



**SLOVENSKÝ
ZVÄZ HÁDZANEJ**
SLOVAK HANDBALL
FEDERATION

**VYKONÁVAJÚCE PRAVIDLÁ PRE JEDNOTNÚ ŠTRUKTÚRU HERNÝCH SYSTÉMOV V SÚŤAŽIACH
MLÁDEŽE SLOVENSKÉHO ZVÄZU HÁDZANEJ**

Vykonávacie pravidlá pre jednotnú štruktúru herných systémov v súťažiach mládeže SZH

Navrhuje pracovná skupina KM, TMK a trénerov RD SZH

Úvod

Naším cieľom je uplatniť metodicky štruktúrovaný tréning našich mladých hráčov a hráčok podľa nami spracovanej rámcovej tréningovej koncepcie (RTK).

Odborné komisie SZH sú názoru, že pre zvýšenie efektivity tréningu a uplatnenia tejto koncepcie v praxi je potrebné zosúladiť požiadavky na uplatnenie herných systémov v súťažných zápasoch jednotlivých kategórií. Z tohto dôvodu je potrebné štandardizovať a objasniť pravidlá pre všetky úrovne súťaží formou definovania zaväzných smerníc, uvedených v tomto materiáli.

1. Všeobecné pokyny

Svet, v ktorom žijú naše deti, sa za posledné roky výrazne zmenil. Súčasnú štúdiu ukazujú, že školáci majú akútny nedostatok pohybu a zlú koordináciu alebo dokonca výrazné zdravotné nedostatky. Preto je dôležité, aby mohli hrať hádzanú primeranejšie veku a vývoju. Dôležité: Obsah tréningu, súťaže a pravidlá hry v detskej hádzanej sa preto sa nemerajú rovnakými štandardmi ako napr. v kategórii dorastu. Pre nasledujúce úvahy o jednotnej štruktúre herných systémov v súťažiach platia tieto všeobecné pokyny:

(1) Zosúladienie hry s vekom a schopnosťami!

Tento základný princíp vývojovo vhodnej hry to znamená, že družstvá nie sú rozdelené výlučne podľa veku a výkonnosti, ako v hádzanej dorastu a dospelých. Toto je zaručené iba vtedy, ak budeme organizovať zodpovedajúce formy súťaží pre najmladšie vekové kategórie.

(2) Hra by mala rozširovať spektrum herných zručností a rozvíjať kreativitu!

Až príliš často sú deti umiestňované do určitých herných pozícií a stláčané do takticky limitovaných spôsobov hry. Obranná taktika z hádzanej dospelých, kde sú preferované defenzívne obrany 0:6 je nevhodným vzorom. nesprávny vzor. Deti by mali hru zažiť nenútené a naučiť sa ju milovať!

(3) Prejavenie radosti z hry!

Špičkové výkony, tituly a honba za výsledkami sú typické pre hádzanú dospelých. V hádzanej detí nemôže byť hra orientovaná na výsledok! Omnoho dôležitejšie sú radosť z hrania, spoločné zážitky (či už výhry alebo prehry!). Toto tvorí základ pre celoživotný šport alebo pre skutočné nadšenie pre hádzanú.

(4) Umožnenie veľkého časového priestoru v hre!

SZH odporúča, aby kluby dobrovoľne zapojili v zápasoch čo najväčší počet hráčov.

(5) Súťaže musia byť zodpovedajúce vývoju detí.

Orientujte sa v obsahu tréningu! Rámcový tréningový koncept SZH, ktorý existuje už viac ako 6 rokov, sa stále nevyužíva v zápasoch detí a mládeže. V dôsledku toho bude vývojovo vhodný obsah klubového tréningu až potom dôsledne realizovaný, ak keď bude vyžadovaný v podmienkach zápasu!

(6) Perspektíva pedagogického cieľa: Osobnostný rozvoj detí a mládeže je v popredí!

Ako jeden z prvých športových zväzov vôbec, SZH vo svojej RTK formuloval pedagogickú cieľovú perspektívu: Individuálnu starostlivosť o rozvoj osobnosti a športových zručností. Čo si vyžaduje propagovať a uplatňovať dlhodobu orientovanú koncepciu na komplexný rozvoj pedagogicky orientovanej športovej prípravy dieťaťa. Pre koordinovanú prácu s mládežou v športových kluboch je dôležité zjednotiť používanie herných systémov v jednotlivých kategóriách.

2. Zamedziť takticky obmedzujúci útočný štýl hry

Ofenzívna obrana je od začiatku jasným usmernením RTK pre kategóriu detí a mládeže. Pre realizáciu tejto požiadavky je potrebné koordinovať tréning a súťaž. Herné systémy uplatňované v súťaži musia byť záväzné pre všetkých.

Hra proti ofenzívnej obrane má jasné výhody, pretože ofenzívna obranná hra:

... vytvára skúsenosti s učením a pozitívnym zážitkom pre každého!

... vytvára hru do hĺbky a šírky!

... podporuje osobitú hru v strede poľa!

... umožňuje priamu konfrontáciu s rovnocenným výkonom

... hráči v hre 1 proti 1 majú jasné úlohy, namiesto nejasnými úlohami pri defenzívnej obrane!

... vytvára útočné "typy", ktoré prinášajú odvahu a riskovanie!

... umožňuje príležitostnú, slobodnú a kreatívnu hru!

3. Pravidlá uplatnenia v súťažiach

Niektoré z nasledujúcich ustanovení sú zámerne flexibilné.

Zaväzuje len spôsob hry, rôzne organizačné formy súťaží v hádzanej detí a mládeže

	Počet hráčov	Hrací čas	Výsledok	Vedenie lopty	Obrana	Osobná obrana	Obranné systémy	Striedanie	Hra bez brankára
U8 - Softhandball	3 + 1	2x8 min	Hrať bez počítania	Bez driblingu	Bez fyzického kontaktu	Celoplošná osobná obrana	Osobná		
U10 - Minihandball	4 + 1	1x15 min	Hrať bez počítania	Jedno - úderový dribling	S fyzickým kontaktom	Celoplošná osobná obrana	Osobná		
U12 Ml. žiaci	6 + 1	2x20 min	Výsledok sa počíta	Podľa pravidiel	Podľa pravidiel	Na obrannej polovici ihriska	Osobná 5+1 *	Zákaz striedania špecialistu obranára	Zakázaná
U14 St. žiaci	6 + 1	2x25 min	Výsledok sa počíta	Podľa pravidiel	Podľa pravidiel	Zakázaná osobná obrana 1 alebo 2 hráčov	3:3 ** 0:6 do 9m	Zákaz striedania špecialistu obranára	Zakázaná
U16 Ml. dorast	6 + 1	2x30 min	Výsledok sa počíta	Podľa pravidiel	Podľa pravidiel		OS v 2 líniách *** 0:6 ofenzívna	Zákaz striedania špecialistu obranára	Bez obmedzení

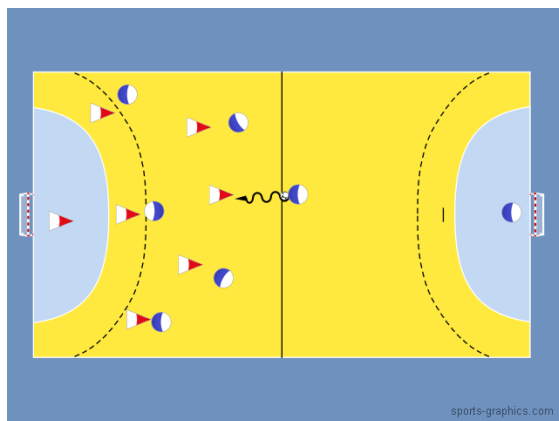
U19 St. dorast	6 + 1	2x30 min	Výsledok sa počíta	Podľa pravidiel	Podľa pravidiel		Jeden počas 0:6 ofenzívna	Bez obmedzení	Bez obmedzení
OS 5+1 *	5 hráčov bráni pred líniou 9m hodu. 1 hráč brániaci pivotmana bráni v priestore 6-9m. Ďalší hráči môžu vstúpiť do priestoru 6-9m len pri aktivite útočiaceho hráča do tohto priestoru. Od 1.9.2022 odporúčame aplikovať. Od 1.1.2023 povinne aplikovať tento OS.								
OS 3:3**	Od 1.9.2022 odporúčame aplikovať. Od 1.1.2023 povinne aplikovať tento OS.								
OS v 2 líniách***	možnosť voľby OS v dvoch líniách na trénera družstva								

U8 - predprípravka (do 8 rokov) - softhandball (pozri pravidlá pre softhandball)

U10 Minihandball – hra 4+1 na šírku ihriska

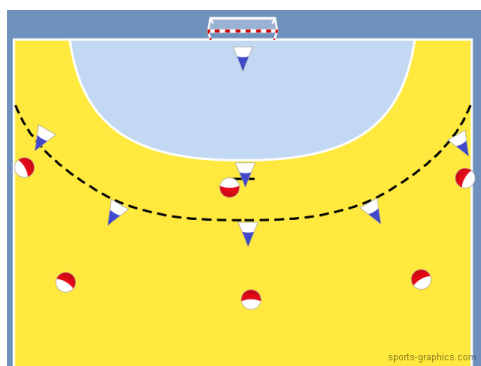
	<p>Celoplošná osobná obrana na celej hracej ploche, alebo šírke ihriska počas celej doby trvania zápasu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dôležité, zapojiť všetkých hráčov do hry • Útočníci môžu vbiehať do územia 9m iba pre uvoľnenie • Obrancovia majú presne určených útočníkov, ktorých bránia • Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva • Po rozohratí hry brankárom, útočiace družstvo musí realizovať minimálne jednu prihrávku v poli pred strelbou na bránu • Výška bránky 1,60cm, veľkosť lopty: 0
--	--

U12-ml. žiaci – hra 6+1



1. Počas osobná obrana na vlastnej obrannej polovici

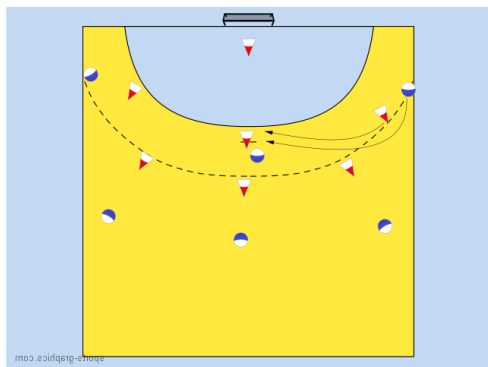
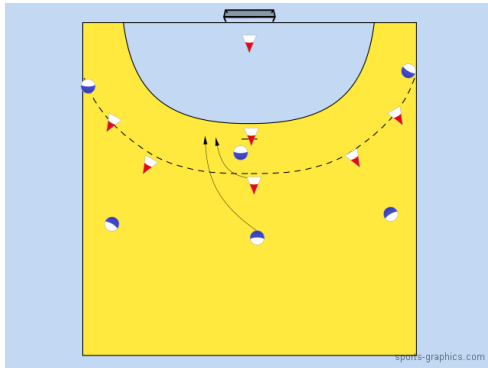
- Každý obranca je zodpovedný za jedného útočníka po prekročení stredovej čiary
- Obrana pred čiarou 9m hodu
- Iba pri vníkaní alebo uvoľnení útočníka je možný vstup obrancu do 9m územia
- Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva. Pri opakovanom porušení pravidla nariadi 7m hod.
- Výška bránky 2,00m, veľkosť lopty: 1



2. Obranný systém 5:1

- Je prvý priestorový ofenzívny obranný systém
 - To znamená, že obranca nie je zodpovedný iba za konkrétneho hráča, ale aj za priestor v ktorom sa nachádza
 - V zásade musí byť obrana jednotlivých hráčov ofenzívna pred čiarou 9m hodu
 - V priestore za čiarou 9m hodu sa môže nachádzať iba obranca brániaci pivotmana súpera
 - Ostatní obrancovia môžu vbiehať do 9m územia iba v prípade, ak sprevádzajú útočníka, za ktorého zodpovedajú
 - Dôraz bude kladený i na základy kooperácie v obrane pri preberaní a odovzdávaní útočníkov
- STRATEGICKÝ CIEĽ – ZISK LOPTY AKTÍVNOU OBRANOU**
- Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva. Pri opakovanom porušení pravidla nariadi 7m hod.

3. Od 1.1.2023 sa využíva počas celého stretnutia len OS 5:1

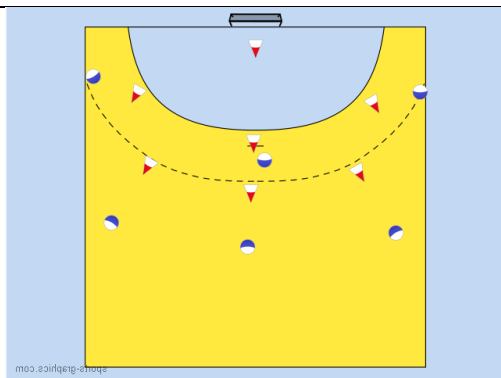


Obrana 5:1 pri zábehu:

- **Spojky**
- **Krídla**
- Obranca zodpovedajúci za zabiehajúceho útočníka ho sprevádza do 9m územia.
- Obrana mení rozostavenie 5:1 na 4:2
- Pri prešení hry sa mení postavenie obrancov a útočníkov na 5:1
- Osobná obrana 1 alebo 2 hráčov je zakázaná
- Krátkodobý ofenzívny presing je povolený (viď pri obrane 3:3)

Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previniťšieho sa družstva. Pri opakovanom porušení pravidla nariadi 7m hod.

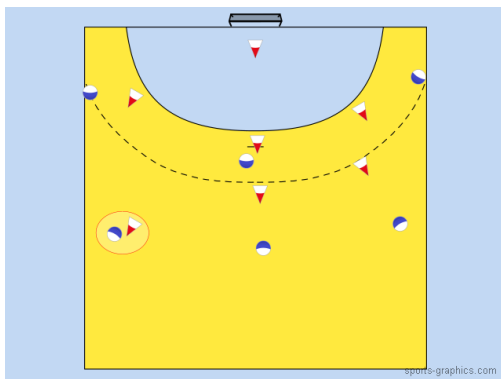
U14-st. žiaci – hra 6+1



1. Polčas obranný systém 3:3

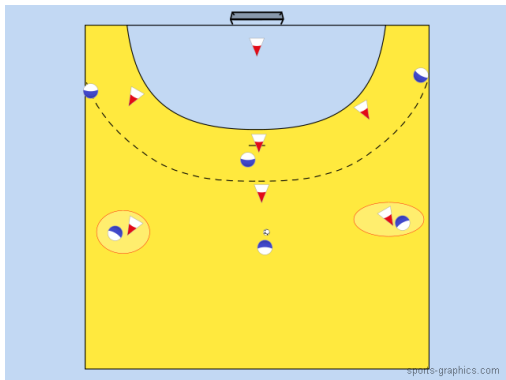
- 3 hráči v priestore spojok bránia pred čiarou 9m hodu
- 2 hráči v krídelných priestoroch a 1 hráč brániaci pivotmana sa nachádzajú v 9m území
- Zmena v rozostavení je možná iba v prípade zábehu hráčov z priestoru spojky na obranný systém 2:4 (viď hra 5:1)
- Po prerušení hry sa znovu upraví rozostavenie hráčov do požadovanej formácie

Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva. Pri opakovanom porušení pravidla nariadi 7m hod.



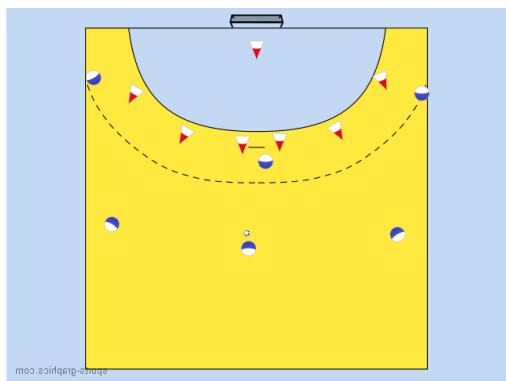
Zákaz

- Osobná obrana 1 hráča



Zákaz

- Osobná obrana 2 hráčov

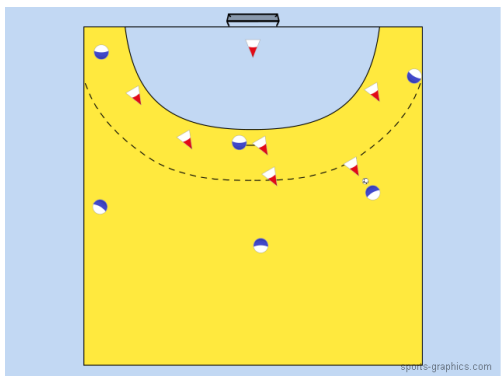
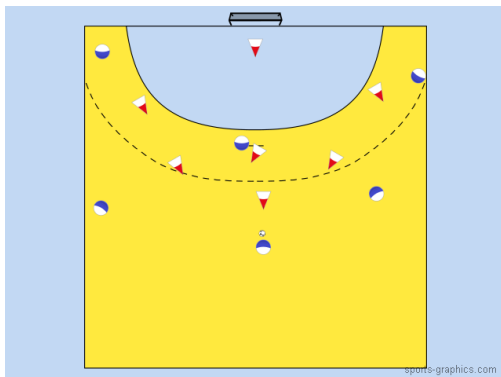


2. Polčas obranný systém 0:6 (do 9m)

- Hráči v obrane nesmú pri obrannej činnosti prekročiť čiaru 9m hodu
- Cieľom je, aby bolo útočníkom umožnené v priestore spojok zakončovať buď strelbou zo zeme, alebo vo výskoku

Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva. Pri opakovanom porušení pravidla nariadi 7m hod.

U16- ml. dorast – hra 6+1



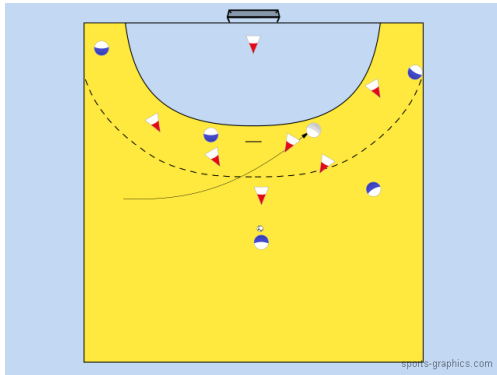
1. Počas 2-oj líniový obranný systém:

3:3, 1:2:3 alebo 1:5 s ofenzívno-anticipatívnymi elementami:

Príklad obranný systém 1:2:3, pri obrannom systéme 1:5 je základné rozostavenie obrancov v priestore ĽS a PS defenzívnejšie

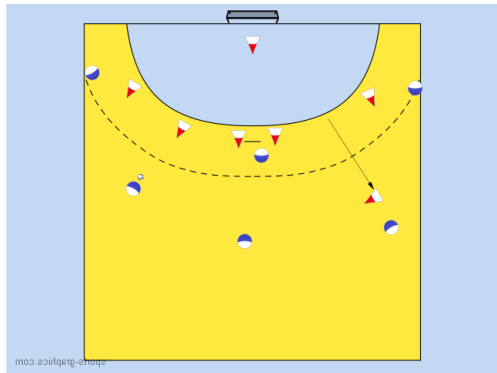
- Základné rozostavenie proti SS s Loptom

- Základné rozostavenie proti PS s loptom



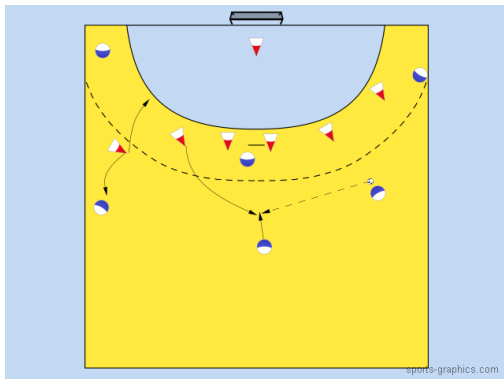
- Základné rozostavenie po zábehu ĽS do 2. Pivotmana, bez zmeny obranného systému, alebo zmena na 2:4

Ak 2-ój líniový spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva. Pri opakovanom porušení pravidla nariadi 7m hod.



2. Počas obranný systém 0:6 s ofenzívno-anticipatívnymi elementami

- Ofenzívne napádanie PS bez lopty



- Ofenzívne napádanie SS v momente spracovaní prihrávky PS na SS, zároveň ofenzívno-anticipatívne bránenie PK proti ĽS a ĽK

U18- st. dorast – hra 6-1

Bez obmedzení

Závěrečné poznámky:

- Zavedenie týchto pravidiel v jednotlivých vekových kategóriách bude spoiatku určite problematické a bude potrebné prejať aj určitú dávku tolerancie zo strany trénerov, hráčov aj rozhodcov.
- Najdôležitejší aspekt však je potreba zmeny v myslení. Upustiť od bezpodmienečnej orientácie na výsledok zápasov v mladších kategóriách ale viac sa sústrediť na komplexný rozvoj hráčskych kvalít v oblasti kondičnej, koordinačnej, technickej, taktickej a mentálnej.
- KM aj TMK SZH sú si vedomí svojej zodpovednosti voči trénerom družstiev mládeže a spoluzodpovednosti za uplatnenie tohto projektu v praxi.
- Z toho dôvodu budú do konca roka v každom kraji organizované workshopy pre trénerov mládeže, kde budú prezentované kľúčové body jednotlivých herných systémov.
- Považujeme preto tento projekt ako prostriedok zvýšenia výkonnosti našich mladých hráčov a hráčok.

LEN SPOLU TO DOKÁŽEME