinirani način branjenja;
- podfaza branjenja s consko ali kombinirano obrambno postavitvijo ter z osebno obrambo; poznamo različne načine conske in kombinirane obrambne postavitve, npr.: 6-0, 3-2-1, 5-1, 4-2, 3-3, 5+1, 4+2. pri tem mora vsaka conska obramba zadostiti trem ključnim zahtevam po: širini, gostoti in globini.

Razdelitev faz je pomembna, da igro lahko do potankosti analiziramo. S tem pridemo do natančnih spoznanj, ki nam omogočajo dopolnjevanje tehnično-taktičnih znanj v posameznih fazah igre. V sodobnem rokometu, kjer se tudi modeli igre spreminjajo, je neizbežno analizirati tehnično-taktične aktivnosti na vseh velikih tekmovanjih.

Glede na faze igre klasificiramo tudi rokometno tehniko in taktiko.

*Tabela 2: STRUKTURA ROKOMETNE TEHNIKE IN TAKTIKE V OBRAMBI (Šibila, 2004)*

<b><i>Struktura rokometne tehnike v obrambi:</i></b>	<b><i>Struktura rokometne taktike v obrambi:</i></b>
<ul style="list-style-type: none"><li>o BREZ ŽOGE</li><li>- položaji, hoja, prehodi v tek, teki, zaustavljanja, spremembe smeri, obrati, skoki, padci, pobiranje</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>o POSAMIČNA</li><li>- obramba proti igralcu brez žoge, obramba proti igralcu z žogo, napeljevanje prekrška v napadu</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ PROTI ŽOGI</li> <li>- zaustavljanje in izrivanje napadalca s telesom in rokami, odvzemanje žoge, blokiranje strela, borba za žogo, kritje in spremljanje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ SKUPINSKA</li> <li>- predajanje – prevzemanje, pristopanje k igralcu po številu, varovanje in pomoč sosednjemu igralcu, blokiranje žoge, pomikanje za žogo</li> <li>○ KOLEKTIVNA</li> <li>- vračanje v obrambo, branjenje s consko obrambo, branjenje s kombinirano obrambo, branjenje z osebno obrambo, branjenje s številčno premočjo, branjenje ob številčni podrejenosti, branjenje ob izvajanju devetmetrovke</li> </ul>
--	--

Osrednji problem te diplomske naloge je analiza individualnih, skupinskih in kolektivnih aktivnosti v obrambi reprezentanc, ki so sodelovale na evropskem prvenstvu v Švici, s pomočjo video tehnike. Osredotočili se bomo predvsem na individualne, skupinske in kolektivne aktivnosti, ki so tipične za igro v obrambi in značilne za določene igralce in reprezentance. Pri tem, kaj je tipično, smo izhajali iz klasifikacije rokometne tehnike in taktike glede na fazo igre v obrambi, pri čemer smo upoštevali značilnosti posameznih igralcev in reprezentanc. Analiziranih je bilo 22 tekem, v katerih je sodelovalo 15 reprezentanc. Kot pomoč pri analizi video posnetkov sta nam služila računalniška programa Videostudio 10 in Workshop 2.

### **3. CILJI NALOGE**

Glede na predmet in problem sem si v nalogi zadal naslednje cilje:

- I. Na osnovi teoretičnih izhodišč, ki izhajajo iz obstoječe literature, oblikovati izbor različnih tipičnih obrambnih igralnih situacij, ki jih bom analiziral z video posnetki.
- II. S pregledom video posnetkov izbranih tekem določiti tiste značilne obrambne situacije, ki odgovarjajo predhodnemu izboru in jih razporediti glede na reprezentance, ki jih izvajajo.
- III. Predstaviti teoretična izhodišča naloge v pisnem delu in kot video posnetke na DVD mediju.
- IV. Predstavitev računalniških programov Videostudio 10 in Workshop 2.

## 4. METODE DE LA

### 4.1 Vzorec merjencev

V vzorec sem zajel igralce reprezentanc, ki so sodelovale na Evropskem prvenstvu 2006 v Švici. Vzorec predstavljajo vsi igralci, ki so bili aktivni udeleženci opazovanih tekem. Spremljal sem vse igralce, ki so na kakršenkoli način aktivno sodelovali na posamezni analizirani tekmi ne glede na to, ali so bili igralci na rezervni klopi ali igralci na igrišču.

Na Evropskem prvenstvu 2006 v Švici, je nastopalo 16 reprezentanc, ki so razvrščene po končni uvrstitvi:

*Tabela 3: KONČNA UVRSTITEV REPREZENTANC NA EP V ŠVICI*

<b>UVRSTITEV</b>	<b>REPREZENTANCA</b>
1.	Francija
2.	Španija
3.	Danska
4.	Hrvaška
5.	Nemčija
6.	Rusija
7.	Islandija
8.	Slovenija
9.	SČG
10.	Poljska
11.	Norveška
12.	Ukrajina
13.	Madžarska
14.	Švica
15.	Portugalska
16.	Slovaška

Tekme, ki sem jih podrobneje proučeval, so bile pridobljene s pomočjo računalniškega programa POWER VCR za prenos slike s televizije. Tekme so bile posnete s TV Slovenija, HTV (Hrvaška

televizija), DSF (Deutsche Sport Fernsehen), ZDF (Zweites Deutsches Fernsehen), RTS (Radio televizija Srbije) in Sport+ (Francija).

*Tabela 4: OBRAVNAVANE TEKME*

<i>Reprezentanca 1</i>	<i>Reprezentanca 2</i>	<i>Stopnja tekmovanja</i>
<b>Slovenija</b>	<b>Poljska</b>	začetna skupina
<b>Španija</b>	<b>Francija</b>	začetna skupina
<b>Slovenija</b>	<b>Švica</b>	začetna skupina
<b>Hrvaška</b>	<b>Norveška</b>	začetna skupina
<b>Hrvaška</b>	<b>Rusija</b>	začetna skupina
<b>Nemčija</b>	<b>Slovaška</b>	začetna skupina
<b>Nemčija</b>	<b>Francija</b>	začetna skupina
<b>Rusija</b>	<b>Portugalska</b>	začetna skupina
<b>SČG</b>	<b>Danska</b>	začetna skupina
<b>Slovenija</b>	<b>Francija</b>	nadaljevalna skupina
<b>Španija</b>	<b>Poljska</b>	nadaljevalna skupina
<b>Hrvaška</b>	<b>Islandija</b>	nadaljevalna skupina
<b>Slovenija</b>	<b>Španija</b>	nadaljevalna skupina
<b>Hrvaška</b>	<b>SČG</b>	nadaljevalna skupina
<b>Francija</b>	<b>Slovaška</b>	nadaljevalna skupina
<b>Hrvaška</b>	<b>Danska</b>	nadaljevalna skupina
<b>Rusija</b>	<b>SČG</b>	nadaljevalna skupina
<b>Francija</b>	<b>Ukrajina</b>	nadaljevalna skupina
<b>Hrvaška</b>	<b>Francija</b>	polfinale
<b>Danska</b>	<b>Španija</b>	polfinale
<b>Danska</b>	<b>Hrvaška</b>	3. mesto
<b>Francija</b>	<b>Španija</b>	finale

## 4.2 Vzorec spremenljivk

Zanimale so me individualne, skupinske in kolektivne aktivnosti obravnavanih ekip v igri v obrambi. Po računalniški analizi videoposnetkov obrambnih akcij sem za vzorec izbral naslednje spremenljivke:

### Izbrane spremenljivke (tipične igralne situacije):

- **Branjenje s postavljenno consko, kombinirano ali osebno obrambo**
  - Tipične igralne situacije (razdeljene glede na reprezentance) pri branjenju s consko obrambo 6 - 0.
  - Tipične igralne situacije (razdeljene glede na reprezentance) pri branjenju s consko obrambo 5 - 1.
  - Tipične igralne situacije (razdeljene glede na reprezentance) pri branjenju s consko obrambo 3 - 2 - 1.
  - Tipične igralne situacije (razdeljene glede na reprezentance) pri branjenju s consko obrambo 3 - 3.
  - Tipične igralne situacije (razdeljene glede na reprezentance) pri branjenju s kombinirano obrambo (5+1, 4+2).
  - Tipične igralne situacije (razdeljene glede na reprezentance) pri branjenju s številčno premočjo.
  - Tipične igralne situacije (razdeljene glede na reprezentance) pri branjenju ob številčni podrejenosti.
  
- **Vračanje v obrambo**
  - Tipične igralne situacije (razdeljene glede na reprezentance) pri vračanju v obrambo.
  
- **Tipične individualne in skupinske obrambne akcije**
  - Zaustavljanje in izrivanje napadalca s telesom in rokami.
  - Napeljevanje k prekršku v napadu.
  - Varovanje in pomoč sosednjemu igralcu.
  - Izbijanje in odvzemanje žoge.

### 4.3 Metode obdelave podatkov

Na podlagi videoposnetkov tekem, odigranih na Evropskem prvenstvu 2006 v Švici, so bili izbrani izseki najznačilnejših uspešnih individualnih, skupinskih in kolektivnih akcij v obrambi. Izjemoma, ko sem hotel prikazati neko tipično in značilno obrambno situacijo, so prikazani posnetki, ko je obramba neuspešna (obramba prejme zadetek, obrambni igralec je izključen, obrambni igralec je kaznovan z rumenim kartonom). Pri tem, kaj je tipično, sem izhajal iz strukture igre v obrambi in klasifikacije tehnike in taktike glede na fazo igre v obrambi. Upošteval sem tudi značilnosti posameznih igralcev in reprezentanc. Izseki (klipi) značilnih in tipičnih obrambnih situacij različnih tekem so bili nato »zlepljeni« skupaj in razporejeni glede na reprezentance, ki jih izvajajo. Pri kategoriji tipične individualne in skupinske obrambne akcije, so prikazani počasni posnetki izbranih izsekov posameznih igralcev, ki ustrezajo izbrani kategoriji. Posnetki so bili obdelani in urejeni s pomočjo računalniškega programa Videostudio 10. DVD je bil narejen z računalniškim programom Workshop 2. Analiziranih je bilo 22 tekem, na katerih je sodelovalo 15 reprezentanc. Tekme so bile pridobljene s pomočjo računalniškega programa POWER VCR za prenos slike iz televizije.

Pregledano je bilo 22 tekem, kar pomeni okrog 33 ur gradiva in narejena sta bila dva DVD-ja:

- DVD 1
  - conska obramba;
  - kombinirana obramba.
- DVD 2
  - branjenje z številčno premočjo;
  - branjenje ob številčni podrejenosti;
  - vračanje v obrambo;
  - individualne in skupinske obrambne akcije.

#### 4.4 Predstavitev uporabljenih računalniških programov

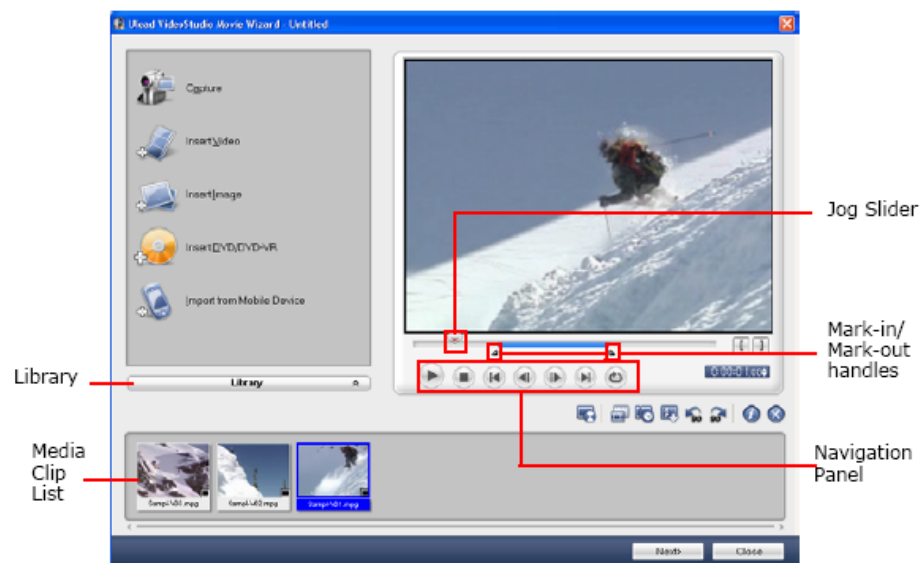
Slika 3: Izbirni meni računalniškega programa Videostudio 10



Ulead Video Studio 10 je računalniški program za urejanje video materiala. Je eden najbolj preprostih programov za montažo digital video (DV) slike, ki ga lahko uporabljamo v Windows kot tudi v Macintosh okolju. Kljub preprosti uporabi pa omogoča kvalitetno delo. Primeren je tudi za ljudi, ki se z obdelavo video materiala ne ukvarjajo profesionalno. Omogoča številne možnosti delovanja: od zajemanje videa iz naprave DV in snemanje neposredno na DVD do urejanje video materiala. Z omenjenim programom sem urejal posnetke tekme, ustvarjal izbrane »klipse«, jih sestavljal skupaj in jim dodajal specialne prehode.



Slika 4: Delovno okno računalniškega programa Videostudio 10



Za delovanje programa potrebujemo najmanj naslednje strojne zahteve računalnika:

- Intel Pentium 4 500MHZ oz. višje zmogljiv računalnik (priporoča se PIII 700MHZ),
- Microsoft Windows 2000 oz. XP,
- 256 MB RAM (priporoča se 512 MB RAM ali več),
- kompatibilen DVD snemalnik za kreacijo DVD-ja,
- minimalno 20 GB trdega diska.

Pomembno je omeniti, da lahko posnetke tekem urejamo tudi z drugimi računalniškimi programi, kot so: Adobe Premiere, Pinnacle Studio, SonyVegas.

Za obdelavo posnetkov je le-te potrebno najprej vnesti v računalnik, kar lahko storimo neposredno z videokamere (preko priključka IEEE 1394, firewire - ognjena žica) ali z video snemalnika. Za prenos potrebujemo videokartico, na katero priključimo eno od zgoraj omenjenih naprav in prenesemo podatke v računalnik. V našem primeru je bilo večino posnetkov pridobljenih z računalniškim programom POWER VCR za prenos digitalne slike s TV. Program POWER VCR omogoča snemanje in shranjevanje TV prenosov v računalnik v video formatih MPEG-1 in MPEG-2.

Program Ulead DVD Workshop 2 je program za zapisovanje podatkov na DVD medij. Z njim lahko uvozimo vrsto video formatov (MPEG-1, MPEG-2, AVI, WMV, QuickTime). S programom

Workshop 2 lahko na več načinov oblikujemo in urejamo menije. Prvi je s čarovnikom, ki olajša delo začetnikom in ostalim, ki želijo v izdelavo vložiti kar najmanj truda. Drugi način je uporaba pripravljenih predlog, ki jih lahko po želji spremenimo. Tretji način je najnatančnejši, saj vse opravimo sami. Pri delu moramo biti pozorni, da gumbse povežemo z ustreznimi mesti v projektu, saj nas program ne opozori, ali so vse povezave pravilno ustvarjene. Izvozimo lahko projekte v vse zapise DVD formata in s tem ohranimo združljivost z različnimi predvajalniki slike in zvoka. Program sem uporabil za izdelavo menija in za peko DVD-ja.

*Slika 5: Delovno okno računalniškega programa Workshop 2*



Za delovanje programa potrebujemo minimalno naslednje strojne zahteve računalnika:

- Intel Pentium III 800 MHz oz. višje zmogljiv računalnik (priporoča se PIV 2GHz),
- Microsoft Windows 2000 oz. XP,
- 128 MB RAM (priporoča se 256 MB RAM ali več),
- kompatibilen DVD snemalnik za kreacijo DVD-ja,
- 4 GB+ trdega diska.

## 5. PRIKAZ RAZLIČNIH SITUACIJ PRI BRANJENJU S CONSKO ALI KOMBINIRANO OBRAMBO TER PRI VRAČANJU V OBRAMBO

Z zaporedjem fotografij, ki so nastale kot izvleček video posnetkov, so prikazani izseki tipičnih in značilnih obrambnih situacij nekaterih reprezentanc, ki so sodelovale na EP prvenstvu v Švici 2006.

### Branjenje s consko obrambno postavitvijo

- Obrambna postavitev 6-0; tipična situacija pri igri španske reprezentance.





Opis: značilna obrambna postavitev 6-0 španske reprezentance, kjer se vidi globoka igra obeh obrambnih igralcev, ki igrata na položaju dvojke; globoka igra na strani, kjer ni žoge, se obrestuje drugemu z leve, ki izkoristi nepazljivo podajo levega zunanjega srednjemu in prestreže žogo.

- Obrambna postavitev 5-1; tipična situacija pri igri francoske reprezentance.





Opis: značilno posredovanje prednjega centra francoske reprezentance ob vtekanju srednjega zunanjega na drugega krožnega, ko ga ta pospremi do šestmeterskega prostora; sledi agresivno izpadanje zadnjega centra na levega zunanjega in ustavitev akcije.

- Obrambna postavitev 3-2-1; tipična situacija pri igri reprezentance SČG.





Opis: tradicionalna obrambna postavitev 3-2-1 reprezentance SČG; ob vtekanju srednjega zunanjega na drugega krožnega, obramba ohranja svojo formacijo, s svojim delovanjem preprečijo strel in podajo na krožnega napadalca ter prekinajo akcijo s prekrškom.

- Obrambna postavitev 3-3; tipična situacija pri igri danske reprezentance.





Opis: globoka obrambna postavitev danske reprezentance 3-3; po izvajanju prostega meta nasprotnika, trije prednji branilci vršijo pritisk na zunanje napadalce, ob prodoru srednjega zunanjega v desno pomoč in zapiranje drugega z leve in prekinitvev akcije.

- Kombinirana obrambna postavitev 4+2; tipična situacija pri igri islandske reprezentance.





Opis: obrambna postavitev 4+2 islandske reprezentance, kjer se striktno, z osebno obrambo, pokriva desnega in srednjega zunanjega; levi zunanji napadalec poskuša igrati 2:2 s krožnim napadalcem, kar pa mu obramba prepreči s prestreženo podajo.

- Branjenje ob številčni podrejenosti; tipična situacija pri igri nemške reprezentance.







Opis: postavitev 5-0 nemške reprezentance z izpadanjem tretjega in drugega na nasprotni strani žoge; centralni branilec prepreči podajo na krožnega napadalca.

- Branjenje ob številčni premoči; tipična situacija pri igri hrvaške reprezentance.





Opis: obrambna postavitev 5+1 hrvaške reprezentance z osebno obrambo na srednjem zunanjem; vidi se značilno varovanje in pomoč oz. podvajanje na levemu zunanjemu, prvi z leve izkoristi nepazljivo podajo levega zunanjega na desnega in prestreže žogo.

- Vračanje v obrambo; primer slovenske reprezentance.





Opis: vračanje slovenske reprezentance v obrambo ob izgubljeni žogi v napadu; igralec, ki se vrača s položaja desnega krila izkoristi nepazljivost sprejemalca žoge in mu med vodenjem zadaj odzame žogo.

- Pristopanje in zaustavljanje; akcija najboljšega obrambnega igralca na EP, Francoza D.Dinarta.



## 6. ZAKLJUČEK

S pojavom in razvojem moderne tehnologije se je dostop, način zbiranja in obdelave podatkov s spremembo iz analognega v digitalni sistem drastično spremenil. To pomeni, da je dostop do podatkov postal neprimerljivo lažji kot v preteklosti. Digitalne kamere, DVD snemalniki, TV kartice omogočajo enostaven prenos slike v računalnik in nadaljevalno obdelavo z računalniškimi programi. Omogočeno je tudi neomejeno presnemavanje, kopiranje in izvoz posnetkov (CD, DVD, izmenljivi diski) za kasnejši pregled, ne da bi se pri tem spremenila kvaliteta. Količina nepotrebne materiala (videokaset) se je zmanjšala. Prihrani pa se tudi čas, potreben za pregled video materiala, saj nam časovne premice posnetkov omogočajo, da nepotrebne enostavno zberemo.

V video analizi, ki sem jo napravil v tej diplomski nalogi, so na DVD-ju zbrani in računalniško obdelani posnetki obrambnih aktivnosti različnih reprezentanc, ki so sodelovale na EP v Švici. Prednost te video analize je, da nam enostaven meni na DVD-ju omogoča jasen pregled po posnetkih, ki so med seboj ločeni po izbranih kriterijih in glede na reprezentance.

To bo olajšalo delo strokovnemu timu slovenske reprezentance pri preučevanju nasprotnikov, s katerimi se bo naša reprezentanca merila v bližnji prihodnosti. Video analiza rokometnim trenerjem omogoča podroben vpogled v strukturo rokometne igre v obrambi in v razvoj modernih smernic rokometne igre v obrambi. DVD lahko služi tudi kot pripomoček za prikaz, kako igrajo obrambo najboljše reprezentance in najboljši igralci na svetu.

Moje mnenje je, da je na tak ali podoben način smiselno analizirati vsako večje tekmovanje v rokometu (EP, SP, OI), če želimo zvišati kvaliteto igranja v Sloveniji. Dandanes uspeh v športu ni naključje. Potreben je sistematičen in kompleksen pristop k panogi in eden izmed pomembnih področij so tudi takšne analize.

Rokomet v Sloveniji ima perspektivo in če želimo, da še naprej ohranja visoko raven in konkurira športom kot sta nogomet in košarka, je večletno spremljanje in analiziranje razvojnih smernic v vrhunskem rokometu, ki jih narekujejo najboljši igralci in trenerji v svetu, potreba in celo nujnost.

## 7. VIRI IN LITERATURA

Bon M., Šibila M., Pori P. (2001). Analiza tekme glede na faze in podfaze igre. *Trener rokomet*, 8 (2), 21-30

Men's handball Championship does well in TV ratings across Europe. Pridobljeno 25.4.2006, iz <http://www.indiantelevision.com>

Pori P. (2005). Obremenitve in napor v rokometu. *Trener rokomet*, 12 (2), 12-22

Šibila, M. (1993). *Rokomet – skripta za osnovni program študija na Fakulteti za šport*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Univerza v Ljubljani

Šibila, M. (2004). *Rokomet – izbrana poglavja*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Univerza v Ljubljani

Ulead VideoStudio 10 User Manual. Pridobljeno 20.4. 2006, iz <http://www.ulead.com>

Ulead Workshop 2 User Manual. Pridobljeno 20.4. 2006, iz <http://www.ulead.com>

Uradna stran 6. rokometnega prvenstva za moške – Slovenija 2004. Pridobljeno 20.8. 2006, iz <http://www.euro2004.si>

Yasar Sevim (2006). Latest trends in World Handball. Pridobljeno 15.9. 2006, iz <http://www.eurohandball.com>

Wolfgang Pollany (2006). 7<sup>th</sup> european handball championship for man in Switzerland 2006, Qualitative trend analysis. Pridobljeno 20.4. 2006, iz <http://www.eurohandball.com>

2006 Men's European Handball Championship Switzerland. Pridobljeno 15.4.2006, iz <http://www.euro06.com>