

SADRŽAJ

| | |
|--|-----------|
| 1. UVOD..... | 7 |
| 1.1 Fudbalska igra | 2 |
| 2. METODOLOŠKI OKVIR RADA..... | 3 |
| 2.1 Predmet rada..... | 3 |
| 2.2 Problem rada | 3 |
| 2.3 Cilj i zadaci rada..... | 3 |
| 2.4 Primijenjene metode rada..... | 4 |
| 3. TEORETSKI OKVIR RADA | 5 |
| 3.1 Razvoj i igra golmana | 5 |
| 3.2. Uloga golmana u fudbalu | 6 |
| 3.3 Golman kao zadnji igrač | 7 |
| 3.4 Antropološke karakteristike golmana u savremenom fudbalu..... | 10 |
| 3.4.1 Morfološke karakteristike golmana u savremenom fudbalu | 10 |
| 3.4.2 Motirčke sposobnosti golmana u savremenom fudbalu | 12 |
| 3.4.3 Funkcionalne sposobnosti golmana u savremenom fudbalu | 18 |
| 3.4.4 Anatomska analiza motoričkog izvođenja..... | 20 |
| 4. ELEMENTI TEHNIKE GOLMANA U SAVREMENOM FUDBALU | 21 |
| 4.1 Tehnika kretanja golmana bez lopte..... | 22 |
| 4.1.1 Tehnika osnovnog stava | 22 |
| 4.1.2 Tehnika kretanja golmana | 24 |
| 4.1.2.1 Bočno kretanje golmana - dokoračna i prekoračna tehnika..... | 25 |
| 4.1.2.2 Istrčavanje golmana | 26 |
| 4.1.2.3 Tehnika odraza..... | 26 |
| 4.1.3 Tehnika postavljanja golmana | 27 |
| 4.2 Tehnika kretanja golmana sa loptom | 28 |
| 4.2.1 Tehnika hvatanja lopte..... | 28 |
| 4.2.1.1 Tehnika hvatanja niskih lopti..... | 28 |
| 4.2.1.2 Tehnika hvatanja poluvisokih lopti..... | 29 |
| 4.2.1.3 Tehnika hvatanja visokih lopti..... | 30 |
| 4.2.2 Tehnika odbijanja lopte | 32 |
| 4.2.3 Tehnika boksovanje lopte..... | 32 |
| 4.2.4 Tehnika bacanja (padova) za loptom..... | 35 |
| 4.2.5 Tehnika degažiranja lopte..... | 38 |
| 4.2.5.1 Tehnika degažiranja lopte rukom..... | 38 |
| 4.2.5.2 Tehnika degažiranja lopte nogom..... | 40 |

| | |
|--|-----------|
| 5. TAKTIČKI POSTUPCI GOLMANA U SAVREMENOM FUDBALU | 44 |
| 5.1 Taktički postupci golmana u odbrani | 45 |
| 5.2 Postavljanje golmana..... | 46 |
| 5.2.1 Postupci golmana kada je lopta u posjedu rukama..... | 46 |
| 5.2.2 Postupci golmana kada je lopta u posjedu nogama | 46 |
| 5.2.3 Postupci golmana kada se igra odvija oko sredine terena | 47 |
| 5.2.4 Postupci golmana kada se napad odvija ispred protivničkog gola | 47 |
| 5.2.5 Postupci golmana u prekidu igre prilikom izvođenja slobodnog udarca..... | 47 |
| 5.3 Taktički postupci golmana u napadu..... | 48 |
| 5.4 Neki od golmana koji su obilježili fudbalsku istoriju | 49 |
| 6. ZAKLJUČAK | 51 |
| 7. LITERATURA..... | 52 |