

# SADRŽAJ:

1.	<b>UVOD</b>	2
2.	<b>PREDMET I CILJ RADA</b>	6
3.	<b>OSNOVNI KRITERIJI U SELEKCIJI GOLMANA</b>	7
3.1.	Fizička kondicija	7
3.2.	Psihofizičke osobine	7
3.3.	Okretnost – spretnost	8
3.4.	Moralno – voljni kvaliteti	9
4.	<b>OBUKA TEHNIKE ODBRANE GOLA</b>	11
4.1.	Tehnika odbrane gola	12
4.2.	Metode i principi obuke i treninga golmana	13
4.3.	Tehnika golmana	16
4.4.	Igra golmana u prostoru	35
5.	<b>TAKTIKA ODBRANE GOLA</b>	38
5.1.	Taktika igre golmana u fazi odbrane	39
5.2.	Taktički elementi individualne odbrane gola	41
5.2.1.	Komandovanje i upozoravanje	41
5.2.2.	Postavljanje golmana u toku igre	44
5.2.3.	Izlazak i istrčavanje na centralne i dubinske lopte	44
5.2.4.	Golman kod izvođenja prekida igre	45
5.2.5.	Odbrana kaznenog udarca	47
5.2.6.	Odbrana golmana u situacijama 1:1	47
5.3.	Sedmični mikrociklus rada sa golmanom u takmičarskoj fazi	49
6.	<b>ZAKLJUČAK</b>	60
	LITERATURA:	62