

Sadržaj:

Riječ recenzenata	6
Uvod	13
Faktori od kojih zavisi sportski učinak na treningu i takmičenju	15
Faktorska struktura uspješnosti u rukometu	17
Pedagoško-psihološke funkcije i zadaci sportskog trenera	18
Psihološka struktura ličnosti trenera	22
Neke osobine ličnosti trenera koje su bitne	22
Intelektualne sposobnosti	22
Idejni talenat	23
Organizacioni talenat	23
Ambicija i upornost u radu	23
Emocionalna stabilnost	23
Sigurnost u sebe bez anksioznosti	24
Umješnost u komunikaciji	24
Lični i moralni kvaliteti	25
Orijentacija na postignuće	25
Funkcije trenera kao vođe – sinteza	26
Sportski trening djece, omladine i vrhunskih sportista	27
Dijelovi treninga	31
Model dnevnog plana treninga	36
Nacrtni projekta strategijski menadžment kluba	46
Organizaciona šema menadžmenta kluba	46
Priprema i vođenje rukometne utakmice	48
Stručno osposobljavanje i usavršavanje trenerskog kadra u klubu	56
Model ugovora trener – klub	59
Organizacija stručne komisije	62

Globalni plan rada komisije	62
Obrada stručnih tema	63
Teme koje imaju značaj za klub.....	63
Planiranje, programiranje i vođenje stručne dokumentacije u klubu.....	64
Vrste planova	64
Evidencija stručnog rada na nivou kluba	67
Mini-rukomet pri klubu - Izvod iz međunarodnih pravila mini-rukometa IHF	75
Metodički slijed učenja osnovnih elemenata rukometne igre.....	91
Metodički slijed učenja osnovnih elemenata tehnike rukometa	93
Tehnika bez lopte	98
Tehnika s loptom.....	99
Taktika rukometa	100
Organizacija pionirske škole pri klubu	101
Rukovođenje školom	102
Trajanje rada i organizacija nastave u školi	105
Uslovi za realizaciju programa	106
Selekcija – izbor kandidata	106
Godišnji plan i program za pionirsku ekipu.....	112
Provjera fizičkog razvitka i fizičke sposobnosti	113
Fizička priprema	113
Tehnička priprema	114
Hvatanje lopte	115
Vođenje lopte	116
Dodavanje lopte	116
Tehnika koraka u rukometu	117
Tehnika šuta	118
Tehnika igre golmana	118
Taktika igre	119

Utakmice – takmičenje	122
Dopunski sportovi.....	122
Teoretska priprema	123
Kulturno-zabavni rad	124
Norme za prelazak u napredniju grupu.....	124
Opšti zadaci za kadetsko-juniorsku ekipu	125
Godišnji plan i program za kadetsku ekipu	127
Provjera fizičkog razvitka i fizičke sposobnosti	127
Fizička priprema	128
Tehnička priprema	128
Taktička priprema	131
Utakmice – takmičenja	134
Teoretska priprema	135
Norme za prelazak u napredniju grupu.....	135
Godišnji plan i program za seniorsku ekipu	136
Kontrola fizičkog razvitaka i fizičke sposobnosti	137
Fizička priprema	137
Tehnička priprema	138
Taktička priprema	139
Utakmice – takmičenje	141
Teoretska priprema	142
Orijentacioni plan i program za seniorsku ekipu – model godišnjeg plana.....	143
Fizička priprema	145
Tehnička priprema	147
Taktička priprema	150
Literatura.....	157