

ZAKLJUČCI LIJETNIH SEMINARA U SEZONI 2011./2012.

❖ ULOGA NADZORNIKA

- **zadaci nadzornika**
 - priprema utakmice prema propisima
 - kontrola prostora za zamjenu igrača
 - pomoć sucima u diskutabilnim situacijama
 - praćenje rada sudaca tijekom utakmice
 - završetak zapisnika nakon utakmice
 - analiza utakmice sa sucima
 - objektivno ocjenjivanje sudačkog para

❖ TIPOVI NADZORNIKA

- **lovac na griješke - „ubojica“**
 - izuzetno krut stav
 - traži dlaku u jajetu
 - nameće svoj autoritet strogoćom i arogancijom
 - neraspoložen za dijalog sa sucima
 - samo je on u pravu
- **mekan – „mlakonja“**
 - ne želi se nikome zamjeriti
 - ne preuzima odgovornost za nepopularne odluke
 - nije ga briga što se događa u prostoru za zamjenu igrača
 - nikada ništa ne vidi jer stalno traži olovku ispod stola
 - nema snage upozoriti suce na njihove pogreške
- **pravi nadzornik – „učitelj“**
 - kvalitetno priprema sve uvijete za odigravanje utakmice prema propisima
 - dio je tima službenih osoba
 - vodi brigu o zbivanjima u prostoru za zamjene igrača
 - pomaže sucima prilikom donošenja nepopularnih odluka
 - pažljivo prati sva događanja tijekom utakmice
 - diplomatski rješava konflikte tijekom i nakon utakmice
 - kroz stručnu i objektivnu analizu utakmice gradi svoj autoritet i povjerenje sa sucima
 - objektivno upozorava suce na propuste, ali i nudi kvalitetna rješenja za otklanjanje istih
 - stručno i pošteno ocjenjuje suce shodno događanjima na terenu

❖ KAKO DOSEGNUTI CILJ DA POSTANEMO PRAVI NADZORNIK – „UČITELJ“

- **stalna edukacija**
 - pravila igre
 - propozicije natjecanja
 - ostali propisnici
- **korektno socijalno ponašanje**
 - nešto što možemo stalno učiti i poboljšavati

- koristiti razne tehnike za psihičko opuštanje, koncentraciju i samokontrolu
- razvija svijest o sebi i socijalne percepcije nas samih od strane vlastite okoline
- optimizirati vlastiti stil socijalne interakcije
- **asertivnost**
 - asertivnost je iskreno i prikladno izražavanje osjećaja, mišljenja i potreba
 - ◆ ponašanje kojim branite svoja prava i ne date se iskorištavati.
 - ◆ možemo reći da ste asertivni kada komunicirate ono što zaista i želite - na jasan način, poštujući svoja prava i osjećaje ali i prava i osjećaje drugih
 - Ciljevi deklarativanponašanjetehnike su
 - razvoj atmosferesuradnje
 - otvorenostiiskrenostu akciji
 - samostalnost udonošenju odluka
 - prihvatljiva borba zavlastitestavove (bez pribjegavanja manipulacije)
- **razlika između asertivnosti i agresivnosti**
 - agresivnost znači da se zauzimate za svoja prava na način koji ugrožava prava drugih.
 - agresivno ponašanje je obično neprijateljsko, puno okrivljavanja i postavljanja čvrstih zahtjeva prema drugima
 - može sadržavati prijetnje, pogrdne nazive, sarkazam, britke komentare, opake tračeve ili neumjesne replike
- **asertivnost ili agresivnost pitanje je sad**
 - radije trebate postati asertivni nego agresivni
 - asertivnost nije uvijek jedini način kako neku situaciju možete razriješiti
 - ako Vas netko verbalno napada ili ima izrazito agresivan stav, ponekad je agresivan pristup i s Vaše strane prihvatljivo rješenje
 - ne zaboravite: ključna riječ za ovakve situacije je: "prihvatljivo"!
- **kakobismo trebaliupoznavati ljude**
 - osmjehom
 - buditedobar slušatelj
 - pokušajte stvoritiu drugimaosjećaj važnosti (respekt)
 - „Svaka osoba koju sam opznao ili ću upoznati u mom životu iznenadi me s nećim. Tu je prostor gdje mogu puno naučiti." Ralph Waldo Emerson
- **kako diskutirati**
 - Budite prijateljski raspoloženi
 - Izbjegavajte bučne nesuglasice
 - Vodite druge prema pozitivnim reakcijama
 - Poštujte mišljenja drugih
 - Ako ste u krivu, treba to priznati
 - „Buditemudrijiod drugih, ako možete, ali im to ne recite. " LordChesterfield
- **kako motivirati**
 - razumjeti potrebedrugih
 - nedavatinaredbe, pitajte
 - uključitesvoježeljeuzahhtjevdrugima
 - apelza plemenitemotive

- „Sposobnost da probudim tužnu i nezadovoljnu osobu kod ljudi smatram svojim najvećim bogatstvom.“ Charles SCHWAB

➤ **kako analizirati utakmicu**

- počnite s pohvalama
- omogućite drugima da zadrže svoje dostojanstvo
- poticati na progres, prikazati pogreške kao nešto što se može lako ispraviti
- naglasite čak i najmanji napredak
 - „Jedna od temeljnihobilježja ljudske prirode jesnažna potreba da nas poštuju.“ William James

❖ **ŠTO TREBA IMATI NA UMU KOD OBNAŠANJA NADZORNIČKOG POSLA**

➤ kao delegat ja

- predstavljam Udrugutijekom svog boravka umjestu igranja utakmice
- sam štit neutralnosti između dva kluba
- sam spreman u svakom trenutku pomoći sucima prije, tijekom i nakon utakmice
- se ponašam korektno i mogu se kontrolirati u svakoj situaciji
- poštujem Pravidnike, kao i pravila igre
- koristim svoj zdrav razum uvijek kada je potrebno
- uvijek sam poštteni nikada ne izgubim živce

➤ moji partneri su

- suci
- igrači obje momčadi
- dužnosnicima obje momčadi
- mjeritelj vremena, zapisničar
- izaslanstvo članovigostujuća momčad
- predstavnicidomaća momčad
- predstavnici medija (tvosoblje, radio osoblje, novinari)
- gledatelji u dvorani

➤ zlatna pravila o obnašanju nadzorničke dužnosti

❖ **SVI ELEMENTI UKOMPONIRANJU SKLADNU CJELINU (OSOBITO ASERTIVNOST I ULJUĐENO SOCIJALNO PONAŠANJE) GARANTIRAJU DOBRO OBAVLJEN NADZORNIČKI ZADATAK**

❖ **PROSTOR ZA IGRAČE I TRENERE**

➤ **prostor za trenere i igrače počinje na udaljenosti od 3,5 metra od središnje linije pa do kraja klupa za pričuvne i isključene igrače i službene osobe**

▪ **dozvoljeno je**

- treneru je dozvoljeno "vođenje" ekipe ispred i iza klupe za igrače i službene osobe.
- naravno, u cilju korektnog "vođenja" ekipe, dozvoljeno je stajati i bočno od klupa
- načelno, oni bi trebali sjediti na klupi
- međutim, dužnosnici sesmijukretati unutar prostora za zamjenu, posebnu cilju:
 - ◆ zamjene igrača
 - ◆ davanje taktičkih savjeta igračima na igralištu na klupi

- ◆ davanje medicinske pomoći
- ◆ traženja momčadskog time-outa
- ◆ komunikacije s zapisničarom / mjeriteljem vremena (samo naslužbeni predstavnik momčadi samo u posebnim situacijama (vidi 4:2))
- samo jednoj službenoj osobi u timu je dozvoljeno kretanje
- igračima je dozvoljeno zagrijavanje iza klupa ukoliko ima prostora
- **nije dozvoljeno**
 - službene osobe ne smiju zaklanjati pogled mjeritelju vremena i zapisničaru
 - ometati ili vrijeđati suce, delegata, zapisničara / mjeritelja vremena, igrača, službene osobe ili gledatelje
 - provokativno se ponašati
 - prosvjedovati ili na neki drugi način nesportski se ponašati (govor lica, izraziligeste)
- **boja odjeće službenih osoba**
 - službenim osobama nije dozvoljeno imati istu boju odjeće (majca, dio trenirke) kao igrači protivničke ekipe
 - igrači protivničke ekipe se mogu zbuniti prilikom dodavanja
 - službene osobe mogu imati istu boju odjeće svoje ekipe
 - boja odjeće službenih osoba ne utječe na odabir boje dresa sudaca
- **momčadski time out i kontakt s zapisničkom stolom**
 - službenoj osobi je dozvoljeno napustiti prostor za igrače i službene osobe da bi zatražio/la momčadski time out
 - nije dozvoljeno stajanje pored zapisničkog stola i čekanje idealnog trenutka za time out
 - službena osoba (u ovom smislu samo jedna) može napustiti prostor za igrače i službene osobe samo u posebnim situacijama (npr. kontakt s zapisničarom ili mjeriteljem vremena vezano uz vrijeme ako ne radi semafor, vrijeme isključenog igrača...)
- **kriva izmjena i prekobrojni igrač**
 - praćenje tijekom cijele utakmice
 - pravodobne i pravovaljane reakcije
- ❖ **TAKTIKA ZA KONTROLU PROSTORA ZA ZAMJENU IGRAČA**
 - **nadzornik**
 - preuzeti odgovornost u početku utakmice
 - amortizirati moguće prosvjede u ranoj fazi
 - biti od pomoći sucima
 - suradnja sa sucima kad situacija izmiče kontroli
 - **suci**
 - koncentracija na polje za igru, ali i na prostor za zamjenu igrača
 - suradnja s nadzornikom prilikom rješavanja konfliktnih situacija
 - reakcija kad stvari izmiču kontroli
 - hrabrost u odlukama (strah od veličina na klupama)
 - **način**
 - čuvati trenera što je dulje moguće
 - postepeno graditi model progresivnog kažnjavanja
 - kako sucima dati do znanja da je situacijana klupama van kontrole
 - **korektno socijalno ponašanje**
 - nešto što možemo stalno učiti i poboljšavati

- ◆ koristiti razne tehnike za psihičko opuštanje, koncentraciju i samokontrolu
- ◆ razvija svijest o sebi i socijalne percepcije nas samih od strane vlastite okoline
- ◆ optimizirati vlastiti stil socijalne interakcije
- **tijekom utakmice**
 - zabranjena zamjena dresova
 - dogovor o suradnji nadzornika i zapisničkog stola (kriva izmjena, momčadski time-out)
 - zagrijavanje rezervnih igrača za vrijeme igre
 - ponašanje u zadnjim minutama utakmice

❖ **PROGRESIVNO KAŽNJAVANJE**

➤ **Modeli u ranoj fazi utakmice**

- Teško je predvidjeti vrste i tipove utakmice i prema njima modulirati progresivno kažnjavanje. Neki pokazatelji mogu biti poredak na tablici i kvaliteta između dva suparnika. Da bi se mogli primijeniti neki od modela kažnjavanja potrebno je vrlo kvalitetno odraditi pripremu prije same utakmice (priprema se odnosi na psihičkom smislu sudaca).
- Generalno gledajući suci se nebi trebali baviti s time tko je na kojem mjestu na tablici. S druge strane opet ako se pridržavaju nekog svog modela progresivnog kažnjavanja taj isti možda neće zadovoljiti potrebe na utakmici ili će možda odvesti u drugu krajnost da će biti pretjerani.
- Dozvoljena su tri žuta kartona svakoj momčadi. Naš najveći problem je u tome što žute kartone prelakododjeljujemo, odnosno dodjeljujemo za neke stvari za koje kasnije nećemo dodijeliti isključenje na 2 minute. Žuti karton kao kazna vrlo je dobra stvar u početku utakmice kada se nalaze dvije ravnopravne ekipe, sa tim kartonima možemo usmjeriti odnosno pokazati što je dozvoljeno, a što nije. Primjena pravičnosti kod dodjele progresivnih kazni za sve sudionike kod istih prekršaja je od bitnog značaja.
- Vezano za samo progresivno kažnjavanje i početak utakmice, najvažnije je prvih 10 minuta. Ovdje suci moraju iskoristiti svoje znanje i iskustvo da primire utakmicu. Iako ne postoji znak „sad je dosta“, suci mogu iskoristiti svaki trenutak da upozore igrača pogledom, a da ne moraju pokazati kaznu – igrači su lukavi i oni točno znaju kada su pretjerali. U prvom trenutku sigurno neće pogledati suca jer je svjestan što je napravio ali kroz par sekundi će sigurno pogledati suca. Ovakvim načinom suci sebi „kupuju“ povjerenje kod igrača. Isto tako treba upotrijebiti sve kazne adekvatne prekršaju.
- Diskvalifikaciju u prvim minutama treba izbjeći ako je moguće, naravno ako nije striktno definirano Pravilima (istrčavanje vratara, guranje u leđa u protunapadu, povlačenje za ruku.....). Jedini razlog zbog čega ne treba „juriti“ sa diskvalifikacijom u početku utakmice jest taj što suci mogu na sebe navući odmah na startu bijes momčadi koja ostaje bez igrača i cijelu utakmicu odvesti u nekom smjeru kojem ne žele. Za dodjelu diskvalifikacije u samom početku utakmice treba imati dosta hrabrosti, ali za takve odluke treba biti smiren i jasno vidjeti situaciju, u koliko je dvojbena, bolje je pokazati isključenje na 2 minute.

- Suci trebaju imati na umu da je filozofija rukometne igre da obje ekipe igraju sa istim brojem igrača u polju kroz svih 60 minuta.
- **Idealno je postupno progresivno kažnjavanje kada u svakom trenutku upotrijebimo sve kazne adekvatno prešajima na terenu.**

❖ PSIHOLOŠKI PROFIL SUDACA I NADZORNIKA

➤ Ponašanje sudaca i nadzornika, naročito prvi dojam kakav ostave, znatno utječe na cijelu utakmicu.

- **Između sudaca i nadzornika isprepliće se niz psiholoških faktora koji utječu na sam međusoban uspješan ili neuspješan odnos.**

- Za uspješan odnos, između ostalog, poželjna je:
 - ◆ međusobna nakolnost
 - ◆ međusobno poznavanje (imamo siutaciju da se ne zna tko je tko u paru)
 - ◆ sličnost interesa
 - ◆ sličnost stavova i vrijednosti
 - ◆ sličnost razine inteligencije
 - ◆ sličnost socijalnog porijekla
 - ◆ odgovarajuće metode rada
 - ◆ treba biti svjestan da se mijenja i rukomet i spoznaje o učinkovitom vođenju utakmice te svoje znaje i iskustvo osuvremenjavati
- U svakom slučaju, treba ostvariti komunikaciju:
 - ◆ Ljudski je govor izvanredno složeno sredstvo komunikacije
 - ◆ nije moguće ne komunicirati
 - ◆ i kad se **ne** komunicira – komunicira se
 - ◆ komunikacija je čitavo ponašanje i utječe na ponašanje
 - ◆ u svakoj komunkaciji pokušavamo, uz sadržaj poruke, nametnuti i dio svoje osobnosti
 - ◆ u situacijama kada partneri na razini sadržaja nisu jedinstveni, različitost mišljenja ne smije ograničavati njihov odnos što možemo nazavti zrelošću komunikacije
 - ◆ uspješna komunikacija **odmah** poboljšava međuljudski odnos
 - ◆ no, prvenstveno, ipak treba biti motiviran za uzajamnu komunikaciju
- **Nadzornik:**
 - ◆ odmah po završetku utakmice, dati priznanje i pohvalu uz osmjeh
 - ◆ reagirati na loše suđenje i lošu izvedbu, ali na ohrabrujući način
 - ◆ usmjeriti se na ono što je dobro, a ne na greške
 - ◆ gledati na greške kao dio učenja, biti pun ohrabrenja
 - ◆ razvijati u razgovoru osjećaj za realno očekivanje ocjene
 - ◆ širiti entuzijazam, dobro raspoloženje i pozitivno mišljenje
 - ◆ smješiti se, pričati ali i saslušati
- **Između ostalog... :**

- ◆ treba osigurati pozitivnu okolinu koja za suce neće biti ugrožavajuća i promijeniti stav o greškama; one nisu ništa strašno i svima se događaju...
- ◆ potaknuti gledanje na suđenje kao na zabavu, koristiti humor i opuštenu komunikaciju koja ne mora biti vezana uvijek uz utakmicu, biti vedar, optimističan, širiti pozitivnu atmosferu

- **Sudac:**

- ◆ treba mu odmor za utakmicu
- ◆ treba mu mir na utakmici
- ◆ treba mu odmor od utakmice
- ◆ sudac je glavni igrač naše priče o međuljudskim odnosima, njemu je najteže, na njega se više i galami, njega se vrijeđa
- ◆ suce uvijek treba saslušati, uvijek

- **I sudac i nadzornik:**

- ◆ sudac pa i nadzornik mora razlikovati situaciju prije i nakon što je nešto odsuđeno
- ◆ svatko sagledati situaciju iz vlastite perspektive
- ◆ svatko sagledati situaciju iz perspektive ostalih osoba
- ◆ emocionalno se distancirati
- ◆ biti ipak osjetljiv na stanja i raspoloženja osoba u situaciji

- SUCI MORAJU NAĆI NADZORNIKA I JAVITI MU SE 60. MINUTA PRIJE POČETKA UTAKMICE.
- SUCI MORAJU SUDJELOVATI SA NADZORNIKOM U PRIPREMI UTAKMICE
- NADZORNICI IMAJU OBVEZU NA KRAJU UTAKMICE ISPRATITI SUCE DO SVLAČIONICE.

Strukovno povjerenstvo UHRS-a

Čakovec; 07.10.2011. godine