

RUKOMET – TAJ DIVAN SPORT

Tea Poturica, Jakovlje



Igra kao čovjekovo duhovno, emocionalno i fizičko pražnjenje prati čovjeka od njegova rođenja do smrti. Različiti oblici igara predstavljaju sastavni dio kultura svih ljudskih zajednica, bez obzira na stupanj razvitka, boju kože ili stranu svijeta.

Rukomet, kao sportska igra, spada u grupu takozvanih polistrukturalnih sportova. Iako je jedna od najmlađih sportskih igara, rukomet zauzima visok položaj u hijerarhiji našega sporta. Rukomet je gotovo idealan sport za razvoj mladih jer podjednako djeluje i razvija sve psihomotorne i intelektualne osobine čovjeka. Dokazana je visoka korelacija inteligencije i rukometa. Rukometom se u većoj ili manjoj mjeri zadovoljavaju svi aspekti čovjekove motivacije, od onih bioloških do socioloških motiva.



Slika 1. Veliki rukomet, preteča današnjeg rukometa, igrao se na travnatom terenu

Točno četrdeset godina prije održavanja prvog Svjetskog prvenstva u dvoranskom rukometu u Berlinu 1938. godine, u Danskoj je nastavnik tjelesnog odgoja, Holger Nielsen, počeo igrati u svojoj školi igru koju je nazvao *handbold*, a koja je vrlo slična današnjem rukometu.

Rukomet se u Hrvatskoj prvi put pojavljuje 1929. godine u Varaždinu. Te je godine nastavnik tamošnje gimnazije, Zvonko Suligoj, uveo sportske igre u nastavu. Oskudna pravila rukometne igre našao je u njemačkom časopisu „Handball”.

Zadatak 1. Prva javna rukometna utakmica na području Hrvatske odigrana je u lipnju 1935. godine između srednjoškolskih reprezentacija Zagreba i Ljubljane. Nakon 60 minuta igre Zagreb je pobijedio s rezultatom 8 : 5. Koliki je prosječan razmak između dvaju postignutih pogodaka za pojedinu ekipu, a koliki ukupno?

Najznačajniji uspjesi našeg rukometa su zlatna medalja s Olimpijskih igara 1996. u Atlanti, prvo mjesto osvojeno na Svjetskom prvenstvu 2003. u Portugalu, Zlatna medalja s Olimpijskih igara 2004. u Ateni, srebrna medalja osvojena na Svjetskom prvenstvu 2005. godine u Tunisu, drugo mjesto na EURU 2008. u Norveškoj, te četvrto mjesto na Olimpijskim igrama u Pekingu 2008. godine. Na Svjetskom prvenstvu održanom u Hrvatskoj 2009. godine naša rukometna reprezentacija nanizala je devet pobjeda u nizu, ali je u finalu za nju bila kobna Francuska pa smo osvojili srebrnu medalju. Na Europskom prvenstvu u Austriji 2010. naši su osvojili srebro, u 2012. godini slijede dvije



bronce osvojene na EP u Srbiji i na OI u Londonu, dok su u Španjolskoj na Svjetskom prvenstvu 2013. godine osvojili broncu.

Zadatak 2. Na konferenciji za novinare jedan je novinar pitao aktualnog izbornika hrvatske rukometne reprezentacije Slavka Golužu: *Koliko su medalja osvojili naši rukometaši na Olimpijskim igrama, Svjetskim te Europskim prvenstvima na kojima su do sada sudjelovali te kojeg su one bile sjaja?* Izbornik je vrlo spremno dočekao to pitanje, ali je odgovorio na pomalo tajanstven i domišljat način:



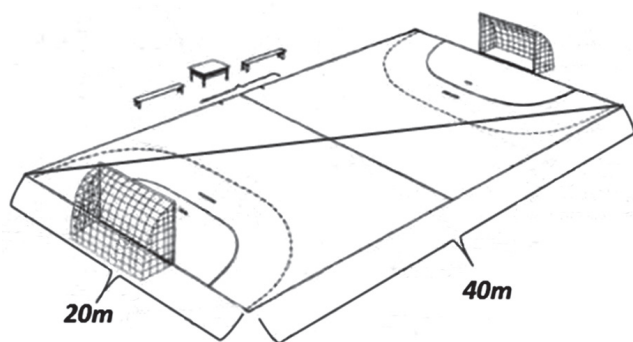
Slika 2. Zlatna obiteljska medalja – London 2012.

- Ukupan broj zlatnih medalja osvojenih na svim OI (na kojima su sudjelovali) jednak je ukupnom broju srebrnih medalja osvojenih na svim EP.
- Ukupan broj brončanih medalja osvojenih na svim OI jednak je najmanjem prirodnom broju.
- Ukupan broj medalja osvojenih na svim EP za 1 je veći od ukupnog broja medalja osvojenih na svim OI.
- Ukupan broj medalja osvojenih na svim EP jednak je umnošku broja srebrnih medalja i broja brončanih medalja osvojenih na svim EP.
- Ukupan broj medalja osvojenih na svim SP za jedan je manji od udvostručenog ukupnog broja medalja osvojenih na svim OI.
- Ukupan broj brončanih medalja osvojenih na svim EP nije veći od 4.
- Ukupan broj zlatnih medalja, ukupan broj srebrnih medalja i ukupan broj brončanih medalja osvojenih na svim SP čine niz brojeva čija su prva dva člana jednaka, a treći je član jednak broju koji dobijemo uvećamo li za 1 zbroj prva dva člana.
- Ukupan broj medalja osvojenih na svim SP i EP jednak je najvećem jednoznamenastom broju.

Otkrijte koliko su zlatnih, srebrnih i brončanih medalja naši rukometaši osvojili na svim OI, SP i EP na kojima su do sada sudjelovali? Koliko su ukupno medalja osvojili na tim cijenjenim natjecanjima?

Recimo nešto o pravilima rukometne igre. Cilj te igre je loptom pogoditi gol, tj. postići pogodak. Igraju se dva poluvremena koja traju po 30 minuta, a pobjednik je ekipa koja postigne više golova. Igrači smiju rukama dodirivati loptu i dodavati se međusobno, kao i pucati prema голу. Svaki igrač smije napraviti najviše tri koraka i držati loptu u ruci do 3 sekunde, dok za svaki sljedeći korak mora voditi loptu odbijajući je o pod ili je mora dodati suigraču. Svi igrači slobodno se kreću po cijelom terenu osim u prostoru 6 metara ispred oba gola. U tom prostoru smije stajati samo jedan član obrambene ekipe koji se naziva vratar (golman). Ostali igrači smiju unutar prostora od 6 metara ispred gola loptu pokušati uhvatiti ili dodati samo u skoku, dakle za vrijeme





Slika 3. Rukometno igralište

„leta”. Obrambeni igrači smiju do određene mjere ometati napadače u pokušaju dodavanja lopte ili pucanja na gol. Za izrazito grube prekršaje može se dobiti kazna žutog ili crvenog kartona, isključenja na dvije minute ili trajnog isključenja iz igre. Prekršaj se izvodi s mjesta gdje je počinjen, osim u dva slučaja. Prvo, ako je prekršaj napravljen u zoni deveterca, a pritom nije bilo izrazite prilike za postizanje gola, dosuđuje se tzv. deveterac koji se izvodi s isprekidane crte deveterca na mjestu koje je najbliže mjestu prekršaja. U slučaju da je prekršaj bio u zoni oko 6 metara, i to u trenutku izrazite šanse za postizanje pogotka (udarac je već upućen ili je igrač koji je slobodan bio u izglednoj poziciji za

udarac na gol), onda se dosuđuje kazneni udarac, tj. sedmerac. Kod izvođenja sedmerca svi obrambeni igrači moraju stajati izvan prostora deveterca, a jedan napadač upućuje izravni udarac na gol s pozicije sedam metara.

Zadatak 3. Rukometno igralište ima oblik pravokutnika. Širina igrališta je 20 m, a duljina 40 m. Kolika je površina koju igralište zauzima, te koliko metara mora pretrčati krilni igrač ako trči dijagonalno s krila na krilo kako bi uhvatio loptu i zabio gol?

Zadatak 4. Za Svjetsko prvenstvo u rukometu 2009. godine koje se održalo u Hrvatskoj trebalo je ograditi rukometno igralište zaštitnom ogradom čija je cijena s ugradnjom bila 300 kn/m, a bilo je potrebno i promijeniti parket na rukometnom igralištu čija je cijena s materijalom majstora iznosila 160 kn/m². Koliko je novaca utrošeno za ograđivanje jednog rukometnog igrališta i promjenu parketa? (Zadatak riješite uz pomoć slike 3.)

Rukometna lopta mora biti okrugla, izrađena od kože ili umjetnog materijala. Površina joj ne smije biti sjajna ili skliska. Veličina lopte, odnosno njezin opseg i masa, ovisi o kategorijama natjecanja za koje se koristi. Tako se lopta opsega 58 – 60 cm koristi za seniore i kadete, lopta opsega 54 – 56 cm za seniore i kadetkinje, a lopta opsega 50 – 52 cm i za djevojčice (8 – 14 godina) i za dječake (8 – 12 godina).

Zadatak 5. Naši su rukometaši na Svjetskom prvenstvu u rukometu 2009. godine, koje se održalo u Hrvatskoj, koristili loptu čiji je promjer 9.3 cm. Odgovara li ta lopta kategoriji natjecanja kojoj oni pripadaju, tj. seniorima?

Ivano Balić poznati je hrvatski rukometaš, olimpijski pobjednik i svjetski prvak. Podrijetlom je iz Dugopolja, mjesta pokraj Splita. Godine 2010. proglašen je najboljim rukometašem svih vremena. Proglašen je i najboljim igračem svijeta 2003. i 2006. godine, najboljim hrvatskim športašem 2007., te najboljim



rukometašem Hrvatske (2004., 2006., 2007. i 2008. godine). Dvostruki je dobitnik Državne nagrade za sport „Franjo Bučar”¹ 2004. godine, kao pojedinac i kao član hrvatske rukometne reprezentacije. Godine 2008. na Olimpijskim igrama u Pekingu dobio je čast nositi zastavu Hrvatske. Četiri godine kasnije na Olimpijskim igrama u Londonu dobio je svoju postaju podzemne željeznice. Time mu je pripala čast biti među 361 velikanom olimpijskog sporta. Balić je tako dobio postaju u sjeveroistočnom dijelu Londona na „rukometnoj ruti” u kojoj su još Magnus Wislander, Andrej Lavrov i Camilla Andersen.



Slika 4. Hrvatski rukometni genij Ivano Balić

Zadatak 6. Hrvatski rukometni genij Ivano Balić u 5 je odigranih utakmica zabio 29 golova. Koliko je prosječno golova Ivano zabio po utakmici?

Zadatak 7. Hrvatski dres izrađen je od visokokvalitetnog 100 % poliester-skog vlakna. Taj materijal vrlo je specifičan. To je takozvani Lotto materijal koji se često koristi za izradu sportskih dresova. Za šivanje dresova upotrijebljeno je 13.2 m plavog i 30.8 m bijelog konca. Koliki je omjer duljina plavog i bijelog konca upotrijebljenih za izradu jednog dresa?

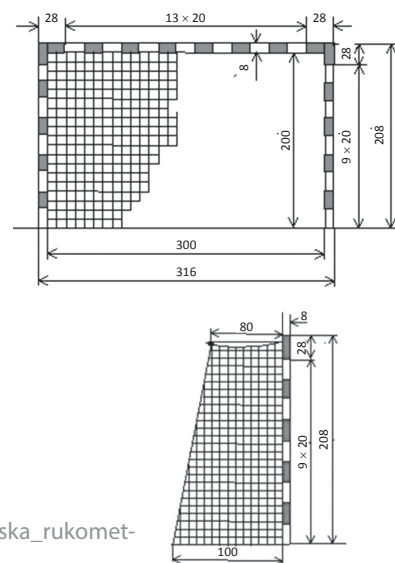
Zadatak 8. Na suprotnim stranama rukometnog terena, i to na na kraćim stranicama, nalazi se po jedan gol visok 2 m i širok 3 m. U голу je razapeta mreža. Koliko je kvadratnih metara mreže potrebno za izradu 2 rukometna gola?

Nadam se da sam vam barem malo približila rukomet i dočarala njegovu ljepotu koja je u stalnoj povezanosti i nadogradnji obrane i napada. Vratar, obrana i napad čine lanac koji u konačnici donosi dobar rezultat. Svaki je lanac toliko jak koliko je jaka njegova najslabija karika. Sve vas pozivam da se počnete baviti nekim sportom jer se sportom razvijaju psihomotorne i intelektualne osobine čovjeka, a i stječete mnoštvo prijatelja koji vas prate kroz cijeli život.

Literatura:

1. J. Mrzaj, *Rukomet*. Sportska štampa – Zagreb, 1966.
2. Hrvatska rukometna reprezentacija, http://hr.wikipedia.org/wiki/Hrvatska_rukometna_reprezentacija (12.10.2013.)
3. Rukomet, <http://hr.wikipedia.org/wiki/Rukomet> (10.10.2013.)
4. T. Goršič, *Rukomet – teorija in metodika*, Rokometna zveza Slovenije – Ljubljana, 1982.
5. V. Tomljenović, Z. Malić, *Rukomet – teorija i praksa.*, Sportska tribina – Zagreb, 1982.
6. Z. Šikić, I. Golac-Jakopović, M. Vuković, L. Krnić, *Matematika 7, udžbenik i zbirka zadataka za sedmi razred osnovne škole*, Profil, Zagreb, 2009.

¹Državna nagrada za sport „Franjo Bučar” najviše je priznanje koje Republika Hrvatska dodjeljuje za iznimna postignuća i doprinos od osobitog značenja za razvoj sporta u Republici Hrvatskoj. Nagrada od 1991. nosi ime po začetniku hrvatskog sporta dr. Franji Bučaru.



Slika 5. Dimenzije rukometnog gola

