

Razvoj modernog rukometa na našim prostorima

Vrsta: Seminarski | Broj strana: 14 | Nivo: Fakultet sportskih nauka

Sadržaj :

1. Uvod.....	3
2. Istorijski razvoj rukometa.....	4
2.1. Hronologija razvoja rukometa.....	5
3. Razvoj modernog rukometa na našim prostorima.....	5
3.1. Hronologija razvoja modernog rukometa na našim prostorima , odličja jugoslovenskog reprezentativnog i klupskog rukometa.....	8
4. Rukomet u Banjoj Luci - Rukometni klub Borac.....	10
5. Zaključak.....	13
6. Literatura.....	14

1. Uvod

Rukomet je ekipni sport, u kojem igra šest igrača plus golman na jednoj strani, protiv isto tako formirane protivničke ekipe. Igra traje dva puta po trideset minuta, a cilj je dati više golova od protivnika. Rukomet je jedna od najpopularnijih i najrasprostranjenijih sportskih igara s loptom koja se igra na svim kontinentima.

Osnovne karakteristike rukometa su sljedeće:

Jednostavno definisan cilj igre

Ova igra ima jasno i jednostavno definisan cilj, a to je postizanje što većeg, a primanje što manjeg broja golova. Gol se postiže bacanjem lopte u vrata i predstavlja rezultantu svih prethodnih djelovanja ekipe u obrani i napadu.

Bogatstvo prirodnih oblika kretanja

Rukomet kao rijetko koja druga sportska igra sadržava sve prirodne oblike kretanja poput trčanja, skokova, padova, kotrljanja ili bacanja. Svi ovi prirodni oblici kretanja ravnomjerno su zastupljeni i učestalo se primjenjuju u okviru obrambenih i napadačkih kretnih sadržaja.

Kineziološka različitost

Rukomet spada u red polistrukturalnih sportskih aktivnosti u kojoj su podjednako zastupljene ciklične i acikličke kretne strukture. Ciklički kretni sadržaji odnose se na kretanja igrača koji se manifestiraju različitim načinom, ritmom i intenzitetom izvođenja i koji se često prekidaju ili narušavaju brojnim acikličnim sadržajima poput bacanja, skokova i slično. S obzirom na bogatstvo i različitost kretnih aktivnosti rukomet predstavlja jednu od najsloženijih sportskih igara.

Cjelovitost uticaja na antropološki status

Ova igra ostvaruje cjelovit uticaj i omogućava ravnomjerno unapređenje ukupnog antropološkog potencijala igrača, naročito u području morfoloških karakteristika jer podjednako angažuje sve sisteme za kretanje i tako omogućava skladni razvoj svih mišićnih grupa. Rukomet također podjednako angažuje različite funkcionalne potencijale te omogućava svestrano i potpuno unapređenje svih motoričkih sposobnosti.

Atraktivnost

Atraktivnost rukometne igre upravo se ogleda u suprotnosti i međusobnom nadopunjavanju dinamičnosti, brzine, maksimalnog angažmana, visokog intenziteta i agresivnog sučeljavanja s kreativnošću i kombinatorikom upotpunjenom bogatstvom individualnih motoričkih izričaja.

2. Istorijski razvoj rukometa

Moderna rukometna igra nastala je od tri sporta koja su se razvijala nezavisno u tri evropske zemlje, a to su češka hazena, danski handball i njemački torball. Sva tri sporta bazirana su na fudbalu ali sa bitno izmijenjenim pravilima, tako da je lopta umjesto nabijanja nogom, bila bacana i dodavana rukom.

----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE
PREUZETI NA SAJTU. -----

www.maturskiradovi.net

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: maturskiradovi.net@gmail.com