

RUKOMET

Olimpijski sport



Kratak vodič kroz pravila



Prevod: Branka Marić



**EHF Competence
Academy & Network
Imprint:**

European Handball Federation (EHF), Vienna/AUT, August 2008
www.eurohandball.com

Following a proposal by both the EHF Competitions Commission (CC) and the EHF Methods Commission (MC) the EHF Executive Committee approved the production of a "short rule version" of the handball rules for promotional purposes only. The work is based on the "Rules of the Game" by the International Handball Federation (IHF), for details and references please visit www.ihf.info

Editorial board:

EHF Working Group "Rule Simplifications & Modifications"
in cooperation with the EHF Youth Forum

Jan Tuik/EHF CC Chairman · Frantisek Taborsky/EHF MC Chairman · Allan Lund/EHF MC Member Development · Sandor Andorka/EHF CC Member Refereeing · Roland Bürgi/EHF Mentor Refereeing · Natasha Engberg/EHF Youth Forum Member · Cristina Nastase/EHF Youth Forum Member · Helena Crnojevic/EHF Youth Forum Member · Marcos Bestilleiro/EHF Office · Helmut Hörtsch/EHF Competence Academy & Network · Cartoons & artwork by Wanzi/ComixConcepts ·

Osnovni principi rukometa

- Rukomet je timski sport baziran na fer pleju.
- Na terenu se nalaze dva tima (muški ili ženski timovi) koji igraju jedni protiv drugih I jedna i druga ekipa pokušavaju da daju gol rukom.
- Ekipa koja postigne više pogodaka u toku utakmice je pobednik.
- Pobjednička ekipa dobija 2 poena. Ako se utakmica završi nerešeno onda ekipe dobiju po jedan bod.



Tehničke karakteristike

- Različite veličine lopte za različite uzrasne kategorije.
- Gol je visine 2 metra a širine 3 metra.
- Vreme trajanja igre varira i može biti najviše 2 x 30 min. a sve u zavisnosti od uzrasne kategorije.

Signalizacija sudija



Slobodno bacanje

Slobodno bacanje se dosuđuje kada odbrambena ekipa ili napadajuća ekipa naprave prekršaj pravila igre.



Time-Out

Merenje vremena trajanja igre se prekida kada je to neophodno.



Faul u napadu

Posledica faula u napadu je dosuđeno slobodno bacanje za odbrambenu ekipu.



Odstojanje od 3 metra

Kada se izvodi slobodno bacanje protivnik mora da bude na odstojanju od 3 m.



Golmanovo bacanje

Golmanovo bacanje se dosuđuje kada:

- Igrač ekipe u napadu Uđe u golmanov prostor
- Kada igrač napadajuće ekipe Dodirne loptu kada se ona kotrlja Ili leži na podu u golmanovom Prostoru.
- Kada golman ima kontrolu nad loptom ili kada lopta pređe spoljnu gol liniju.



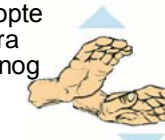
Koraci

Ako igrač napravi više od 3 koraka sa loptom tada se dosuđuje slobodno bacanje za odbrambenu ekipu.



Greška u vođenju lopte

Greška u vođenju lopte "dupla lopta" rezultira dosuđivanjem slobodnog bacanja za odbrambenu ekipu.



Aut (ubacivanje sa strane)

Aut se dosuđuje kada lopta pređe aut liniju.



"Fair play" (fer plej) i učesnici

Lepota rukometa je u "fair play".

Na utakmici je prisutan sudijski par od početka do kraja. Obaveza sudija je da se pridržavaju principa "fair play".

Progresivno kažnjavanje se dosuđuje kada igrači ne poštuju pravilo "fair play" ili prekrše ovo pravilo na neki Drugi način.



Progresivno kažnjavanje



Bacanja za početak/nastavak igre

U rukometu ima 5 različitih bacanja definisane pravilima za početak/nastavak igre. To su: početno bacanje, slobodno bacanje, golmanovo bacanje, izvođenje sedmerca i ubacivanje lopte sa strane (aut).

Sedmerac se dosuđuje kada je igrač nepravilno sprečen u situaciji za postizanje gola.

Na početku svakog poluvremena kao i nakon postizanja gola utakmica se Nastavlja/započinje sa početnim bacanjem.

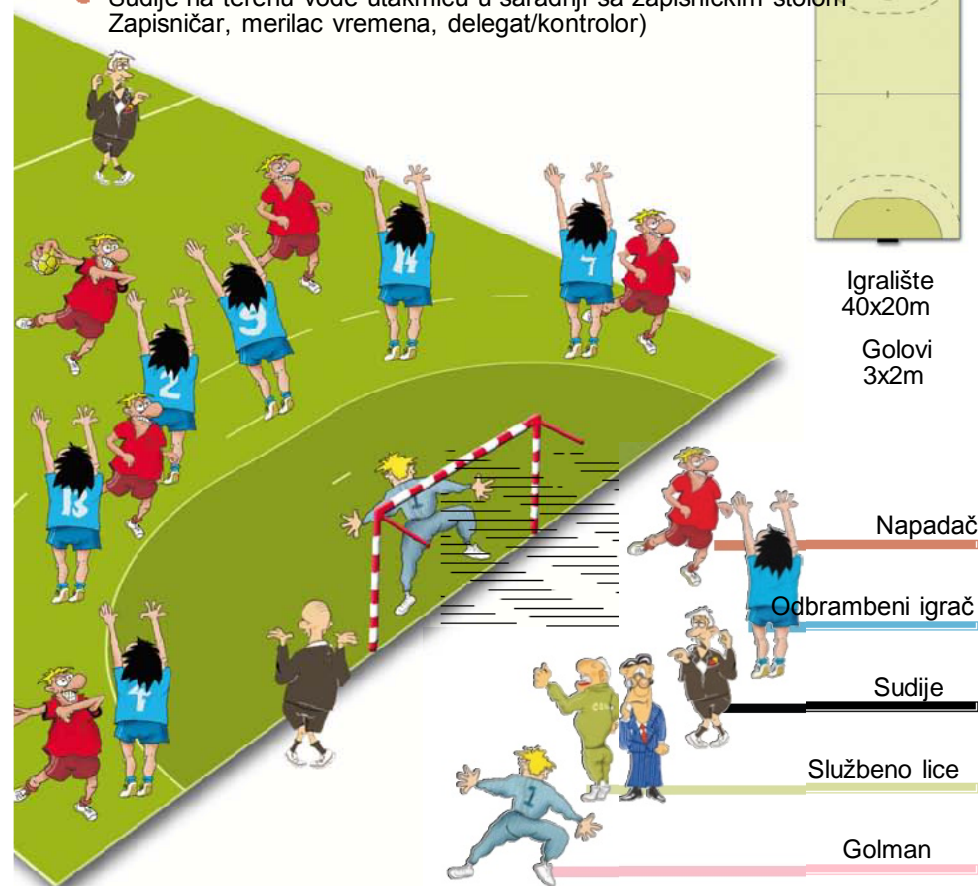
Ekipe/Igrači/Službena lica/Sudije

- Svaka ekipa može da ima do 16 igrača. Na terenu može da bude najviše 6 igrača i 1 golman.
- U toku utakmice ekipe pravilno mogu napraviti neograničen broj zamena.
- Igrači jedne ekipe, u polju moraju da nose identičnu opremu. Golmani nose opremu koja se razlikuje od igrača u polju i drugog golmana.
- Igračima nije dozvoljeno da nose objekte koji mogu ugroziti ostale igrače. (satovi, prstenje, minđuše, narukvice itd.).
- Ne može biti više od 4 službenih lica na klupi za rezervne igrače.
- Sudije na terenu vode utakmicu u saradnji sa zapisničkim stolom (Zapisničar, merilac vremena, delegat/kontrolor)



Igralište
40x20m

Golovi
3x2m



Napadač

Odbrambeni igrač

Sudije

Službeno lice

Golman

Igrači u napadu

DOZVOLJENO	NE DOZVOLJENO	POSLEDICE
Hvatanje i dodavanje lopte koristeći šake i ruke	Blokiranje ili igra loptom Korišćenjem noge i potkolenice	Slobodno bacanje za ekipu koja nije napravila prekršaj
Dodavanje lopte saigraču	Držanje lopte više od 3 sekunde	Slobodno bacanje za odbrambenu ekipu
Vođenje lopte jednom rukom i ponovno hvatanje	Vođenje lopte, hvatanje ponovno vođenje = greška u vođenju – dupla lopta	Slobodno bacanje za odbrambenu ekipu.
Napraviti ne više od 3 koraka sa loptom	Sa loptom u rukama napraviti više od 3 koraka	Slobodno bacanje za odbrambenu ekipu.
Kretati se ispred linije golmanovog prostora	Ulazak u golmanov prostor napadača	Golmanovo bacanje
Dodirnuti loptu koja lebdi iznad golman. prostora	Dodirivati loptu koja leži u golmanovom prostoru	Golmanovo bacanje
“Probiti” zonu igrača u odbrani	Udariti protivnika ili naskočiti/natrčati na igrača u odbrani=faul u napadu	Slobodno bacanje za odbrambenu ekipu
Dodati loptu saigraču u cilju stvaranja pozicije za postizanje pogotka.	Držati loptu u posedu bez želje da se ugrozi gol protivnika i da se stvori šansa za gol= Pasivna igra	Slobodno bacanje za odbrambenu ekipu

Igrači odbrane

DOZVOLJENO	NE DOZVOLJENO	POSLEDICE
Hvatanje i dodavanje lopte koristeći šake i ruke	izbiti loptu iz ruke igrača u posedu lopte koristeći pesnicu	Slobodno bacanje za napadajuću ekipu
Napraviti kontakt “lice u lice” sa igračem koji je u napadu	Povlačenje napadača za dres/telo guranje, natrčavanje, naskakivanje na njega/nju	Slobodno bacanje progresivna kazna
Biti izvan golmanovog prostora	Korišćenje golmanovog prostora radi sticanja prednosti u cilju sprečavanja postizanja gola	sedmerac
Držati rastojanje od 3 metra od igrača koji izvodi bacanje za nastavak igre	uticaj na igrača koji izvodi početno bacanje	Progresivna kazna

Golman

DOZVOLJENO	NE DOZVOLJENO	POSLEDICE
Touch the ball with any part of the body inside the goal area	Take the ball into the goal area from outside the 6m line	Slobodno bacanje za napadajuću ekipu
Leave the goal without the ball and play as a field player	Leave the goal area with the ball	Slobodno bacanje za napadajuću ekipu

