SLOVENSKÝ
ZVÄZ HÁDZANEJ
SLOVAK HANDBALL
FEDERATION

VYKONÁVAJÚCE PRAVIDLÁ PRE JEDNOTNÚ ŠTRUKTÚRU HERNÝCH SYSTÉMOV V SÚŤAŽIACH MLÁDEŽE SLOVENSKÉHO ZVÄZU HÁDZANEJ pre súťažný ročník 2026/2027

Vykonávacie pravidlá pre jednotnú štruktúru herných systémov v súťažiach mládeže SZH

Spracovala pracovná skupina KM, TMK a trénerov RD SZH

Úvod

Našim cieľom je uplatniť metodicky štruktúrovaný tréning našich mladých hráčov a hráčok podľa nami spracovanej rámcovej tréningovej koncepcie.

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 záväzných smerníc, uvedených v tomto materiáli.

1. Všeobecné pokyny

Svet, v ktorom žijú naše deti, sa za posledné roky výrazne zmenil. Súčasné štúdie 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) Zosúladenie 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 nenútene 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 dlhodobo 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.

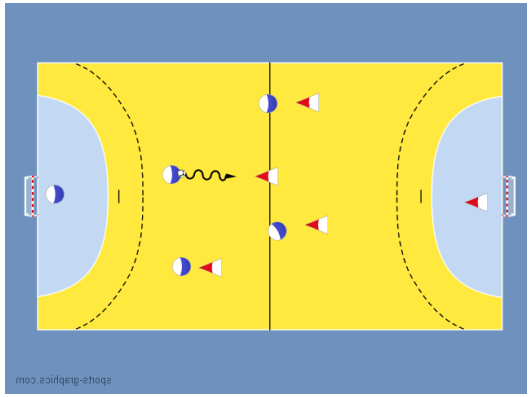
Zaväzuje len spôsob hry, rôzne organizačné formy súťaží v hádzanej detí a mládeže

	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	Viac - úderový dribling	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	Zakázaná kombinovaná obrana 1 alebo viacerých hráčov. **	5:1 / 3:3 Podľa postavenia útočiacich hráčov *****	Zákaz striedania špecialistu obranára ****	Zakázaná
U14 St. žiaci	6 + 1	2x25 min	Výsledok sa počíta	Podľa pravidiel	Podľa pravidiel	Zakázaná kombinovaná obrana 1 alebo viacerých 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	Zakázaná kombinovaná obrana 1 alebo viacerých hráčov.	OS v 2* líniách 0:6 ofenzívna	Zákaz striedania špecialistu obranára ****	Iba hra v oslabení Zakázaná hra 7:6

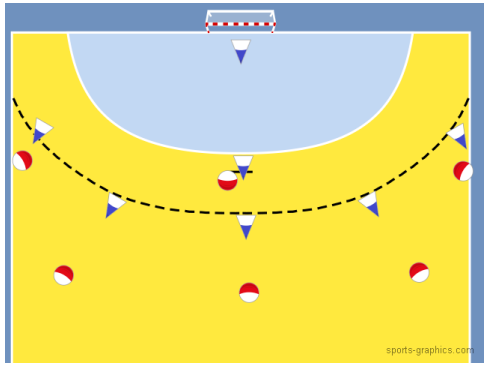
U19 St. dorast	6 + 1	2x30 min	Výsledok sa počíta	Podľa pravidiel	Podľa pravidiel	Bez obmedzení	Bez obmedzení	Bez obmedzení	Bez obmedzení
OS v 2 líniách*	možnosť trénera družstva voľby OS v dvoch líniách 1:5, 2:4, 3:3 alebo 1:2:3,								
Osobná obrana **	Je možné uplatniť celoplošnú osobnú obranu v posledných 5 minútach stretnutia v kategóriách U12 , U14 a U 16.								
Obranné systémy***	V kategórii U14 a U16 sa uplatňujú 2 obranné systémy. Je na voľbe trénera, v ktorom polčase uplatní jednotlivé obranné systémy. Povinnosťou ostáva uplatniť oba obranné systémy v zápase. V prípade hry v presile je povinnosťou dodržať obranný systém hraný v danom polčase.								
Zákaz striedania špecialistu obranára ****	V prípade, že hráč zo striedačky zahráva 7m hod, **musí** absolvovať minimálne 1 obrannú fázu než opäť vystrieda.								
5:1 / 3:3 *****	Základný obranný systém U 12 ostáva 5:1. V prípade postavenia útočiacich krídel v rohu ihriska sa obranný systém automaticky koriguje na postavenie 3:3.								
!!!!!!!!!!!!!!	**V kategóriách U12, U14 a U16: Zákaz uplatňovať útočný systém s 2 stabilnými pivotmanmi / Zákaz uplatňovať útočný systém so 4 spojkami.**								

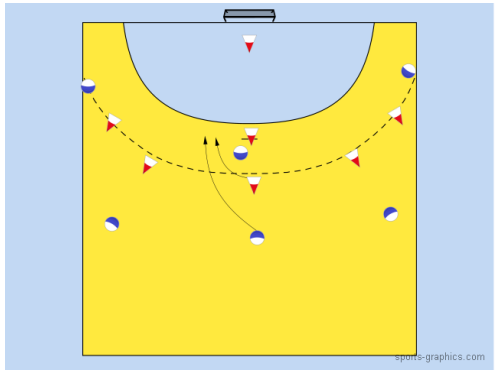
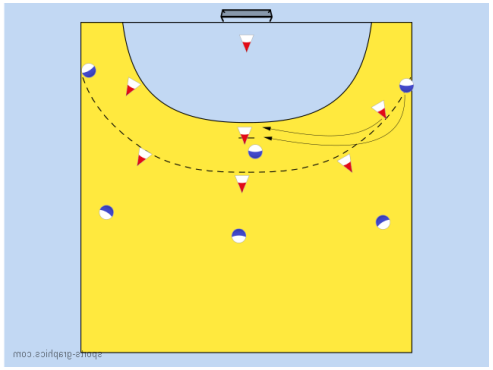
U8 - predprípravka (do 8 rokov) - (pravidlá pre softhandball https://slovakhandball.sk/komisia-mladeze)

U10 Minihandball – hra 4+1 - (pravidlá pre minihandball

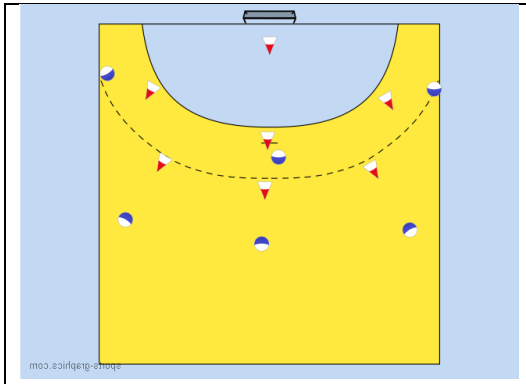
	**Celoplošná osobná obrana na celej hracej ploche, alebo šírke ihriska počas celej doby trvania zápasu** • Dôležité, zapojiť všetkých hráčov do hry • Útočníci môžu vbiehať do územia 9m iba pre uvoľnenie • Obrancovia majú presne určených útočníkov, ktorých bránia • Výška bránky 1,60cm, veľkosť lopty: 0 • Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva

U12-ml. žiaci – hra 6+1 - (prezentácia OS 5-1 https://slovakhandball.sk/komisia-mladeze)

	**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

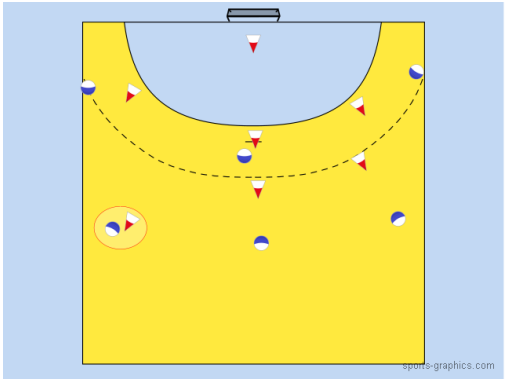
	STRATEGICKÝ CIEĹ – ZISK LOPTY AKTÍVNOU OBRANOU
	**Obrana 5:1 pri zábehu:** • **Spojky** • Obranca zodpovedajúci za zabiehajúceho útočníka ho sprevádza do 9m územia. • Obrana mení rozostavenie 5:1 na 4:2 • Pri prerušení hry sa mení postavenie obrancov a útočníkov na 5:1 • Kombinovaná obrana 1 alebo viacerých hráčov je zakázaná • Krátkodobý ofenzívny pressing je povolený (viď pri obrane 3:3)
	**Obrana 5:1 pri zábehu:** • **Krídla** • Obranca zodpovedajúci za zabiehajúceho útočníka ho sprevádza do 9m územia. • Obrana mení rozostavenie 5:1 na 4:2 • Osobná obrana 1 alebo 2 hráčov je zakázaná • Krátkodobý ofenzívny pressing je povolený (viď pri obrane 3:3) • Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva.

U14-st. žiaci – hra 6+1 – (prezentácia OS 3-3 https://slovakhandball.sk/komisia-mladeze)

<table>
<tr>
<td></td>
<td>

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
- V prípade hry v presile ostáva obranný systém bez zmeny, teda 3:3
- Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva.

</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>

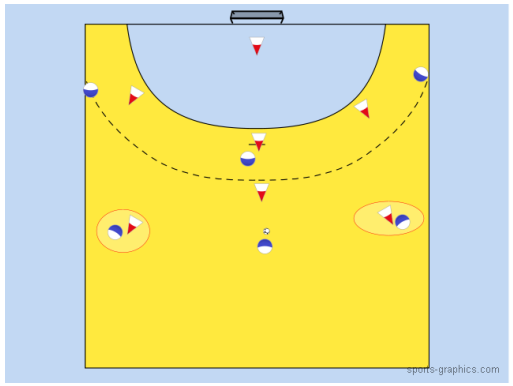
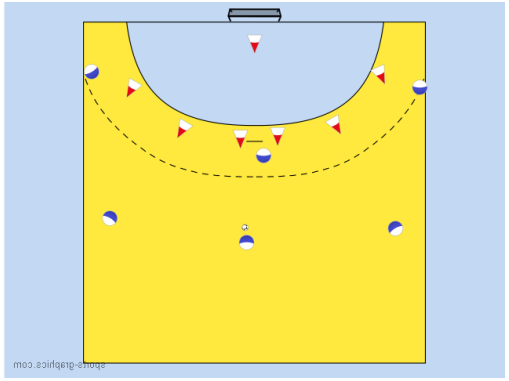
Zákaz

- Kombinovaná obrana 1 hráča (1+5)

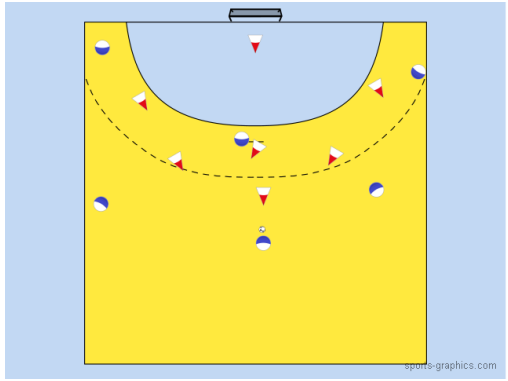
Vysvetlenie osobnej a kombinovanej obrany

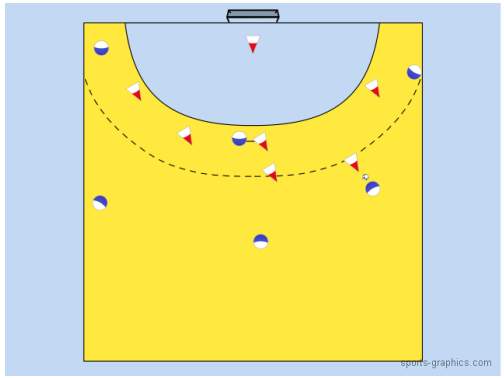
- Hráč v obrannej fáze hry osobne bráni vopred určeného útočníka. Venuje svoju pozornosť určenému útočníkovi, pričom zodpovedá za jeho činnosť.
- Pri kombinovanej obrane 1+5 je jeho postavenie mimo priestorového obranného systému. Jeho pozornosť je upriamená na bránenie jedného hráča a nezapája sa do obranného systému.

</td>
</tr>
</table>

	**Zákaz** • Kombinovaná obrana 2 hráčov (2+4)
	**Polčas obranný systém 0:6 (do 9m)** • Hráči v obrane nesmú pri obrannej činnosti prekročiť čiaru 9m hodu • Cieľom je, aby bolo útočníkom v priestore spojok zakončovať buď streľbou zo zeme, alebo vo výskoku • V prípade hry v presile ostáva obranný systém bez zmeny, teda 0:6 Ak tento spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva.

U16- ml. dorast – hra 6+1





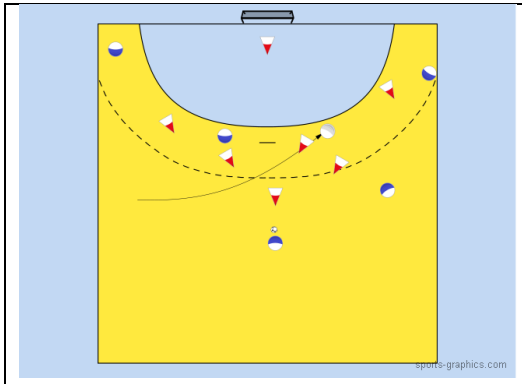
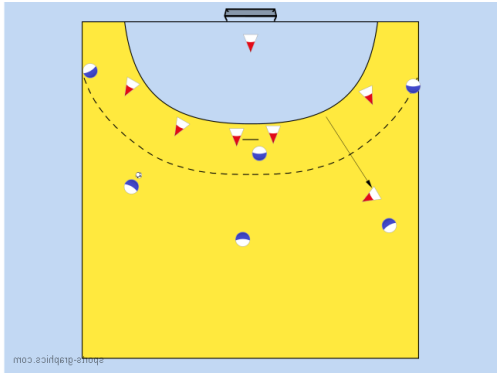
2-oj líniový obranný systém:
1:5,2:4, 3:3 alebo 1:2:3 s ofenzívno-anticipatívnymi elementami:

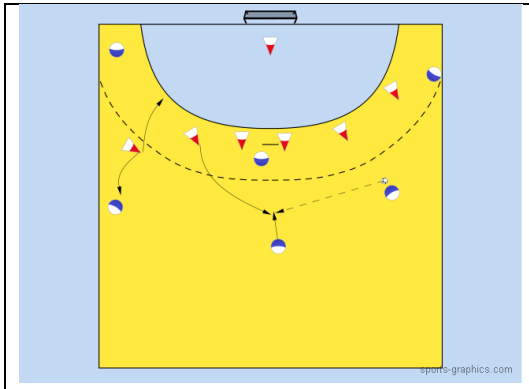
- 30 min (jeden polčas)
- V prípade hry v presile ostáva obranný systém bez zmeny, teda 2-oj líniový obranný systém

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 Loptou

- Základné rozostavenie proti PS s loptou

	• Základné rozostavenie po zábehu ĽS do 2. Pivotmana, bez zmeny obranného systému, alebo zmena na 2:4 Ak 2-oj líniový spôsob hry nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva.
	**Obranný systém 0:6 s ofenzívno-anticipatívnymi elementami:** • 30 min (jeden polčas) • V prípade hry v presile ostáva obranný systém bez zmeny, teda 0:6 • Ak OS 0-6 nie je rešpektovaný, rozhodca zastaví hru a upozorní trénera previnivšieho sa družstva. • 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

Vykonávajúce pokyny platné od 1.9.2026:

V každej vekovej kategórii majú družstvá mládeže vo všetkých vekových kategóriách vo všetkých stupňoch súťaží povinnosť hrať herné systémy uvedené v tomto materiály (okrem 2. liga – spojená súťaž STD a MD chlapci a dievčatá).

Za uplatnenie tohto nariadenia zodpovedajú tréneri družstiev.

Pred zápasom v prítomnosti trénerov oboch družstiev upozornia rozhodcovia na túto skutočnosť.

V prípade porušenia týchto pravidiel v priebehu zápasu, rozhodcovia najskôr dôrazne upozornia trénera previnivšieho družstva a žiadajú nápravu. Ak nepríde k náprave udelia trénerovi žltú kartu, následne udelia trest vylúčenie na 2 minúty, v prípade potreby aj opakovane.

V prípade opakovaného porušenia uvedú v prítomnosti oboch zodpovedných vedúcich v zápise o zápase poznámku:

Herné systémy rešpektované, alebo herné systémy nerešpektované.

V prípade nerešpektovania nariadenia o herných systémov bude tento priestupok riešený disciplinárnou komisiou SZH ako nešportové správanie trénera v zmysle disciplinárneho poriadku SZH.

V Bratislave, 31.8.2026

Ferdinand Minarovský	Prof. Peter Haščík, PhD.	PaedDr. Pavol Streicher
predseda KM SZH	predseda KRaD SZH	predseda TMK SZH