Dr Milivoje Došenović

VELIKI ILUSTROVANI LEKSIKON SVIH SPORTOVA

(devetnaesto dopunjeno izdanje)

Dr Milivoje Došenović
VELIKI ILUSTROVANI LEKSIKON SVIH SPORTOVA (19. dopunjeno izdanje)

Izdavač:
Izdavačko-knjižarska agencija "DOMLA-PUBLISHING"
Novi Sad, Bulevar kralja Petra I 30
Telefoni: (021) 6334-957, (064) 128-9745, (064) 936-5375 www.domla-publishing.rs

Za izdavača:
Dr Milivoje Došenović, glavni i odgovorni urednik izdavačke kuće, književnik
Magistar nauka iz oblasti menadžmenta, dipl. menadžer – producent za medije
Diplomirani viši sportski trener karatea, majstor karatea crnog pojasa 3. DAN-a (*Sensei*)
Majstor jiu-jitsu crnog pojasa 4. DAN-a (*Yondan*)

Recenzent:
Prof. dr Radovan Čokorilo, pedagog i psiholog prof. emeritus, Univerzitet u Novom Sadu
Katedra za društveno-humanističke nauke Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja

Lektor i korektor:
Ana Kanban, profesor književnosti, prevodilac za engleski, nemački, mađarski, francuski i ruski jezik

Dizajn:
Dr Milivoje Došenović

Štampa:
SP print, 21000 Novi Sad, Vladike Ćirića 21
Za štampariju: direktor Saša Pušić (021) 494-444
Tehnička priprema: Veselin Stefanović, inženjer informatike

Tiraž: 1.000

Novi Sad, devetnaesto dopunjeno izdanje, 2023.

© Bez pismenog odobrenja autora i izdavača zabranjeno preštampavanje

© Large lexicon of sports ilustrated, no part of this publication may be reproduced without permission in writing from the author and publisher Copyright © Dr sci. Milivoje Došenović, 2023.

CIP - Каталогизација у публикацији - Народна библиотека Србије, Београд

796/799(031)

ДОШЕНОВИЋ, Миливоје, 1950-
Veliki ilustrovani leksikon svih sportova / Milivoje Došenović. – 19. dopunjeno izd. - Novi Sad : Domla-publishing, 2023 (Novi Sad : SP print). - 456 str. : ilustr. ; 30 cm. - (Nauka i život)

Autorove slike. - Tiraž 1.000. – Izvod iz biografije autora knjige: str. 449-450. -
Bibliografija: str. 451-454

ISBN 978-86-81951-43-9

a) Спорт - Лексикони

COBISS.SR-ID 110680585

Dr Milivoje Došenović

VELIKI ILUSTROVANI LEKSIKON
SVIH SPORTOVA

(devetnaesto dopunjeno izdanje)

DOMLA-PUBLISHING
Novi Sad, 2023.

IZREKE MUDRIH LJUDI

Najbolji stratezi nisu impulsivni.
Najbolji pobednici nisu svadljivi.
Najbolji vladari nisu arogantni.

(LAO CE)

Nedostatak velikodušnosti u pobedi prepolovljuje zasluge i plodove pobede.

(Đuzepe MAZINI)

Neko može da pobedi hiljade ratnika na bojnom polju, ali taj se ne može meriti sa pobednikom, koji je pobedio samog sebe.

(KONFUCIJE)

Vežbati hiljadu dana je disciplina, a vežbati deset hiljada dana je doterivanje.

(Mijamoto MUSASHI)

Sportista najviše klase treba proći tri stepenice pre nego što se uspne na vrh: prvo rad, drugo rad i treće rad.

(Pavo NURMI)

Prava čovekova vrednost ne zavisi od snage njegovog razuma, već od snage njegove volje.

(Jozef EOTVOS)

Mladost je srećna jer za nju postoji budućnost.

(N. GOGOLJ)

Publika tapše vatrometu, ali ne tapše izlasku sunca.

(Fridrih HEBEL)

Rad na stilu je dug, mučan i traži strpljenje na isti način kao i rad nekog zlatara.

(Oskar GRAF)

Preplašen je napola pobeđen.

(A. SUVOROV)

Ne razmišljaj o pobedi, radije misli da ne moraš da izgubiš.

(Gichin FUNAKOSHI)

Da čovek ne bi imao neprijatelja, mora vredeti tako malo, te nikome ne preporučujem da se time hvali.

(Alfred BOGARD)

SADRŽAJ VELIKOG LEKSIKONA

SPORTSKA LEKSIKONSKA TERMINOLOGIJA (A – Ž)

Izvod iz recenzije 7
Leksikonska terminologija (A) 9
Leksikonska terminologija (B) 23
Leksikonska terminologija (C) 55
Leksikonska terminologija (Č) 57
Leksikonska terminologija (Ć) 59
Leksikonska terminologija (D) 59
Leksikonska terminologija (DŽ) 70
Leksikonska terminologija (Đ) 71
Leksikonska terminologija (E) 71
Leksikonska terminologija (F) 75
Leksikonska terminologija (G) 87
Leksikonska terminologija (H) 103
Leksikonska terminologija (I) 115
Leksikonska terminologija (J) 120
Leksikonska terminologija (K) 131
Leksikonska terminologija (L) 178
Leksikonska terminologija (LJ) 183
Leksikonska terminologija (M) 184
Leksikonska terminologija (N) 216
Leksikonska terminologija (O) 221
Leksikonska terminologija (P) 228
Leksikonska terminologija (R) 251
Leksikonska terminologija (S) 268
Leksikonska terminologija (Š) 315
Leksikonska terminologija (T) 320
Leksikonska terminologija (U) 329
Leksikonska terminologija (V) 334
Leksikonska terminologija (W) 345
Leksikonska terminologija (Y) 347
Leksikonska terminologija (Z) 349
Leksikonska terminologija (Ž) 350
Organizacija modernih Olimpijskih igara (1896-2024) 353
OI, London, 2012. godine (pozicija država, sa osvojenim medaljama) 355
Sportisti Srbije – na evropskom, svetskom i olimpijskom tronu 358
Evropske igre (Baku, Azerbejdžan, 2015) 372
XXXI letnje moderne Olimpijske igre (Rio de Žaneiro – 2016) 377
XV letnje Paraolimpijske igre (Rio de Žaneiro – 2016) 384
Sportski centri i sportske hale – Srbiju povezuju sa svetom 391
Sportski veterani Srbije – podstrek mladim takmičarima 409
Izvod iz rezultata sportista Srbije na svetskoj i evropskoj sceni (2017-2021) 411
Letnje XXXII Olimpijske igre (Tokio, 2020) 423
XVI letnje Paraolimpijske igre (Tokio, 2020) 440
Izvod iz rezultata sportista Srbije na svetskoj i evropskoj sceni (2021-2023) 441
Izvod iz biografije autora knjige 449
Bibliografija 451
Grad Novi Sad – Evropska prestonica kulture – 2022 456

STOŽERI – INSTITUCIJE SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA U SRBIJI






HALA „PIONIR“ – BEOGRAD

Otvorena je 24. maja 1973. godine, nalazi se u sklopu SRC "Tašmajdan" u Beogradu. Površina ove sportske dvorane je 16.000 m^2, sa kapacitetom za 8.150 gledalaca, dok je površina sportskih borilišta 2.500 m^2, a u dvorani se nalazi i Ledena hala (za klizanje). U "Pioniru" je održano 2011. godine seniorsko Prvenstvo Evrope u odbojci za žene, a glavni organizator ovog takmičenja bile su Srbija i Italija. "Pionir" se nalazi na adresi: Čarli Čaplina 39, 11000 Beograd.



SPENS – NOVI SAD

Sportsko-poslovni centar „Vojvodina“ u Novom Sadu, izgrađen 4. aprila 1981. SPENS znači Svetsko prvenstvo u stonom tenisu Novi Sad, koje je održano 1981. godine u dvorani ovog sportskog centra. Površina lokacije na kome je izgrađen ovaj gigantski centar je 200.000 m^2, a sam objekat je površine 81.011 m^2. SPENS poseduje dve hale (veliku sa kapacitetom za 11.500 gledalaca, i malu za 3.000 gledalaca), sa desetinama trenažnih sala za razne vrste sportskih grana. SPENS se nalazi na adresi: Sutjeska 2, 21000 Novi Sad.



Fakultet za sport i turizam (TIMS)
Novi Sad, Radnička 32-a



Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja
Novi Sad, Lovćenska 16 (smešten u blizini SPENS-a)

"ŠTARK ARENA" (NEKADAŠNJA "KOMBANK ARENA")








Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja
Beograd, Blagoja Parovića 156



Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja
Niš, Čarnojevića 10-a

Beogradska arena, otvorena 2004. godine. Sa površinom od 48.000 kvadratnih metara i kapacitetom za 19.400 posetilaca i sa 6 etaža, spada u jedan od najvećih višenamenskih objekata u regionu (za državna i internacionalna takmičenja iz 10 sportskih disciplina), sa parkiralištem za 4.800 vozila. Adresa: 11070 Novi Beograd, Bulevar Arsenija Čarnojevića 58

IZVOD IZ RECENZIJE

Najnovija knjiga **dr Milivoja Došenovića**, pod radnim naslovom *„Veliki ilustrovani leksikon svih sportova“*, predstavlja jedan obimni integral i mozaik informacija, stručnih i naučnih saznanja, koje obogaćuju sveukupno dosadašnje saznanje iz oblasti sportskih nauka, životnog i evolucionog konteksta čoveka, pokreta, organizma, kao i čudesnih lavirinata ljudskog motiva postignuća, koje su iskazali ljudi kroz sportska nadmetanja, a time pokazali da je volja neiscrpan oslonac svih pregnuća.

Sveukupne kvalitete zajednice, obogaćivali su napredni pojedinci, što je naročito bilo izraženo kroz međusobne internacionalne sportske komunikacije. Postižući zadivljujuće rezultate u pojedinim sportovima, vrhunski sportisti bejahu pravi ambasadori i ogledalo naroda iz kojih su potekli. Ovaj najnoviji obimni leksikon svih sportova koji postoje na našoj planeti, prezentuje osnovna (sa)znanja o najrazličitijim pojavnim oblicima fizičke kulture – fizičkog vaspitanja i sporta koji postoje od drevnih vremena, do postmoderne.

Ovaj savremeni „Veliki ilustrovani leksikon svih sportova“, autora dr Milivoja Došenovića, svojom bogatom tematikom, afirmiše i uzdiže na viši nivo sve vrednosti fizičke kulture, sportskih nauka, kao i mnogobrojne sportske grane, od kojih su neke bile po svojoj specifičnosti velikim delom mistične, pa čak i malo poznate širem krugu čitalaca, kao što su to sportovi koji postoje u posebnim delovima sveta, kao i mnogi borilački sportovi, do današnjeg dana nepoznati za ogroman deo urbanog čovečanstva.

U ovoj izvanrednoj knjizi obrađene su sve najvažnije sportske oblasti koje su deo svetske baštine, kao i sve sportske grane, koje su odomaćene u Srbiji, od onih koje su veoma popularne, do onih manje poznatih, koje svojim nastankom, postojanjem i aktuelnošću – sve više plene pažnju, čak i onih koji se za te grane sporta nisu previše interesovali.

Ova dragocena knjiga ima za cilj da popuni ogromnu prazninu u enciklopedijsko-leksikografskom fondu izdanja, što se oseća kao veliki nedostatak na našem tržištu. Stoga, ovaj Leksikon je pravi dragulj prepun pojmova i činjenica, koji generalno – teorijski obrazlažu uslove, postupke i metode što se primenjuju za fizičko i moralno usavršavanje sportista, kao i ceo tok organizacije njihovih priprema, odnosno treninge pred najvažnija takmičenja. S aspekta enciklopedijskog pristupa, razumljivo je da u dosadašnjim nekim opštim enciklopedijama objavljenim poslednjih decenija – ne može se naći nešto konkretnije iz tematike pojedinih sportskih grana. Ovaj novi Leksikon autora i doktora sportskih nauka Milivoja Došenovića, prevazilazi takve propuste i nudi zamašan broj sportskih informacija, sve od antičkog do savremenog doba. S obzirom na osnovnu namenu ove knjige da pruži izvor savremenih stručnih i naučnih informacija, ona će dobro doći svim aktuelnim sportskim pregaocima koji imaju težak zadatak da formiraju ličnost budućih nacionalnih i internacionalnih sportskih šampiona.

„Veliki ilustrovani leksikon svih spotova“ nudi blizu 2000 pojmova, sa preko 1500 arhivskih i savremenih fotografija iz raznih sportskih oblasti sa vizuelno-tehničkim i šematskim prikazima vežbi, opreme i takmičenja, kao i biografije svih

najzaslužnijih sportskih šampiona svetskoga i olimpijskog ranga iz svih država sveta, sa područja bivše Jugoslavije i današnje Republike Srbije.

Posebna vrednost ove knjige sastoji se i u tome, što je autor ostavio po strani subjektivnost, pristrasnost, nacionalno ili bilo kakvo ideološko opredeljenje. To je dobro naprosto, zato što su sportski šampioni dragulji koji pripadaju svetskoj baštini, pa su jedan ispred drugog samo po sportskoj uspešnosti.

Specifični sportski pojmovi prezentovani su u okviru pojedinih sportskih oblasti, a nazivi samih grana sporta su naznačeni, kako u svom izvornom obliku (etimološki) tako i „jezikom podneblja" za područje Republike Srbije, tj. fonetski, što će obradovati i one čitaoce koji traže akademsko-formalnu preciznost.

Dok sam čitao ovu interesantnu knjigu, ona je svojim vizuelno-leksičkim načinom prezentacije sadržaja budila nostalgiju za mladićko-sportskom radoznalošću, a svojim sintetičko naučnim dignitetom, plenila naučnu ozbiljnost. U tom smislu smatram da će Leksikon **dr Milivoja Došenovića,** biti zanimljiva lektira sportistima i sportskim trenerima na svim nivoima takmičenja, kao i široj sportskoj, a posebno naučnoj sportskoj javnosti.

RECENZENT KNJIGE
Prof. dr Radovan Čokorilo
pedagog i psiholog, profesor emeritus
Katedra za društveno-humanističke nauke
Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja
UNIVERZITET U NOVOM SADU

Novi Sad, 2023.

A

AEROKLUB, naziv koji se odnosi na vazduhoplovne organizacije kao i njihove osnovne jedinice, koje se bave propagiranjem vazduhoplovstva i organizovanjem određenih grana vazduhoplovnog sporta. Prvi vazduhoplovni klub u svetu osnovan je u SAD (Boston) 1895. godine, u Francuskoj 1898, u Velikoj Britaniji 1901, a u Italiji 1904. godine. Prvi aeroklub u Srbiji osnovan je 22. oktobra 1921. godine u Beogradu pod nazivom *Srpski aeroklub*, a osnovala ga je grupa vazduhoplovnih veterana iz Prvog svetskog rata, da bi 1922. godine njegovo ime bilo promenjeno u *Aeroklub kraljevine SHS*, koji je 1930. godine počeo da se bavi organizacijom sportskog vazduhoplovstva, modelarstva, jedriličarstva kao i motornog letenja.



Obeležja avijacije i aerokluba Kraljevine Jugoslavije 1921-1945.

AGONISTIKA, (grč.), agon-princip borenja, nadmetanja, ili težnje za opštim usavršavanjem, čime je bio prožet ceo duhovni i telesni život antičkih Grka. Sama agonistika obuhvatala je sve vrste takmičenja između umetnika, filozofa, pesnika, vojnika u borbenim veštinama, mladića u gimnazijama, takmičenja u gimnastici (takmičenja u telesnoj veštini, okretnosti i snazi, trčanju na kratke i duge staze), u opremi ili bez odeće, sa upaljenim bakljama u rukama, u ratnoj opremi itd. Takva takmičenja su podrazumevala veštine baratanja kopljem, diskom, zatim veštine rvanja, boksa, skakanja, veslanja, kao i u dvoboju teškim oružjem ili rukovanjem lukom i strelom. Takođe, u takvim takmičenjima su se uključivale obavezno i životinje: jahanje konja, trka dvokolicama. A u okviru takvih takmičenja nadmetalo se i u plesu, igri, muzici, a veoma su bila zanimljiva takmičenja u višeboju, a naročito petoboju, koji je u to vreme bio uzor ili kruna takmičenja. Na svim tim nadmetanjima su postojale vrhovne sudije, koje su se zvale agoni, a sudili su po uspostavljenim pravilima.

AGONOTET (grč.), glavni voditelj gimnastičkih i drugih sportskih takmičenja i igara, posebno u pentatlonu (petoboju) *disk, koplje, skok udalj, rvanje, trke 1 stadij.*

AGOSTINI ĐAKOMO, jedan od najpoznatijih motociklista na svetu 20. veka, rođen je u Breši 1942. godine. Od 1968. do 1972. godine više puta je osvajao prvenstva sveta u klasama motocikala do 350 cm^3, kao i u klasama motocikala do 500 cm^3. Đakomo Agostini je do prestanka svoje karijere pobedio u 120 trka.



Đakomo Agostini, svetski šampion (1968-1972)

AIBA (franc. Association Internationale de Boxe Amateur), Međunarodno udruženje amaterskog boksa osnovano 1947. na kongresu u Dablinu. Raniji naziv je bio FIBA, osnovana kao prva međunarodna asocijacija amaterskog boksa, koja se kompromitovala za vreme Drugog svetskog rata i saradnjom sa fašističkim zemljama. A do sredine prošlog veka u Aibu su bila uključena 124 nacionalna saveza iz celog sveta. Država FNRJ je primljena u članstvo Aibe 1950. godine na kongresu u Kopenhagenu. Kao ogranak Aibe za Evropu, 1970. godine osnovana je Evropska amaterska bokser-

ska federacija (EABA) sa sedištem u Moskvi, u koju je bilo učlanjeno 29 nacionalnih bokserskih saveza. Od članova sa prostora bivše SFRJ u Aibu su bili birani Branko Ostojić, Đuro Popović-Erak, Salik Edrenić zvani Toma Hladni, Danilo Ivanović i drugi.

AIKIDO, japanska borilačka veština nastala iz aiki-jujutsu. Veština neguje veoma efikasnu samoodbranu. Osnivač je vrsni japanski ratnik **Morihei Ueshiba**. Kroz aikido veštinu se omogućavala primena prirodnih zakona i propuštanje usmerene negativne energije u prazno. Sve tehnike u aikidou se završavaju ili bacanjem od sebe, ili fiksiranjem protivnika. U odnosu na ostale borilačke veštine, kao što su npr. karate (blokersko-udaračka), judo (bacačko-parterna), aikido je miroljubiva borilačka veština, koja je veoma efikasna za imobilizaciju protivnika. Aikido vodi poreklo od aiki-jujutsu, a pouzdane dokaze o ovoj veštini nalazimo negde u IX veku u ranom feudalnom Japanu. Aiki-jujutsu je predstavljala deo ratničke odnosno borilačke obuke samuraja, i bila je, velikim delom, praktično orijentisana. To je veština koja se bazira na tehnici odbrane i primenjuje se isključivo sa protivnikom u realnom sukobu, odnosno uči se da da bi se praktično – samoodbranjeno primenila. Veština aiki-jujutsu se vezuje za ime princa Teijuna, koji je bio sin cara Seiwe. Budući veliki ekspert aiki-jujutsu, dao je veštini neke teorijske novine a posebnu pažnju obraća jednom specifičnom vežbanju – odbrani golorukog čoveka od ko-zuke, kratke samurajske sablje. Nastavljajući porodičnu tradiciju, njegov sin Tsunemoto i dalje teorijski produbljuje veštinu, uvodeći učenje o ma-ai, odn. zauzimanju i zadržavanju idealne distance, on širi spektar tehnike veštine i ona omogućava efikasnu odbranu od više, tada upotrebljavanih, hladnih oružja. U to doba, teorija i neke tehnike veštine predstavljale su porodičnu odnosno klanovsku tajnu koja je preneta s kolena na koleno. Naredni podaci o veštini govore o posebnom mestu generala Shinra Saburoa Yoshimitsua, ličnosti dobro uvažavanoj u ranoj japanskoj feudalnoj istoriji, kao poznavaoca i eksperta više borilačkih veština. On je proširio teorijsku i praktičnu osnovu tehnike i formulisao je sistem daito-ryu-aiki-jujutsu, odnosno skraćenjem – daito. Njegov sin Yoshikiyo, koji po ratničkoj slavi nije zaostajao za svojim ocem, i sam je bio ekspert borilačkog sistema i poznavalac daito, koji je proširio velikim brojem tehnika, tako da veština daito-ryu obuhvata i kompletnu odbranu od gotovo svih do tada poznatijih hladnih oružja uključujući katanu, dugačku samurajsku



Morihei Ueshiba, osnivač i reformator aikidoa (1883-1969)

sablju što je, zbog njene dužine i efikasnosti, bio značajan napredak u teoriji i praktičnoj osnovi. U to doba njihova porodica dobija prezime Takeda, i trideset i dve generacije ove porodice će

učiti, prenositi sa kolena na koleno i usavršavati daito-ryu, u tajnosti i isključivo u porodičnim okvirima, čuvajući sistem kao veliku porodičnu tajnu. Tek trideset i drugi potomak porodice Takeda – Sogaku Takeda, prikazaće nešto široj javnosti ovaj sistem i, putujući kroz Japan, pokazivaće svoje sisteme daito-ryua, prezentujući porodičnu tajnu i prezentujući je na javnu upotrebu. Njegov sin, Tkimue Takeda, još za njegova života proklamovaće daitokan stil aiki-jujutsu i to ime će nositi i do današnjeg dana. U ovoj školi, Daitokanu, upoznaće se Morihei Ueshiba prvi put sa umetnošću borenja. Postavši poznavalac više borilačkih veština, Ueshiba uči od Sagatu Takede i njegovog sina. Vrlo brzo on postaje dobar poznavalac i pomaže teorijskom produbljenju veština. Postavši ekspert aiki-jujutsu i poznajući mnoge druge sisteme, Ueshiba dolazi na ideju o reformaciji te veštine. U svojim razgovorima sa budističkim monasima, on upoznaje nešto više od filozofsko-religiozne sadržine borilačkih umetnosti. Po ugledu na njih on odlazi u manastir, provodeći vreme u meditaciji. I tada Morihei Ueshiba stvara, formuliše posebnu umetnost nazvanu aikido. Za razliku od aiki-jujutsu, njegov aikido je imao dublju filozofsko-psihološku osnovu, kao put prave harmonije, unutrašnjeg buđenja, prosvećenja, i mentalne odnosno meditativne prakse, pri čemu spoljašnja tehnika govori o unutrašnjoj harmoniji i savršenstvu. Ueshiba određuje put aikidoa kao razrešenje osnovnog, bazičnog problema ljudske egzistencije, kao put samorealizacije, put ideje. Spoljašnji i unutrašnji vid aikido – wasa predstavlja odraz unutrašnje suštine i harmonije, o čemu govori svaka pojedina tehnika. M.Ueshiba određuje i svoj aikido da donosi unutrašnji mir i mir među svim ljudima, da donosi spokojstvo, unutrašnju ravnotežu i skladne odnose među onim koji ga vežbaju, govoreći da aikido može doneti ljudima mir, prijateljstvo, poštovanje i saradnju. Ovaj cilj on je postavio pred sebe i svoje učenike, a o tome je napisao i svoje poznate stihove. Preko tri decenije je vrsni sensei aikidoa, Ueshiba vršio i selekciju svojih najboljih učenika, a neke od njih je pripremao i za velike misije, da prošire aikido po svetu. Njegovi vr-



hunski učenici su se prihvatili tog zadatka i predstavljali su prave lidere aikidoa u svetu i njegove najveće propagatore. Najpoznatiji Ueshibini naslednici su: sin Kisshomaru Ueshiba, unuk Moriteri Ueshiba, kao i Koichi Tohei, Hiroshi Tada, Tadashi Abe, Gozo Shioda, Kenji Tomiki, H. Isoyama, M. Saito itd.

AIKI-JUJUTSU, borilačka veština Dalekog istoka, preteča aikidoa.

AIKI-NAGE, napredniji nivo u radu borilačke veštine aikido.

AIOCC (Udruženje organizatora međunarodnih biciklističkih trka).

AIUCHI, karate tehnike, koje su istovremeno urađene, pa se ne boduju. To su istovremene akcije u borbi.

AJFK, Japanska Karate Federacija koja se odnosi na Wado-ryu stil.

AJKR, skraćenica za All Japan Kyudo Renmei, Svejapanska organizacija Kyudo, sa glavnim centrom u Tokiju.

AKA, crveni pojas (za takmičenje).

AKA-HANSOKU, crveni pojas je diskvalifikovan u borbi (sudijske odluke).

AKA-HANSOKU-CHUI, crvenom se pojasu u borbi – daje javna opomena.
AKA-JODAN-TSUKI-IPPON, označava pobedu takmičara koji nosi crvenu traku preko svog majstorskog pojasa, označava pobedu do jednog ippona.
AKA-JOGAI-CHUI, opomena crvenom pojasu zbog izlaska van borilišta.
AKA-NO-KINEN-TSUKI-IPON, crveni pojas odustaje od karate borbe.
AKROBATIKA, prema grčkom to označava hodanje na vrhovima prstiju, a prvobitno označava hodanje po zategnutom konopcu i druge slične ekvilibrističke aktivnosti. Danas se pod modernim pojmom *sportske akrobatike* podrazumeva vrsta gimnastičkih vežbi, odnosno sportska grana koja obuhvata više






grupa telesnih vežbi (akrobatski skokovi, vežbe muških, ženskih i mešovitih parova). Sportsku akrobatiku treba razdvojiti od artističke akrobatike (komika, dresura, žonglerstvo, ekvilibrilistika, umetničko jahanje itd.). Akrobatske veštine datiraju još od drevnih Egipćana, Grka i Rimljana. Profesionalni artisti su osnovali 1889. godine Internacionalno artističko udruženje, a 1901. je osnovana i Prva artistička loža u Nemačkoj carevini, sačinjena od profesionalaca.
AKUPUNKTURA, (lat.) metod lečenja raznih bolesti koje se vrši zabadanjem posebnih igala u nervne završetke u koži raznih delova tela, a poznato je i pod nazivom *kineska medicina.*
AKVAPLAN, četvorougaoni sandučić koji je nepropusno zatvoren, dužine je 90 cm, a širine 60 cm, sa bokovima koji su na krmenom delu visoki 30 cm, a pramac završava oštrim bridom. Akvaplan na prednjem delu ima dva užeta od kojih je jedan rukohvat, a drugi služi



Akvaplaning – sport i uzbudljiv hobi

za vezivanje motornog čamca, koji vuče akvaplan po vodi. Ako ga ne vuče motorni čamac na mirnoj vodi ovakav akvaplan može izdržati težinu tela do 250 kg tako da se na njemu mogu smestiti dve osobe, koje mogu uz vučenje motornog čamca uživati u dražima vode.
ALEKSEJEV VASILIJ, rođen u Prorokovu-Šiškina, Rusija (1942-2011), jedan od najpoznatijih dizača tegova, koji je prvi u olimpijskom triatlonu uspeo podići 600 kg (1970. g), dok mu je svetski rekord 645,5 kg (1974. g). Na Olimpijskim igrama (Minhen, 1972) bio je šampion superteške kategorije, kao i na OI (Montreal, 1976).
ALEKSIĆ DRAGOLJUB, rođen je u selu Vina kod Knjaževca 1910. godine, vazduhoplovni akrobata, a po profesiji bravar. Završivši zanat u Beogradu, posvetio se cirkuskoj akrobatici. U početku je izvodio akrobatske tačke na žici, a

najveću popularnost je stekao izvodeći vazduhoplovne akrobacije, koje su bile pod kontrolom Sportske komisije Vazduhoplovnog saveza Jugoslavije, visеći iz aviona tako da se za lestvice držao samo zubima. Te akrobacije je prvi put izveo u okupiranoj Jugoslaviji 1941. godine, tako da ih je nastavio i posle oslobođenja u mnogim drugim gradovima. Dragoljub Aleksić je 1942. godine u vreme okupacije u Beogradu snimio jedan od prvih zvučnih filmova u boji, pod nazivom „Nevinost bez zaštite". Slavni akrobata umro je u Beogradu 1985. godine.



ALPINIZAM, penjanje na visoke planine zbog otkrivanja zanimljivosti prirode i prirodnih lepota; grana sporta koja podrazumeva penjanje na nepristupačne ili teško pristupačne planinske vrhove, podudara se sa vrhunskim planinarstvom. Alpinizam se javlja 80. godine XVIII veka, u doba prosvetiteljstva, tako da su prvi pioniri alpinizma bili ljudi iz nauke. Među prvim protagonistima alpinizma spominje se švajcarski prirodnjak dr Horas Benedikt de Sosir, koji je poznat po tome što se 1760. godine prvi pokušao popeti na poznati vrh Evrope Mon Blan (4807 m). To je uspelo švajcarskom lekaru Mišelu Gabrijelu Pakaru i vodiču te ekspedicije Žanu Balmatu, koji su pronašli put do vrha planine i osvojili ga 8. VIII 1786. U razvoju alpinizma postojala su dva perioda: klasični (raniji) i moderni (tehnički). Prvi karakteriše slobodno penjanje na velike vrhove bez tehničkih alata uz pomoć vodiča, i obuhvatao je period do Prvog svetskog rata. Drugi period (moderni) obuhvata razdoblje posle Prvog svetskog rata. Izazov ove druge vrste alpinizma je u osvajanju najnepristupačnijih glatkih stena i pukotina na putu do najviših vrhova sveta, uz pomoć tehničkih pomagala (konopci, lestve, mnoštvo klinova). A dalja etapa u razvoju alpinizma je zimski alpinizam, koji obiluje sa bezbroj problema i nepoznanica. U periodu od 1945-1960, sve više se usavršava alpinistička tehnika i



Alpinistička oprema iz XIX i XXI veka

oprema, pa je tada alpinizam doživeo i svoj veliki uspon, tako da se osvajaju i najveći alpinistički izazovi: *severna nepristupačna stena Šmida, Materhorna, Sim Grand, Bernski Alpi, Grand Žoras, Maunt Elijas, Maunt Mekinli, Maunt Sarimento, tri vrha na Kilimandžaru, Andi, 11 vrhova Himalaja (preko 8000 m), sa najvećim izazovom alpinizma – Maunt Everest (8848 m), Demavend (u Iranu), Elbrus na Kakvazu itd.* U 1928. godini osnovana je UIAA (Union Internationale des Associations d'Alpinisme) ili Međunarodna unija alpinista. Da bi se alpinista mogao baviti tom zanimljivom, uzbudljivom i opasnom granom sporta, pre svakog uspona potrebna je priprema u vidu izučavanja razne stručne literature, informativnih razgovora, ili se bazirati na dosadašnjem stečenom iskustvu. Zatim, treba uzeti u obzir kondiciju planinara-alpiniste, karakteristike terena, realne opasnosti, tehničku opremu, kao i proučavanje stena za penjanje pomoću ranijih fotografija, šema i crteža, a razgovori sa stanovništvom u blizini lociranog područ-

ja penjanja – veoma su važni. Sve osobe (alpinisti), pre penjanja moraju da se upišu u knjigu planinarskog doma, da saopšte prijateljima vlastite namere itd. Svako penjanje (uspon) sastoji se od tri etape: pristupa planini ili steni, ulaza i uspona po steni i silaska s vrha. Pristup



Gornja slika: Alpinistički šatori, u blizini „zone smrti“ na Himalajskom gorju. Donja slika: alpinistkinja reprezentacije Srbije Dragana Rajblović, pri osvajanju Mont Everesta (snimak iz 2013. godine).

steni se vrši najlakšim putem do nje, usponi se izvode po reljefnim oblicima stene: grebenima, žljebovima, rebrima itd. Silazak se po mogućstvu vrši najlakšim delom stene. Neoznačeni deo stene koji je jednom već „osvojen“, stručno se zove *penjački smer* (penjački uspon ili put), a postoje i direktni smerovi, varijante i prečice (traverze). Pored svih tih osnovnih elemenata, potrebno se pripremiti i za *alpinističku teškoću penjačkog smera, alpinističke treninge, aklimatizaciju (prilagođavanje organizma alpiniste za ogromne napore i velike visine), moralne i ljudske kvalitete čoveka-alpiniste* itd. Neophodna oprema koju alpinisti nose sa sobom, veoma je važna, jer od nje zavisi uspeh do uspona na vrh planine, prelazak stene, kao i kompletan uspeh ekspedicije. Cela penjačka oprema je u kompletu i ona sadrži: *penjačko uže* raznih debljina i dužina, *klinovi* za zabijanje u pukotine, *kladivo* za zabijanje klinova, *penjačke lestvice* za upotrebu gde nema prirodnog hvatišta, *capin (cepin)*, kao i sav pomoćni alat za penjanje po strmim ili zaleđenim padinama ili za zabijanje klinova u led, zatim *dereze,* kao specijalna obuća sa klinovima, obavezan je *šlem* za zaštitu glave alpiniste. Takođe u opremu spada i *penjački pojas*, kao i mnogobrojna dodatna oprema: *kočnice, skidač užeta, „fifi“ kuka, sedaljke, nosač klinova, lavinsko uže, šator, naprtnjača, plinski rešo i pribor za osvetljenje*. Lična oprema se sastoji od: *odeće, obuće, pribora za ličnu higijenu, za prvu pomoć, za pisanje, šivenje, šibice, sveće, zamke, boce sa kiseonikom, signalne rakete*. Penjanja postoje: na suvoj steni, i na ledu i snegu, a kao dodatak alpinizmu je i visokogorsko skijanje. U penjanju do Mont Everesta postoji nekoliko etapa (sektora) i „zona smrti“, u kojoj se mora sići s vrha u roku od 600 minuta, toliki je kapacitet boca za kiseonik. Početkom XX veka, alpinisti sa prostora Kraljevine Srbije i jugoslovenskih zemalja ostavili su upečatljiv trag: *Stanko Aleksić, Jeremija Ukropina, dr Raško Dimitrijević, Zvonimir Blažina, Igor Čenčić, Dobrivoje Gaćeša, inž. Živojin Gradišić, Velibor Stanišić, Aca Đorić, Žika Hetlerović i drugi.*



ALPINISTI SRBIJE – OSVAJAČI MONT EVERESTA

Gornji red sleva: Dragan Jačimović (2000), Iso Planić (2005), Dragan Petrić (2007). Srednji red: Ilija Andrejić (2007), Basar Čarovac (2007), Petar Pećanac (2007). Donji red, sleva: Miloš Ivačković 2007), dr Dragan Čeliković (2010), Dragana Rajblović (osvojila Mont Everest 2007, 2013. godine).

Dobitnik Spartakove nagrade za 2007. godinu je prof. geografije Iso Planić iz Subotice. Među najpoznatije alpiniste iz Republike Srbije ubrajaju se i: *Predrag Zagorac, Pavle Milošević (poginuo), Milivoj Erdeljan, Zoran Miletić (poginuo), Goran Femić, Dren Mandić (poginuo), Miloš Ivačković, Miodrag Jovović, Goran Ferlan, Andor Luhović, Zoran Stepanović, Marko Nikolić, Kristuna Ađanin i drugi, koji su osvojili Himalaje. Treba napomenuti da je Basar Čarovac (član PD „Sandžak" iz Novog Pazara), osvajač 7 najviših vrhova sveta na 7 kontinenata.* Kao srodna disciplina penjačkom alpinizmu, veoma je popularno slobodno penjanje (free climbing). *To je vrsta penjanja po stenama nastala iz alpinizma, ali obuhvata penjanje bez opreme uz jedino dodatnu opremu, a to su patike „penjačice" od tvrde gume, uz*





Sleva: stena iz Groningena i svetski prvaci Adam Ondra i Staša Gejo

sigurnosnu opremu za zaštitu od pada. U ovoj vrsti sporta, nije imperativ što višlja stena, već da uspon bude što teži od 5-30 metara, pa u slobodnom penjanju postoje 3 discipline: boldering (po malim stenama), sportsko penjanje (stene od 10-30 m) i brzinsko penjanje, a penje se na prirodne ili veštačke stene (otvorene i zatvorene). Najveća veštačka stena za penjanje visine je 35 m, a nalazi se u Groningenu u Holandiji. Savremeni svetski rekord penjanja na 15 metara iznosi 6.26 sekundi. Najpoznatiji svetski rekorder je Adam Ondra iz Brna u Češkoj, rođ. 1993, a iz Srbije Staša Gejo iz Niša (rođ. 1997). Poznatije veštačke stene izgrađene su u: Beogradu, Novom Sadu, Boru i Nišu (zatvorenog i otvorenog tipa), pa su one veoma bitne za ovu noviju vrstu sporta.

ALJEHIN ALEKSANDAR ALEKSANDROVIČ (Moskva, 1892 – Estorijal, 1946), kao najpoznatiji šahist između dva rata i višestruki prvak sveta u periodu 1927-1935. godine i od 1937. do kraja života. Bio je doktor pravnih nauka (Pariz) i autor vrsnih knjiga o šahu.

AMATERIZAM, franc. amateurisme (ljubiteljstvo), delovanje prema nekom zanimanju ili poslu, ali ne radi zarade (slikarstvo, muzika, fotografija, sport). *Prvi propisi o amaterizmu doneseni su svi na Međunarodnom atletskom kongresu u Parizu (Sorbona, 16-24. VI 1894. godine).*

AMERIČKI FUDBAL (engl. american football), sportska igra loptom između dve ekipe sa po 11 igrača. Pravougaono igralište podeljeno je linijama na 20 polja ili zona. Na krajevima svake strane igrališta je, između linije gola i krajnje linije završna zona. A u sredini poprečne linije igrališta je gol. Igrači, sa štitnicima za potkolenice, bedra, rame-




na i rebra, nose metalnu kacigu sa štitnikom za lice. Igra traje 60 minuta i to 4x15 minuta, sa odmorima između prve i druge, a treće i četvrte četvrtine po 1 minut, dok odmor između druge i treće četvrtine traje 15 minuta. Utakmica počinje udarcem lopte iza 32-metarske linije, i tada protivnički igrači iza linije završne zone nastoje uhvatiti loptu rukom i, noseći je u trku prema protivničkoj završnoj zoni osvojiti što više prostora. Lopta se dodaje rukama i nogama u svim smerovima. A igrača koji nosi loptu protivnički igrači zaustavljaju i obaraju ga na tlo, dok ga njegovi članovi ekipe brane blokadama. Na istom mestu na kome je igrač u prodoru oboren, njegova ekipa ima pravo pono-

vo započeti akciju tzv. *scrimmagea*. Ako ekipa koja je u posedu lopte iz 4 puta ne uspe da pređe najmanje dve zone, gubi loptu, pa igru preuzima protivnička ekipa, međutim ako pređe dve zone, ima pravo na nova četiri *scrimmagea*. Lopta je jajolikog oblika kao za ragbi.

AMFITEATAR, videti pod „arena".

ANATOMIJA (grč.), rezanjem rastavljati, rasecati u delove, grana biologije koja proučava građu i oblik tela svih živih bića. Anatomija čoveka ima više sistemskih i specijalizovanih grana: sistematska anatomija, mikroskopska anatomija, topografska anatomija, plastična anatomija, funkcionalna anatomija. Sistematska anatomija opisuje organske sisteme kojih je deset: 1) koštani sistem, 2) sistem zglobova i veza, 3) mišićni sistem, 4) sistem organa za varenje, 5) sistem organa za disanje, 6) sistem mokraćnih i polnih organa, 7) sistem krvnih sudova, 8) nervni sistem, 9) organi osećaja i kože, 10) sistem endokrinih žlezda. Ono što se ne vidi golim okom to obrađuje mikroskopska anatomija. Topografska anatomija opisuje položaj kao i međusobni odnos organa bez obzira na njihovu pripadnost određenom organskom sistemu. Plastičnu anatomiju moraju naročito poznavati slikari i vajari. Funkcionalna anatomija proučava promene pri pokretu tela ili pri radu organa u različitim uslovima ili u različitom životnom dobu itd. Funkcionalna anatomija, kao važan predmet se proučava na medicinskim fakultetima i fakultetima za sport i fizičko vaspitanje.

ANDERSEN ADOLF, nemački šahovski velemajstor (Breslau, 1818-1879) i najistaknutiji šahista na početku druge polovine XIX veka, prvi je pobednik u istoriji šaha na međunarodnom turniru u Londonu (1851.). Taj primat je držao celih 15 godina, sve do 1866. dok ga nije pobedio V. Štajnic. Šahista Andersen je bio predstavnik kombinatoričke šahovske škole – šahovskog romantizma.

ANDERSON PAUL (1939), američki reprezentativac u dizanju tegova, pobednik na Svetskom prvenstvu 1955. i na OI (Melburn, Stokholm-1956) u teškoj kategoriji. Bio je prvi dizač tegova u svetu koji je podigao u triatlonu više od 500 kg (512,5 kg).

ANDI (KORDILJERI), venci visokih planina na zapadu Severne Amerike, koji se preko Srednje Amerike nastavljaju u Ande Južne Amerike, dužine 15.500 km. Najveći vrh Anda je *Akonkagva* sa 6.958 metara visine (u Argentini).

ANDREADIS IVAN (u Pragu, 1924 - 1992), reprezentativac Čehoslovačke u stonom tenisu. Osvajač 27 medalja na SP (9 zlatnih, 10 srebro i 8 bronzanih).

ANDRIJANOV NIKOLAJ (rođen u Vladimiru, 1952), sovjetski reprezentativac u sportskoj gimnastici, bio je član Burevestnika i zaslužni majstor sporta u SSSR. Na OI 1976. bio je prvi u višeboju pojedinačno, u vežbi na tlu, na karikama i preskoku konja, svetski šampion 1974. (u vežbama na karikama), bivši šampion Evrope 1971. (vežbe na konju s hvataljkama i u preskoku konja), a 1973. (vežbe na tlu i u preskoku konja).

ANTROPOMOTORIKA, osnova je struke u oblasti fizičke kulture. Termin antropomotorika potiče od dve reči i to (grč.) antropos=čovek i (lat.) motorius, motor=pokret, kretanje. Dakle, antropomotorika izučava pokret odn. kretanje u čitavoj njegovoj kompleksnosti i antropomotorika se bavi izučavanjem faktora od kojih zavisi pokret tj. bavi se i motoričkim funkcionisanjem. Antropomotoričko funkcionisanje uslovljeno je brojnim faktorima (kako unutrašnjim tako i spoljašnjim) i kao takvo, varijabilnog je karaktera. A termin antropomotorika novijeg je datuma i od skoro se primenjuje u stručnoj terminologiji,

a za antropomotoriku postoji više naziva: opšte fizičko obrazovanje, opšta fizička priprema, fizička priprema, psihomotorika, osnovi psihomotorike, osnovi motorike čoveka, biomotorika, osnovi kinezioloških transformacija. Antropomotorika u sportu ima veoma veliki značaj i osnovu trenažnog procesa.

ARENA (lat. pesak), u antičkim periodima peskom posuto borilište ili igralište u sredini stadiona, cirkusa ili amfiteatra, a danas se arenom nazivaju izgrađena mesta gde se održavaju razna takmičenja, pa tako postoji i Beogradska arena, velelepna građevina za održavanje raznih sportskih manifestacija, smeštena na Novom Beogradu. Međutim, kada se govori o areni iz antičkog perioda, takva građevina je imala izdužen elipsasti oblik i služila je za atletska takmičenja (prvenstveno za trčanje), za gladijatorske borbe i dr. Antičke arene su građene tako da se uzdužno, po njenoj sredini, diže oniži zid, na kome se nalaze različite arhitektonske nadogradnje i ukrasi (kipovi i fontane, obelisci, stubovi, edikule), a krajevi im se završavaju zaglavcima (metae). Uokolo onižeg zida održavale su se trke (ludi circenses) ratnih dvokolica sa dvopregom (bigae) ili s četvoropregom (quadrigae). U cirku (cirkusu) su se priređivale gladijatorske igre, hajke na divlje zveri i borbe s bikovima. Od kraja XVIII veka cirkuska arena naziva se manež (franc. manege, jahaonica). U modernom cirkusu manež je okrugao ili eliptičan. U rimskom amfiteatru arena je slobodan, eliptičan prostor smešten u samoj sredini građevine. Isprva je drvena, kasnije uklesana u kameno tlo, ili najčešće, zidana. Neke su izgrađivane poput bazena, pa su se mogle napuniti vodom. Neke su arene bile pokretne (nivo im se po potrebi dizao i spuštao). Radi bolje zaštite svih gledalaca, prvenstveno od zveri, oko arene dizao se zid visine od 2-4 m, a radi još bolje sigurnosti, ispred njega je bio i jarak sa vodom. Zaštitni zid su često ukrašavali prizori (freske, mozaici) slične onima koji su se događali u areni. Ispod arene su se nalazile prostorije za gladijatore, kavezi sa divljim životinjama i mnogi rekviziti potrebni za



RIMSKI KOLOSEUM (SA ARENOM ZA BORBE)
Najveći koloseum u Rimskom Carstvu, izgrađen 75-80. godine nove ere, sa 55 redova za 50.000 gledalaca i 80 izlaza. Sačuvan i danas.

organizovanje priredbi. U amfiteatarskim arenama priređivale su se i scenske predstave. U srednjem veku arene su se nazivale rimski amfiteatri u celini, tako da je poneki od njih takav naziv sačuvao do današnjih dana (npr. amfiteatri u Arlu, Nimu, Veroni, kao i Puli). Kasnije, i u naše doba, arenama se nazivaju različite građevine, katkad provizorne konstrukcije, na slobodnom i otvorenom prostoru, namenjene raznovrsnim javnim priredbama i spektaklima (npr. sportska takmičenja, pozorišne i filmske predstave, koncerti, cirkuske i druge priredbe). Npr. u Španiji, gde su sve arene građene nalik na rimske amfiteatre, u kojima se već vekovima održavaju borbe s bikovima ili nacionalne španske koride.

ARMWRESTLING (engl. arm-ruka, wrestling-hvatanje, pritiskanje), sportsko takmičenje, vrsta sporta koji vodi poreklo od antičkog doba. Sportsko takmičenje u obaranju ruke protivniku (krbanje). Takmičari se nadmeću za stolom priljubljenih dlanova, povezanim kožnim ili platnenim trakama, dok se sa strane

stola drže slobodnom rukom za rukohvate, uz koje su smešteni jastučići levi i desni (crvene i plave boje), na koji svaki takmičar nastoji pritisnuti protivnikovu šaku – pregibanjem njegove ruke. Takmičenje se odvija do 6 rundi, a takmičari su podeljeni u kategorije *levom ili desnom rukom,* 81-130 kg. Sudija koji sudi meč ima na sebi crno-belu prugastu ma-



jicu. Poznat je savez USAF (United States Armwrestling Federation), i (World of Armwrestling). Višestruki svetski šampion, EP i olimpijski šampion je Rus *Aleksej Voevoda* (1980) na slikama.

ASHI, neposredni i pripremni položaj za izvođenje geri-waza, nožne tehnike.

ASHI-BARAI, tehnika čišćenja, odnosno izbacivanja protivnika iz ravnoteže. Izvodi se sa obe noge. Tehnika je veoma efikasna u trenucima destabilizaje protivnika (judo, karate, jiu-jitsu).

ASHI-BARAI-WAZA, tehnika čišćenja nogom (prim. u karateu, judou itd.).



Ashi-barai-waza
Izvođenje nožne judo tehnike ashi-barai, ili desno judo čišćenje.

U sportskoj borbi, momenat za napad je kada uke (desni) pokuša napraviti iskorak svojom levom nogom, tada tori (levi borac), svojim stopalom desne noge počisti ukeovu levu nogu, nisko uz stopalo.

ASHI-KAKATO-GERI, udarac prednjom nogom, gde je udarna površina peta (leve ili desne noge karatiste).

ASHI-MAE-GERI, udarac koji se izvodi prednjom nogom (u karateu, fulkontaktu, tekvondou, kik-boksu itd).

ASTILOS, slavni grčki atleta iz Krotona, dobitnik sedam olimpijskih medalja i pobedničkih venaca, šampion na 73, 74, i 75. Olimpijadi (488-480 g.p.n.e.), u trčanju (na 192,27 m) bez oružja, kao i u trčanju sa antičkim oružjem.

ATLETIKA, prema grčkoj terminologiji veština svojstvena atletama u njihovom međusobnom takmičenju. Atletika je sportska grana koja obuhvata određene telesne vežbe: hodanje, trčanje, skokove, bacanja i njihove kombinacije u obliku atletskih višeboja (troboj, petoboj, desetoboj). Vremenom se atletika podelila na laku i tešku. Pod lakom se podrazumevaju prirodne kretnje čoveka, dok se pod teškom atletikom podrazumevaju sportske grane koje zahtevaju izrazitiju snagu – rvanje ili dizanje tegova. Atletika spada u jednu od najrašire-nijih sportskih grana. Počeci atletike se vežu za prvobitne ljudske zajednice ili mlađi paleolit. Atletika je i jedna od



najraširenijih sportskih grana. Atletskim vežbama stiče se fizička snaga, izdržljivost, brzina i okretnost, a učvršćuju takva svojstva volje kao što su hrabrost, odlučnost i dr. Bavljenje atletikom je neophodna osnova za visoka individualna sportska dostignuća i u mnogim drugim granama sporta. Razvoj atletike u svetu povezan je sa njenim počecima.

Ona se, kao opšta telesna kultura, pojavila onda kada je razvoj primitivih ljudskih kultura dostigao određeni nivo, a smatra se da je to bilo u mlađem paleolitiku. Kod tadašnjih ljudi su se za vreme rada, koji su obavljali kolektivno, učvršćivale i razvijale navike u hodanju, trčanju, skokovima, bacanjima i sl. Te navike sledili su za njima najmlađi



Gore sleva: trkači antičke Grčke, gore desno: trkači Dolihosa, donje slike: antički sportisti trkači – atletičari maratonci.

članovi zajednice i tako se pripremali za životne napore koji su stizali. U igrama, za koje su često vezana i takmičenja, sudelovali su svi članovi rada, one su bile ne samo sredstvo radnog, nego i telesnog vaspitanja. Drevni paleolitski nalazi prikazuju na crtežima npr. lovca kako trči, skače, pleše, baca, pri čemu upotrebljava pored raznovrsnih oruđa, koplje s kamenom oštricom ili bez nje, palice, bumerange itd. Tako se počela razvijati određena tematika igara u kojima se počinju upotrebljavati predmeti napravljeni upravo za igre koji više i nisu oruđa za rad, biraju se i označavaju posebne površine za igre i takmičenja. Sve je to vodilo neposredno formiranju jedne samostalne grane društvene delatnosti ljudi – telesne kulture. U završnoj fazi razvoja prvobitne zajednice, pri njenom prelasku u tzv. vojnu demokratiju takmičenja dobijaju na važnosti kao podesna priprema za vojničku borbu. Te borbe bejahu između stočarskih grupa za posede i krda, za pasišta i lovišta do borbe za bolje prirodne terene. Tada dolazi period prve društvene podele rada, do odvajanja stočarstva od zemljoradnje, odvajanja zanatstva od zemljoradnje, do razmene proizvoda i do trgovine, do razlika u posedu i bogatstvu, bili su stvoreni uslovi za nastavak robovlasničkog društva. Robovlasničko društvo nastalo je u razno doba u starom Orijentu, Aziji, antičkoj Grčkoj i u



Pehar Mišela Brela pobedniku maratonske trke na Olimpijadi (Atina, 1896)



Prve moderne Olimpijske igre održane su u Atini pred 60.000 gledalaca, i pred grčkim kraljem Đorđem, uz himnu grčkog kompozitora Spiridona Samarisa. Prvi olimpijski pehar (Mišela Brela) osvojio je takmičar i grčki seljak Spiridon Luis, koji je pobedio u trci maratona.

Rimu. Na bazi robovskog rada razvila se i cvetala materijalna i duhovna kultura antičkog sveta, tj. i telesna kultura. U tome kao primer služi antička Grčka, koja se sastojala od malih robovlasničkih gradova, odnosno država, među kojima su se isticale Atina i Sparta. U Atini se krajem VI veka p.n.e. razvila robovlasnička demokratija, a njen najviši kulturni uspon događa se u V veku p.n.e. Tada se veoma razvija vojničko telesno vežbanje i vojna demokratija, pa se stvaraju gimnazije, škole za slavne i decu gornjih društvenih slojeva, gde je kao glavni cilj postavljena kalokagatija (grč. telesno snažan i dobro građen, karakterno vredan i uman), spoj telesnog

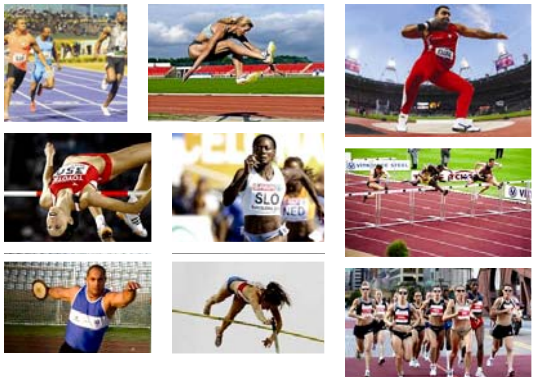
vaspitanja sa intelektualnim i moralnim vaspitanjem. Odvijala su se takmičenja i borbe, počevši od svakodnevnih takmičenja prilikom vežbanja, pa do velikih takmičenja i javnih igara, a najznačajnije i najpostojanije među igrama u staroj Grčkoj bile su – Olimpijske igre. Na njihovom rasporedu najpre su se pojavila trčanja u dužini od 187-192,27 m ili jednog stadija, da bi 724. godine p.n.e. bilo uvedeno takmičenje u dva stadija, pa bi se trčanje odvijalo na razdaljini i od 760 m. Na XV Olimpijskim igrama uvedeno je istrajno trčanje u dužini od čak 24 stadija ili oko 46 km. Petoboj je uveden 708. god. p. n. e. na XIII Olimpijskim igrama, a sastojao se od trčanja jednog stadija, skoka udalj, bacanja diska, bacanja koplja i rvanja. Od 632. godine (p.n.e) do perioda nove ere uvedena su takmičenja omladinaca u trčanju na pola stadija, skoku udalj i bacanja diska. Feudalni period je bio poznat po „viteškom vaspitanju“, kada su negovali vežbanje raznim vrstama oružja i nadmetali se između sebe na borilačkim turnirima: borba na konjima sa zatupljenim kopljima, borbe s mačevima, gađanje iz luka strelom ili samostrelom u mete itd. U XIV veku stigao je period humanizma i renesanse, vreme naučnika, slikara, pisaca, vajara, konstruktora itd. Predstavnici humanizma su uočili i veliku prednost grčke gimnastike i opšte telesne kulture srarih Grka i popularisali su ih u obrazovanim krugovima kao i nizom objavljenih dela. Sredinom XVII veka radikalno je smenjeno feudalno društveno uređenje, koje je ustupilo mesto buržoaskom društvu u kome su se počele razvijati napredne pedagoške ideje, sa obnavljanjem brige za telesno vežbanje, kome treba da posluže gimnastika i atletika. Jedna od najpoznatijih škola za sve sistemske telesne vežbe bila je pod imenom Philanthropinum čiji je glavni direktor bio nemački filantropista J. B. Basedov (1724-1790), u čijoj su se školi obavljale telesne vežbe, a među njima i vežbe u atletici, pod vođstvom redovnih nastavnika. Atletika u Velikoj Britaniji razvijala se u nekoliko faza, a jedna od najpoznatijih je bila pod nazivom patronizirani sport (školski univerzalni sport i građanski sport), koji je bio i najrazvijeniji oko 1820. godine, mada se atletika u engleskim školama pojavljuje relativno rano (1812), da bi do 1840. godine ona bila zastupljena na svim univerzitetima, ali se kroz to školovanje razvijala samo amaterska atletika. U 1844. godini održa-

ATLETIKA – PETOBOJ



Discipline u petoboju*:* 1. bacanje kugle, 2. skok uvis, 3. trčanje na 200 m, 4. trčanje na 100 m preko prepona, 5. skok udalj.

ATLETIKA – DESETOBOJ



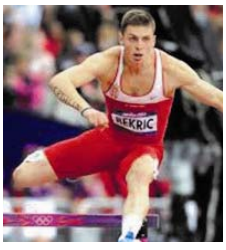
1. trke na 100 m, 2. skok udalj, 3. bacanje kugle, 4. skok uvis, 5. trke na 200 m, 6. trke preko prepona, 7. bacanje diska, 8. skok motkom, 9. trke maratona, 10. bacanje koplja.



no je prvo atletsko takmičenje na univerzitetu u Dablinu, a prvo atletsko takmičenje u modernom smislu priredio je oksfordski koledž Egzeter. Prvo takmičenje u zatvorenom prostoru (Građanski sport) održano je 1863. Svršeni

studenti atletičari osnovali su 1865. godine Amaterski atletski klub, a prvo nacionalno takmičenje u atletici održano je u Londonu (1866), i od tada počinje nagli razvoj atletike u Velikoj Britaniji. U SAD atletika kao sportska grana pojavljuje se oko 1825, a u Kanadi 1861. g. Na razvoj atletike uticale su u velikoj meri i moderne OI počev od 1896. One su u stvari značile za atletiku prvenstvo sveta, što će kasnije biti potvrđeno statutom IAAF Međunarodnog amaterskog atletskog saveza osnovanog 1912. Što se tiče Carske Rusije, atletika se tamo razvijala veoma sporo, ali će značajan napredak doživeti celokupnim razvojem fizičke kulture, koji će intenzivno početi posle 1920. godine. Razvoj atletike kod jugoslovenskih naroda vezan je za duboku tradiciju u mnogim krajevima gde su oni živeli. Organizovane forme atletike susreću se negde pre, a negde kasnije u XIX veku (videti „Sokolstvo“). Atletičari iz SFRJ i Srbije: *Vera Nikolić*, *Franjo Mihalić, Danijel Korica*, *Nenad Stekić, Olivera Jevtić, Predrag Filipović, Nenad Filipović, Aleksandar Raković, Luka Rujević, Dragutin Topić, Dragana Tomašević, Biljana Topić, Mihail Dudaš, Tatjana Jelača, Ivana Španović, Amela Terzić, Armin Sinančević, Asmir Kolašinac i Emir Bekrić (donje fotografije).*





ATP LISTA (engl. Association of Tennis Professionals), *Svetsko udruženje teniskih profesionalaca*, osnovano 1972. godine (sedište u Dalasu, SAD). *ATP lista bazira se na poenima koji se računaju tokom poslednje 52 nedelje sa 18 turnira – četiri grend slema, devet turnira Masters serije i najboljih 5 rezultata sa ostalih međunarodnih turnira.*

ATP-KUP, svetsko prvenstvo u tenisu, koje je premijerno održano u Sidneju, 2020. godine. Pokretač ovog svetskog timskog takmičenja između muških reprezentacija zemalja, inicirao je *Kris Kermod iz Engleske*, preminuli predsednik asocijacije teniskih profesionalaca. Na ATP-kupu učestvuju 24 reprezentacije. Da bi se neka zemlja takmičila, mora imati najmanje 3 tenisera sa ATP liste i od toga 2 u singlu. ATP-kupovi se održavaju u tri australijska grada: Brizbejnu, Pertu i Sidneju. Teniska reprezentacija Srbije šampion je na ATP-kupu za 2020. godinu, a u reprezentaciji su nastupali: *Novak Đoković, Viktor Troicki, Dušan Lajović, Nikola Milojević i Nikola Čačić.*

AUTODROM (grčki), označava samostalno trkalište, specijalna staza za automobilske trke ili, izuzetno, spojene saobraćajnice autoputa na kome se održavaju i trke u krugu. U poslednje vreme autodrom služi i za testiranje novih automobila. Pravolinijski delovi asfaltirane ili betonirane staze (piste) spojeni su sa konkavnim krivinama do 45° nagiba radi kompenzacije centrifugalne sile, što omogućava razvijanje najvećih brzina.

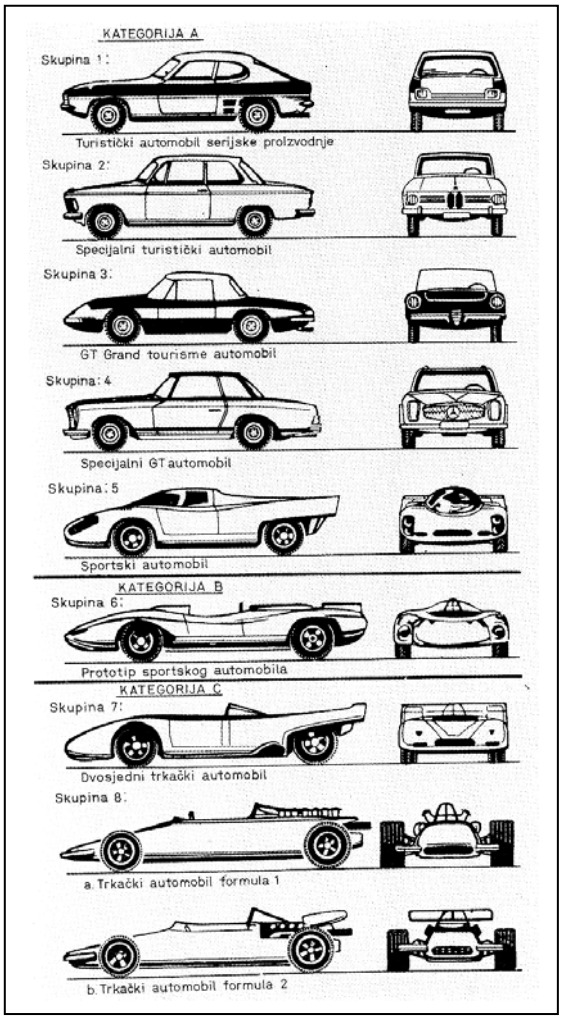




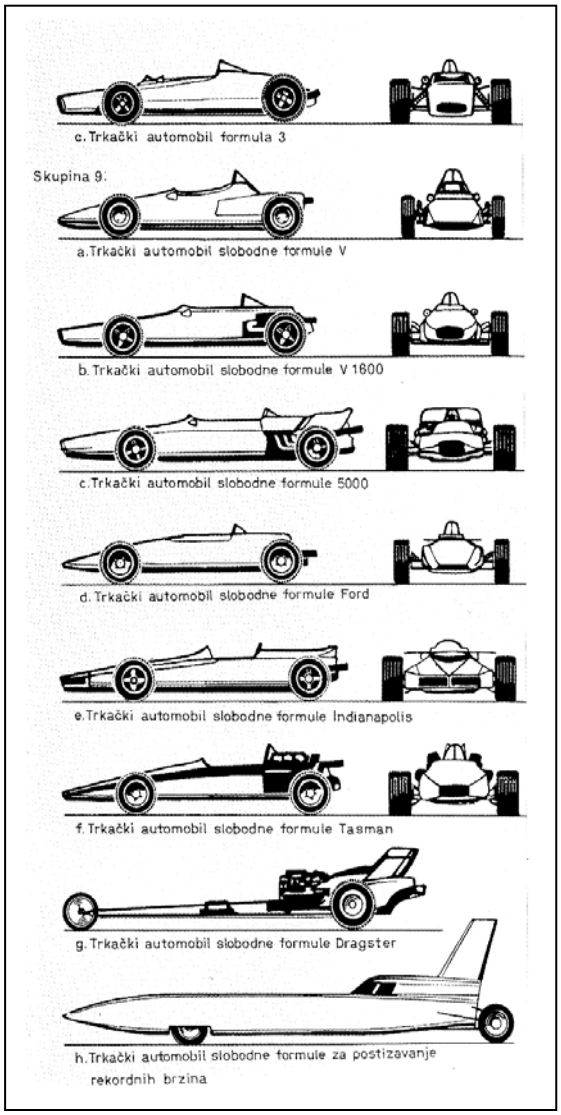
Sleva: autodrom Vatkins Glen (Njujork), desno: Monte Karlo

AUTOMOBILIZAM, sportska grana koja obuhvata razna takmičenja u vožnji trkačkim, sportskim i turističkim automobilima na specijalnim stazama koje se nazivaju autodromi, zatim autoputevima, aerodromima, autostradama, kružnim i brdskim putevima. Prva automobilska trka na svetu održana je u Francuskoj, na stazi Pariz-Ruan (126 km), 22. jula 1894. Trku je organizovao Pjer

Žifar, urednik lista Peti žurnal, a na to ga je tad podstaklo pojavljivanje prvog automobila Armana Pežoa 1891. godine, s kolima na petrolejski pogon i sa motorom Gotliba Dajmlera. Dakle, od 1891. godine, pa sve do danas automobilizam je imao svoju ekspanziju, a naročito veliki udeo u popularizaciji doprinosile su organizacije auto-trka koje su se održavale širom sveta. Što se tiče vrste takmičenja, postoji kao prvo reli-takmičenje koje se održava na dugim rastojanjima na javnim putevima, a u vezi sa tim su u rasporedu još i takmičenja u vožnji brdskim, terenskim ili kružnim stazama sa vozilima iz grupe 1-6.



Prvo reli-takmičenje održano je 1911. u Monte Karlu. Prvo evropsko reli-prvenstvo održano je 1953. Najpoznatija reli-takmičenja su: Monte Karlo, Alpski kup 1000 jezera u Finskoj i Istočnoafrički safari. Takođe postoji i automobilski slalom (proveravanje spretnosti vožnje vozilom na tvrdoj stazi), zatim automobilski kros (vožnja automobilima stazama sa prirodnim i veštačkim preprekama), karting (tamičenje sa jednostavnim i malim vozilima bez karoserije ili trka malolitražnih automobilčića bez menjača sa motorom od 100 do 250 ccm), a prvi karting-automobil izrađen je u Indijanopolisu (SAD) 1957. godine, i tada



je iskorišćen motor kosilice za travu, jednostavni ram cevaste konstrukcije i staro sedište od klasičnog automobila. Prema odredbama Međunarodnog sportskog pravilnika FIA, automobili za takmičenja raspoređeni su u 3 kategorije (A, B i C), 9 grupa i 13 razreda, po prikazu na gornjim slikama levo i desno.

Svi poznati svetski šampioni Formule 1, od 1950-2021. godine bili su: *1950. Đ. Farina, 1951. H. M. Fanđo, 1952, 1953. A. Askari, 1954, 1955, 1956, 1957. H. M. Fanđo, 1958. M. Hotori, 1959, 1960. Dž. Braman, 1961. V. Hil, 1962. G. Hil, 1963. Dž. Klark, 1964. Dž. Sertiz, 1965. Dž. Klark, 1966. Dž. Brabam, 1967. D. Hjum, 1968. G. Hil, 1969. Dž. Stjuart, 1970. J. Rint, 1971. Dž. Stjuart, 1972. E. Fitipaldi, 1973. Dž. Stjuart, 1974. E. Fitipaldi, 1975. N. Lauda, 1976. Dž. Hant, 1977. N. Lauda, 1978. M. Andreti, 1979. Dž. Šekter, 1980. A. Džouns, 1981. N. Pike, 1982. K. Rozberg, 1983. N. Pike, 1984. N. Lauda, 1985, 1986. A. Prost, 1987. N. Pike, 1988. A. Sena, 1989. A. Prost, 1990, 1991. A. Sena, 1992. N. Mensel, 1993. A. Prost, 1994, 1995. A. Šumaher, 1996. D. Hil, 1997. Ž. Vilnev, 1998, 1999. M. Hakinen, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004. M. Šumaher, 2005, 2006. F. Alonso, 2007. K. Raikonen, 2008. L. Hamilton, 2009. Dž. Baton, 2010, 2011, S. Fetel, 2012. L. Hamilton, 2013. S. Fetel, 2014, 2015. L. Hamilton, 2016. N. Rozberg, 2017. F. Alonso, 2018, 2019. L. Hamilton, 2020. Luis Hamilton.* <u>*Nova pravila za vozače Formule 1:*</u> *trke su ograničene do 4 sata bez „sečenja" krivina, ukidanje 3. vozača za timove ispod 4. mesta, trajanje poslednjeg 20-minutnog dela trke skraćeno na 5 minuta.* Predsednik FIA je Žan Tod.







Asovi Formule 1 Gornje slike: svetski prvak iz 2010/2011. **Sebastijan Fetel**, a dole sleva: **Alonso**, **Baton** i **Hamilton**

B

BACANJA, sve tehnike u judou i jujutsu (Nage waza*). U zavisnosti od dela tela koji dominira pri razmeni energije između torija i ukea, razlikuju se četiri vrste judo bacanja: nožna, bočna, ručna i požrtvovana bacanja. Pored navedenih tehnika u ovu grupu spadaju protivbacanja (Kaechi-waza). Napomena: u tehnici bacanja učestvuju mnogi delovi tela.*

BACANJE POTKOVICE (engl. horseshoepitching), sportska igra u kojoj igrač nastoji da iz određene udaljenosti nabaci potkovicu na fiksirani kolčić, ili da je što bliže dobaci u njegovu blizinu. U ovoj igri mogu da učestvuju dva ili četiri takmičara. Poreklo ove zanimljive igre je od Parsa starog iranskog naroda, od kojeg su Rimljani naučili potkivati konje, a od njih su preuzeli igru bacanja potkovice. Rimski legionari tu igru prenose u razne oblasti carstva, pa tako i u Britaniju, gde se odomaćila i održala u narodu u vidu bacanja metalnih kolutova, a kasnije su je britanski useljenici preneli u Severnu Ameriku pa i dalje na Zapad. *Prva pravila te igre su regulisana u Engleskoj 1869. godine, gde se propisuje da svaki takmičar (bacač) baca dva koluta, jedan za drugim na kolčiće čiji je razmak od 17,37 m. Zanimljivo je da su bacači u SAD, umesto bacanja kolutova masovno prelazili na bacanje potkovica, do kojih je bilo veoma lako*




doći (rančeri, stočari itd.). Kasnije se takmičenje modifikovalo: igralište je pravougaonik 18x3 m na kome se sa oba kraja nalazi kvadratno postolje sa stranicama 1,82 m, koje je 15,81 cm ukopano u zemlji i iz nje viri 2,53 cm, a stalno iznad tog postolja u sredini fiksiran je po jedan kolčić visine 50 cm, koji je gornjim delom (7,5 cm) nagnut ka bacačima. Svaki igrač raspolaže sa po dve potkovice i baca ih po 11 puta, a najviše se boduje nabačaj potkovice na kolčić (ringer 3 boda), dobačaj pored kolčića je 1 bod. Najpoznatiji svetski prvak bio je *Gaj Cimerman.*

BADMINTON, sportska igra slična tenisu, u kojoj se specijalna loptica s perima odbija reketom, preko mreže ka protivničkom polju. Ova zanimljiva igra veoma je drevna, o čemu svedoče pećinski crteži u Indiji, koji datiraju još pre dva milenijuma, zatim u Kini (didžian), koja je bila popularna naročito kod devojaka. Igru sa čudnovatom lopticom su poznavali Inke i Asteci. U Evropi su igru primenjivali predstavnici feudalne vlastele. Igra je preneta iz Indije 1873. godine u gradić Badminton, po čemu je igra i dobila moderno ime, a u Engleskoj je i osnovan prvi badmintonski klub u svetu, a nešto kasnije je



Na slikama: badminton XIX vek i XXI vek (desno), na donjim slikama (loptica: dimenzija mrežastog dela do okruglog vrha je 70 mm, a širina mrežastog dela je 64 mm, širina kuglastog vrha je 28 mm), dimenzija razapete mreže je širina 6,10 m, visina 1,55 m, dok je sama mreža za badminton visine 76 cm. Dole desno je reket.

održano i prvo neslužbeno prvenstvo sveta u badmintonu, što je doprinelo popularizaciji ovog sporta. Međunarodni savez za badminton osnovan je 5. VII 1934. u Londonu, a zvanično Svetsko prvenstvo je održano 1948. godine (prvenstvo igračica – Uber Cup), dok je evropski savez za badminton osnovan 1967, sa sedištem u gradu Cirihu. *Takmičenja u badmintonu se održavaju pojedinačno, u parovima i ekipno, uvek u dvorani. Pobeđuje par ili pojedinac koji prvi osvoji dva seta. Set za muškarce traje do 15 ili do 21, a za žene do 11 poena. Igrač koji prvi osvoji 13 ili 14 poena (odn. 19 ili 20 kada se igra do 21), ili igračica koja prva osvoji 9 ili 10 poena, može kod izjednačenja produžiti set do 18 kod 13:13 ili do 17 kod rezultata 14:14, odn. do 12 kod žena. U tom slučaju se u produžetku seta ne igra dok jedan igrač ne osvoji dva poena razlike, već set osvaja igrač koji prvi osvoji zadani broj poena, bez obzira na razliku, igrač koji je dobio žreb, počinje igru servisom iz desnog servisnog polja u dijagonalno servisno polje protivnika. Ako dobije poen, servis izvodi iz levog polja. Kad server pogreši, on ne gubi poen nego samo pravo na servis.*

BAHMAN LUDVIG (1856-1937), nemački šahista, veliki populizator šaha i njegov istoričar, jedan od najpoznatijih autora udžbenika iz sveta šaha. Najznačajnije delo mu je *Das Schachspiel undseine historische Entwicklung,* Lajpcig, 1924.

BAJKERI, vozači dograđenih motocikala, kojih postoje tri kategorije: bobber (bober), chopper (čoper), custom (kustom). Početak bajkerizma datira sredin-



Na slikama: ruski „Noćni vukovi" u Republici Srpskoj, 2021.

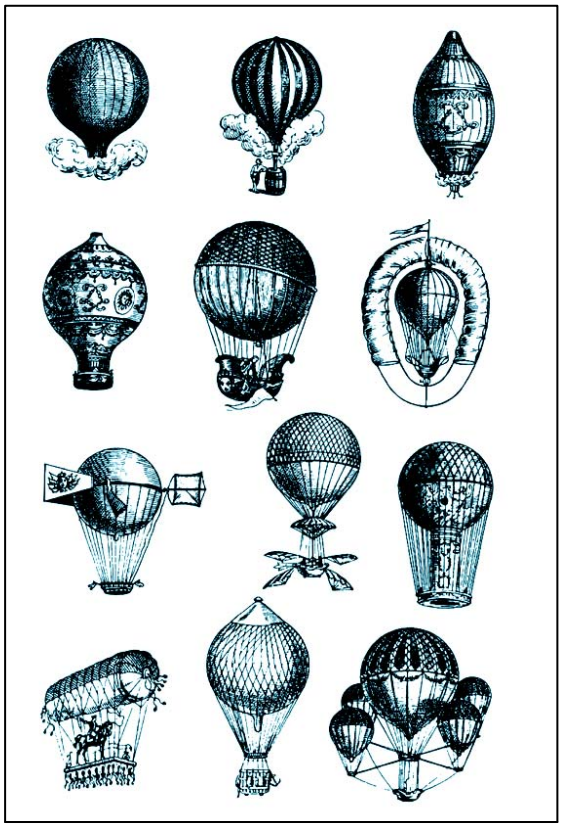
om 1947. godine iz grada Holistera u Kaliforniji (USA), a u čast nacionalnog praznika pod pokroviteljstvom *American Motorcyclist Association.* U svetu već postoji mnoštvo klubova bajkera, a među poznatijima su „Noćni vukovi" iz Rusije i Niša, sa bajkerom Goranom Jovanovićem Fonzom (prijateljem V. Putina).

BALANGRUD IVAN (1904-1969.), norveški reprezentativac u brzom klizanju. Bio je šampion sveta 1926, 1932, 1936, 1938; vicešampion 1928, 1929, 1930, 1935; treća mesta 1931, 1933, i 1934. Višestruki je prvak Evrope 1929, 1930, 1933, i 1936. Na Olimpijskim igrama osvojio je 4 zlatne olimpijske medalje: 1928 (5000 m), 1936 (500 m, 5000 m i 10 000 m); srebrne olimpijske medalje: 1932 (10 000 m), i 1936 (1500 m) kao i bronzanu: 1928. godine (na 1500 m).

BALAS JOLANDA, rumunska atletičarka (rođ. u Temišvaru, 1936), višestruka evropska šampionka u skoku uvis. Svetska rekorderka i olimpijska pobednica u periodu 1958-1962. godine.

BALKANIJADA, Balkanske igre, regionalno takmičenje u različitim sportskim granama između zemalja Balkanskog poluostrva, koje se redovno održavaju od 1929. godine. U 2011. godini organizator Balkanijade bila je Srbija, a takmičenje je održano u Ivanjici.

BALONSTVO (engl. ballooning), grana sportskog vazduhoplovstva koja obuhvata letenje balonima, aerostatima, tj. letelicama koje se aerostatički održavaju u vazduhu. Balon je vazduhoplov koji nema vlastitu motornu pokretačku snagu, a baloni se dele na one koji su napunjeni gasom i one koji su napunjeni toplim vazduhom. Slobodni baloni prepušteni su strujama i veštini njihovih pilota. Preteča balonstva je prvo dizanje u vazduhu Brazilca Bartolomea Lorenca di Guzmaua, 1709. Za njim su u inovacijama balonstva krenuli Francuzi i braća Žak i Žozef Mongolfije, 1783, a za njima i fizičar Žak Sesar (sa braćom Rober je konstruisao aerostat „Čarli"), i na visini od 3.500 m, preleteli 27 milja, da bi Žan Pjer Blanšar, u to vreme izveo prvi skok padobranom u svetu iz svog oštećenog balona i visoko u vazduhu, ali nažalost njihovu sreću nisu imali piloti balona Rozije i Romen, koji su tada izgoreli u zapaljenom balonu. Rekordi balonstva su: Andre Garnerin, koji je preleteo balonom 395 km, Bonplan i Humbold digli su se na visinu od 5875 m, a franc. fizičar Lukas dostiže visinu od 7020 m, a za njime se ređaju najhrabriji piloti balona: Degen, Grin, Arban, Torin, Volks, Tisandijer, Spinjeli i Sivel. Piloti balona „Zenit", Spinjeli i Sivel oborili su rekord visine balonom u vazduhu (8900 m), ali su obojica poginuli usled nedostatka kiseonika. Najpoznatija i jedna od retkih žena balonistkinja bila je Keti Paulus, koja se u periodu 1888-1910. godine podigla balonom čak 516 puta i 197 puta je skočila padobranom iz svog balona.



BANDI, sportska igra slična hokeju na ledu, u kojoj takmičari na klizaljkama pokušavaju ugurati lopticu u protivnički gol. Ova igra vuče korene još iz srednjeg veka (Holandija), a u prvoj polovini XIX veka prelazi u Englesku, da bi se 1882. utvrdila takmičarska pra-

vila. U 1955. godini osnovan je prvi Međunarodni savez za bandi, a već 1957. godine je ekipa iz SSSR osvojila prvenstvo sveta u ovoj igri. Dimenzije stadiona su: 90 x 65 m, ograđenog sa 15 cm visokom drvenom ogradom. Takmičarski tim se sastoji od 11 igrača: golmana i 10 igrača u polju, a takođe i protivnički tim. Kružnica od 17 m je prostor od protivničkog gola, do koje granice se ispucava loptica, dok je na 12 m od gola označeno mesto za izvođenje kaznenih udaraca. Loptica je prečnika 6 cm i težine do 62 gr od plute ili kože, dok je palica za bandi u donjem delu zakrivljena i dužine 1,20 m, dok se odeća igrača sastoji od džempera, rukavica, dugih pantalona, kape i klizaljki, vreme održavanja utakmice 60 minuta, a sude je dvojica sudija.

BANDO, burmanska i drevna veština samoodbrane, razvijena iz kineskog boksa. Ona se odlikuje po tome, što se teži ka izmicanju ispred napada protivnika, da bi se u povoljnom trenutku prešlo u kontranapad, nogom ili rukom. Treba i napomenuti da je ova borilačka veština danas jedino aktuelna samo u Burmi.

BARAI (jap.), termin koji označava čišćenje u borbi, koji se odnosi na nožne tehnike iz karatea, judoa, ju-jutsu, aikidoa, tekvondoa itd. Neke od najvažnijih tehnika čišćenja su: ashi-barai, de-ashi-barai, ouchi-gari, kouchi-gari, okuri-ashi-barai, o-soto-gari, hiza-guruma itd.

BARBASETI LUIĐI, jedan od najpoznatijih svetskih učitelja mačevanja. Rođen u Italiji 1859. godine, a umro 1955. u Parizu. Bio je poznati italijanski reprezentativac u mačevanju, a 1894. godine u Beču otvara jednu od prvih škola mačevanja (tehnika iz zgloba šake). Barbaseti je jedan od najzaslužnijih stručnjaka svetskog mačevanja i osnivač prve prestižne mačevalačke akademije u Beču (Akademie der Fechtkunst).

BARNA VIKTOR, rođen u Budimpešti 1912, a umro u Limi 1972. Reprezentativac Mađarske i Vel. Britanije u stonom tenisu. Rekorder je po broju osvojenih medalja na svetskim prvenstvima *(22 zlatne, 7 srebrnih i 11 bronzanih).*

BARTALI ĐINO (Ponte Ema, 1914 – Firenca, 2020), Italijan, jedan je od najpoznatijih biciklista na svetu Od 1936-1948. godine pobeđivao je na trkama Điro d' Italija i na trci Tur de Franc.

BARU, stil indonežanske borilačke veštine pentjak-silat, tradicionalna narodna borilačka veština, koja potiče iz 8. veka, a u prevodu znači (pentjak=samoodbrana, silat=borba). Njeni važni stilovi su: tyidande, perisal, diri, mustika-kvi-tang, hariman, bhakti, bhakti-negara, patai, kao i drugi koji su ostali mistični.

BASAI-DAI, veoma važna majstorska kata, koja je sastavni deo Shotokan karate škole. Ona je prva iz grupe basai-kata. Poznati učitelj karatea Gichin Funakoshi, isticao je da ova kata sadrži otklanjajuće blokove rukama i prelaženje iz nepovoljne u povoljnu poziciju, kao podoban osećaj koji se javlja u borcu pri „probijanju u neprijateljsku tvrđavu". Ova kata je i jedna od retkih koja nije donesena iz Kine, već sa Okinave, i do danas je ostala sačuvana u svojoj originalnoj formi. Embusen Basai-dai kate ima pravac kretanja kao slovo T, trajanje joj je 60 sekundi, kata sadrži 39 stavova, 14 udaraca, 30 blokova rukom, 1 hvat obema rukama, sa 84 tehnike. U polaganju je za učenička zvanja za plavi pojas (2. kyu) i braon pojas (1. kyu).

BASAI-SHO, majstorska kata iz shotokan stila karatea. Nastala je od pasai-kate i spada u grupu takmičarskih kata.

BASAI-UKE, basai-blok iz karatea.

BASANOVSKI VALDEMAR (1935), poljski reprezentativac u dizanju tegova. Bio je šampion OI (1964, 1968) u lakoj kategoriji i tri puta prvak sveta.

BASKET KOŠARKA (3x3), ili ulična košarka, dobila je svoju ekspanziju u prvoj polovini 21. veka, a počela se standardizovati u SAD. Tada je FIBA 2008. godine dozvolila i prezentaciju basketa (3x3) na *Azijskim igrama mladih* 2009. godine, potom basket nastupa i na letnjim OI mladih (Singapur, 2010), a FIBA je napravila i puni program za basket (3x3), koji je uvršten i na letnjim OI (Tokio, 2020). Pravila igre: *3 igrača i 1 zamena na jednom košu (polu-teren 15x11 m), sa loptom „6" obima 72,4x73,7 cm. Utakmica: za pogodak unutar luka = 1 poen, za pogodak izvan luka = 2 poena, za uspešno slobodno bacanje = 1 poen. Trajanje igre je 10 minuta u jednokratnom periodu. Pobeđuje ekipa koja je postigla 21 i više poena, a ako je nerešeno onda se igra produžetak, pa prva ekipa koja postigne 2 poena postaje pobednik utakmice. Reprezentacija Srbije u basketu (3x3) je višestruki svetski šampion, sa igračima: D. Domović Bulut, M. Ždero, D. Majstorović i M. Savić.*

BATON DŽENSON (u Frumu, 1980), engleski automobilski as, svetski šampion Formule 1, šampion *VN Australije iz 2000, Mađarske 2006, Kine 2010, VN Turske 2010. Vozio je „BMW-Wilijams", „reno", „hondu", „meklaren", svetski šampion 2009. godine. Uz Luisa Hamiltona, član Meklaren-tima u Formuli 1.*



BEARA VLADIMIR, Zelovo kod Sinja (1926-2014), bivši nogometni reprezentativac i jedan od najboljih golmana sveta i države SFRJ. Igrao je u splitskom „Hajduku" (1947-1955), zatim prelazi u „Crvenu zvezdu" od (1955 – 1960), potom odlazi u Keln. Bio je učesnik i Olimpijskih igara (1952), kao i na svetskom prvenstvu (1950, 1954, 1958).



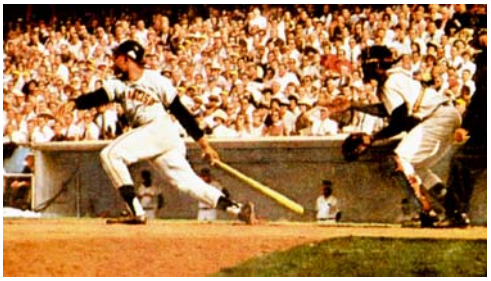
BEČANOVIĆ DRAGOMIR (Nikšić, 1965), bivši reprezentativac majstor judoa, *svetski šampion u judou (Beograd, 1989), vicešampion Evrope*, bio dugogodišnji član judo kluba „Akademik" iz Nikšića.





D. Bečanović

BEJZBOL (engl. baseball, base – baza i ball – lopta), američka muška sportska igra tvrdom loptom i drvenom okruglom palicom, u kojoj igrači jedne ekipe odbijanjem lopte i pretrčavanjem bejza nastoje osvojiti poen za svoj tim, dok ih igrači druge ekipe bacanjem, hvatanjem i brzim dodavanjem lopte nastoje u tome sprečiti. Igra je nastala iz engleskog kriketa, koji je uveden u Americi 1751. godine. Za osnivača bejzbola se smatra Ebner Dabldej, a koji je 1839. godine u gradu Kuperstaunu postavio i



U toku utakmice bejzbola (udarač i hvatač)



Rukavica i lopta za igranje bejzbola

prva pravila ove igre, da bi (1846) Aleksandar Kartrajt predložio novija pravila, po kojima je odigrana i prva utakmica između klubova Nikerbokera i Njujorka, i od tada počinje istorija bejzbola. Igra je u SAD uzela maha i pre-

rasla u profesionalizam, da bi 1872. igra bila prihvaćena i u Japanu, a posebno se odomaćila u Kanadi i Latinskoj Americi, zatim Engleskoj i na Kubi. Igralište za bejzbol se deli na unutrašnje i spoljno.Unutrašnje je oblika kvadrata, a sa stranama 27,4 m na kome se odvija i glavni deo igre. Spoljno igralište se produžava lepezasto na predviđenu daljinu, a granice u određenim igralištima omeđuju zidovi i zaštitne mreže. Bejzbol tim se sastoji od 9 takmičara, plus deseti koji je udarač, ali on ne igra već snažno udara loptu bejzbol palicom za bacača. Veoma su važna trčanja koja donose poene, oni se postižu tako što se udara lopta palicom i pokušava da se napreduje jedanput oko četiri baze ili ugla unutrašnjeg polja igrališta. Tim koji udara loptu palicom (napad) nastavlja dok igrači u polju (odbrana) ne izbace tri protivnika u aut. Za to vreme timovi menjaju mesta, igrači u polju dobijaju svoj red sa palicom, a udarači zauzimaju svoje pozicije u polju. Auti znače da tim koji udara loptu palicom pokušava da se približi ljudima oko baza, tim u polju pokušava da izbaci tri protivnika. Pravila igre su: lopta može da se uhvati čim je udarena palicom i pre nego što ista dodirne zemlju „leteća lopta“, zatim se dostiže i dodiruje trkač sa loptom, kao i stizanjem u bazu u koju trkač trči, a ako se tad nastoji ostaviti zaposednuta baza to je „isterivanje“. U igralištu postoje četiri zvanična lica: glavni sudija koji stoji iza hvatača, kao i 3 sudije za prvu, drugu i treću bazu. Veoma je važno istaći da je bacanje lopte od presudnog značaja. Bacač je veoma istreniran za snažno bacanje lopte koja leti i preko 157 km/h. Raznim zahvatima bacač menja smer lopte, da bi prevario udarača sa bejzbol palicom iz suprotne ekipe. Igra bejzbola je i itekako živa. Igrač sa palicom stoji kod poslednje (četvrte) baze ispred protivničkog hvatača i čeka da bacač iz sredine kvadrata snažno baci loptu. Palicom odbija loptu i zatim odbacuje palicu, trčeći brzo od ugla do ugla kvadrata, nastojeći da obiđe i sve četiri baze i tako postigne poen za svoj tim. Istovremeno, svi igrači iz odbrane nastoje da uhvate loptu (rukavicom) i loptom pogode trkača ili da je dodaju saigraču (čuvaru baze), pre nego što trkač stigne do nje (baze) i time trkača mogu prisiliti da prekine trčanje i ostane u bazi, gde je siguran kada drži nogu na jastučiću (jastučići se nalaze učvršćeni na bazama u svakom uglu kvadrata unutrašnjeg igrališta). Posle toga nastupa sledeći udarač i ponavlja se bacanje, odbijanje i trčanje oko baza. Ako je lopta dobro odbijena, onda prvi igrač, koji je čekao na jednoj od baza, takođe nastavlja trčanje. U toku igre mogu i četiri trkača da se trude, po redu, da dotrče do poslednje baze i osvoje bod za svoju ekipu. Ali, uloge se





Levo: stadion za bejzbol “Jenki” u Njujorku, i igra bejzbol

menjaju onda kada igrači odbrane pogotkom ili veštim presretanjem izbace tri protivnička igrača: tada ekipa odbrane preuzima ulogu udarača trkača, a na njihova mesta se raspoređuju protivnici koji su navukli rukavice. Utakmica bejzbola se sastoji od 9 takvih promena. Raspored igrača bejzbola u polju je: hvatač, bacač, čuvar prve baze, čuvar druge baze, igrač u sredini polja, čuvar treće baze, desni čuvar polja, centralni čuvar polja, levi čuvar polja. Bejzbol palica je izrađena od hikori drveta ili od aluminijuma, različitih veličina i težina i

na nju se može postaviti traka radi poboljšanja zahvata, ali samo duž donje trećine palice. Kod lopte bejzbola šavovi su prišiveni za kožne presvlake što lopti daje neobične karakteristike pri otporu vazduha. U unutrašnjosti te presvlake postoji namotano vlakno preko tvrdog gumenog jezgra. Napetost cele igre bejzbola povećava i savetnik, koji svojim brzim pokretima ruku, mimikom ili čitavim sledom različitih gestova, daje ritam bacaču-trkaču ili odbrani. (*Bejzbol je bio skinut sa OI (2005), ali je ponovo vraćen na OI u Tokiju, 2020. godine.*

BEKENBAUER A. FRANC, poznati nemački fudbalski reprezentativac, rođen 1945. godine, koji je od 1965-1974. za reprezentaciju Nemačke nastupao 85 puta. Bio je najbolji fudbaler Nemačke,



dobitnik *„zlatne lopte“,* pariskog lista France football. Igrao je i za reprezentaciju FIFA, bio član slavnog fudbalskog kluba „Bajern“ iz Minhena, sa kojim je osvajao *Kup Evrope nacionalnih pobednika kupova* i *Kup Evrope nacionalnih prvaka (1974, 1975, 1976).* Bio je selektor reprezentacije Nemačke.

BELAK LASLO (Budimpešta, 1911 – Majami, Florida, 2006), mađarski reprezentativac u stonom tenisu, osvajač 22 medalje na PS u stonom tenisu (7 zlatnih, 9 srebrnih i 6 bronzanih).

BELIĆ SVETOMIR (Beograd, 1946), naš poznati reprezentativac u boksu i zaslužni sportista bivše SFRJ, član BK „Partizan“ iz Beograda. Bio je višestruki šampion Jugoslavije (6 puta) u periodu 1968-1976. godine u polusrednjoj i velter kategorji, nosilac je *„Zlatne rukavice“* 1970, „*Pobednika Beograda*“ 1970. i 1973, *„Zlatnog gonga“* (1971), šampion Balkana 1970-1971. godine i vicešampion EP (1971). Učesnik OI (Minhen, 1972).

BELOUSOVA LJUDMILA, nekadašnja sovjetska takmičarka u umetničkom klizanju, zaslužni majstor sporta u SSSR (1935-2017). Ljudmila J. Belousova je sa svojim suprugom, a poznatim klizačem

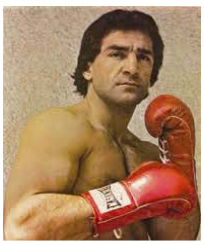


Lj. Belousova i O. Ptotopopov najbolji klizački par planete

Olegom Protopopovim bila i šampionka OI (1964, 1968), kao i na svetskim prvenstvima i prvenstvima Evrope (1965–1968). Njeni nastupi su bili specifični i zanimljivi, sa baletnim motivima koji su uvek praćeni specifičnom baletskom muzikom.

BENEŠ MARIJAN (Beograd, 1951-2018), bio član BK „Slavija“ iz Banja Luke. Osvojio je zlatnu medalju na PE (poluvelter)1973. Kao profesionalni bo-





Marijan Beneš

kser osvojio je i naslov prvaka Evrope 1979. godine *(supervelter kategorija)*, bio je višestruki šampion SFRJ i Balkana, a pisao je knjige, uglavnom iz poezije.

BEOGRADSKI MARATON, najveća i najmasovnija sportska manifestacija u Srbiji, u sebi sadrži: *trku zadovoljstva na 5 km, polumaraton i maraton. Ovaj sportski do-*





gađaj se održava i kao jedinstvena celina, 23. IV 2023. *godine, održan je i 36. maraton.*

BERSILAT, izraz koji označava malajsku nacionalnu borilačku veštinu. A na Malajce (*Orang Melaju*) je izvršila i uticaj indonežanska borilačka veština *pentjak silat*, kao i kineske borilačke veštine.

BEŠEVIĆ STEVAN (Sremska Mitrovica, 1868 – Beograd, 1942), jedan od najpoznatijih konstruktora i graditelja letećih modela u Kraljevini Jugoslaviji. Svoja najveća modelarska dostignuća postigao je 1911. godine u Beogradu, sa maketom helikoptera. Posle I svetskog rata nastavio je s novim modelima jednokrilaca pa i višekrilaca.

BHAKTI, stil iz indonežanske borilačke veštine (matica pentjak-silat).

BIATLON (lat. bi-dvojak), (franc. biathlon), (grč.), dvoboj, skijaško-streljačko takmičenje za muškarce i od 1984. godine za žene. *Sastoji se od skijaškog trčanja na 10 ili 20 km i gađanja u mete puškom kalibra do 8 mm, bez obzira na težinu s otvorenom napravom za gađanje (vizir), a kod gađanja skije se mogu skinuti. Na stazi od 10 km gađa se u metu: a) ležeći na mestu udaljenom 2,5 km od starta i b) stojeći na mestu udaljenom 8,5 km od starta, sa po 5 metaka. Kažnjava se svaki promašaj kruga sa 1 minut, a mete sa 2 minuta. Na stazi od 20 km gađa se na 4 strelišta raspoređena između 8. i 18. kilometra. Takmičar je udaljen 150 m od mete i na svakom strelištu gađa sa po 5 metaka. Prvo gađanje je iz ležećeg stava, zatim stojeći, pa ležeći i na kraju stojeći. Promašaj*



Biatlonac reprezentacije Srbije **Milanko Petrović**, osvajač je 1. mesta u trci na 10 km, 3. mesto u trci na 20 km, 1. mesto u nordijskom skijanju 10 km (Zimska univerzijada, Trentin, 2013)

mete je kazneni dodatak od 2 minuta, a pogodak u metu, ali ne u krugove je kazna od 1 min. Takmičenje u štafeti 4x7,5 km takmičar pored 5 metaka raspolaže i sa 3 rezervna metka, koje koristi samo u slučaju ako prvih 5 metaka ne pogode krug. Međutim, ako takmičar ne uspe obaveznim i rezervnim mecima pogoditi 5 puta u krugove na metama, za svaki promašeni krug (ispod 5 krugova), obavezan je da na skijama (na drugom strelištu posle gađanja) pretrči za svaki promašaj po jedan kazneni krug u duž. od 200 m. Staza za b. znatno je teža po visinskoj razlici i izboru samog terena u odnosu na druga takmičenja. U biatlonu su ekipna i pojedinačna. Biatlon je uključen u PS 1958, a na OI 1960.

BICIKLIZAM (franc. cyclisme), sportska grana koja obuhvata različite načine vožnje i takmičenja biciklom. Biciklistička takmičenja se održavaju kao pojedinačna ili ekipna, na gradskim ulicama, na trkalištima, na igralištima ili pak u dvoranama. Preteča prvog vozila koje je bilo slično biciklu datira još od 1447.



Bicikl iz XVIII veka



Prvi olimpijski šampioni 1896. **Leon Flaman i Pol Mason**



Prva biciklistička olimpijska reprezentacija Kraljevine Jugoslavije (na OI u Parizu, 1924. godine): **Koloman Lović, Ivan Kosmatin, Rudolf Truban, Đuro Đukanović** (snimak sa članom stručnog štaba biciklističke olimpijske reprezentacije, Pariz, 1924)

godine a pojavilo se u Nemačkoj (Meiningen i Nirnberg), da bi Francuz Sivrak 1790. konstruisao spravu na dva točka, koja se odgurivala nogama, zatim je francuski konstruktor Ernest Mišo na glavu prednjeg točka na biciklu namontirao i pedale (1855.). Tadašnje drvene gume na biciklu prvi je u svetu zamenio gumenim Englez Džon Kemp Starli, koji je namontirao zadnji prenosnik sa horizontalnim lancem, zupčanicima, kugličnim ležajevima, sa udobnim sedištem i točkovima jednakih dimenzija, a dalje sa usavršavanjem bicikla je nastavio

1888. godine Škotlanđanin Džon Danlop, koji je konstruisao pneumatične gume na točkovima, romboidni ram, da bi engleska fabrika „Humber“ tada dala biciklu i svoj konačan praktični oblik. Takmičenja u biciklizmu mogu biti različita: biciklistička takmičenja na putevima, dužine do 5 km, etapna do 180 km dužine staze, a najviše do 140 km dnevno. Po karakteru postoje trke na daljinu i kružne trke, na stazama koje su ravne, blago valovite, ili brdske. Jednodnevne trke su u trajanju od jednog dana, dok su etapne od više dana i više





Toni Martin (Kotbus, 1985), nemački biciklista, višestruki šampion sveta u biciklizmu i višestruki svetski šampion brzine biciklom mereno hronometrom. Slike šampiona Toni Martina 2009-2012. godine.

deonica. Zatim postoje vožnje na vreme, štafetne trke, brdske trke, terenski biciklizam, biciklistički kros, orijentaciona biciklistička trka, brzinska vožnja na 1000 metara, dohvatna vožnja na stazi od 4000 m. Takođe postoje i trke tandema (dvojica na biciklima dvosedima), hendikep trka (između vozača različitih vrednosti), gde sudija daje izvesnu prednost slabijem vozaču, zatim postoji i biciklistički višeboj (omnium), trke za ispadanje, kao i američka vožnja parova itd. *Španac Alberto Kontador, trostruki je svetski šampion „Tur de Frans“ 2007, 2008, kao i 2010. godine (London-Pariz).*

BIGASIN MELENSIO, najbolji majstor borenja „Sikarana“ u drugoj polovini XX veka. On je bio nenadmašan u u svojoj nacionalnoj borilačkoj veštini. *Borbe se odvijaju u kružnom borilištu, a bori se samo nogama. Izbačajem protivnika iz kružnog borilišta – istovremeno je i kraj meča.*

BIKILA ABEBE, jedan od najpoznatijih svetskih atletičara (rođen u Adis Abebi 1932, a umro u Londonu 1973), olimpijski pobednik u maratonu 1960, u Rimu i na Olimpijskim igrama u Tokiju 1964. Prvi je sa tla Afrike na OI osvojio zlatnu medalju. Nažalost, u teškoj saobraćajnoj nesreći povredio je kičmu, tako da je ostao trajno paralizovan.





Abebe Bikila, olimpijski i svetski šampion iz 20. veka.

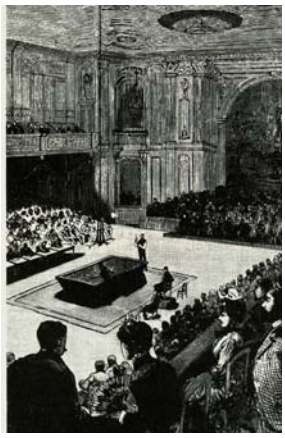
BILBIJA VOJISLAV (Grahovo, 1942), stomatolog, poznati jugoslovenski majstor karatea i jedan od osnivača jugoslovenskog karate sporta, majstor je karate stila *Wado-ryu*. Bio je naš uspešni reprezentativac, šampion SFRJ s kraja šezdesetih godina (*uz karate takmičare braću dr Jorge, M. Nicovića, S. Vučinića, D. Marinkovića, Ž. Vukojčića, R. Cemovića, M. Zulića, S. Ćurića, B. Zafirovića, D. Božovića i dr.).* Napušta SFRJ 1972. Odlazi u Minhen, pa u Over Dinkel (Holandija), gde je sa pravoslavnim Holanđanima pokrenuo i




Vojislav Bilbija, snimak iz 1968. godine u Beogradu, odseca vrh flaše rukom (desno), i snimak iz 2011. godine, kao protojerej u srpskoj parohiji u Roterdamu.

svoj stil karatea *„Tihi put“* u okviru karate kluba „Mir“ u Over Dinkelu. Kao slikar i ikonopisac napravio je i remek-dela u prostoru manastira Hilandara: *kivot svetoga Simeona u srebru i zlatu*, a u manastiru Studenici i *kivot svete majke Anastasije*. Vojislav Bilbija je protojerej u srpskoj parohiji u Roterdam-Hagu u Holandiji. Iz hobija svira akustičnu gitaru i gusle, a bavi se i književnim radom.

BILIJAR, reč je izvedena od dve reči (franc. bille, kugla, lopta i od engl. yard, štap), društvena i sportska dvoranska igra s kuglama koje se udaraju vrhom štapa, na specijalnom stolu. Poreklo ove igre nije poznato, verovatno se razvila iz nekoliko igara koje su kao zajedničko obeležje imale guranje, odn. udaranje u kuglu ili lopticu. Prvi put se bilijar spominje 1514. u Engleskoj u inventarnom popisu vojvotkinje Šarlote d' Alber, a bilijar spominje i Vilijam Šekspir u delu „Antonije i Kleopatra", a postoje dokazi da je francuski kralj Šarl IX igrao bilijar za vreme Bartolomejske noći 24-25 VIII 1572. Bilijar je u aristokratskim krugovima buržoaske Francuske postao dominantna igra. U periodu između XVII i XVIII veka bilijarska oprema se modifikovala. Isprva se pravio hrastov sto presvučen zelenom čohom, zatim suknom. Kugle su bile od slonovače sa







bilijarskim štapovima. Isprva su bili savijeni štapovi, a kasnije su postali ravni. Bilijarski sto je imao 6 rupa i mali luk zvani „vrata". Isprva je pored kugli na stolu bio postavljen i čunj zvani „kralj". Stolovi su bili sa 6 rupa, kvadratni ili okrugli. Bilijar se modifikuje, tako da je održano i prvo svetsko prvenstvo u bilijaru kao sportska igra, i to u Njujorku 1873, dok je u Parizu 1923. osnovan i Međunarodni savez bilijarskih amatera. Po kasnijim pravilima oprema i rekviziti su sledeći: sto je dug 248 cm, a širok 142 cm, visok 80 cm, dok su dimenzije bilijarskog stola za društvene igre: materijal od hrastovine ili kestenovine, sa 4 ili 6 nogu, ploča stola je od mermera i presvučena je zategnutim zelenim platnom, strane stola su oivičene ogradom (mantinelom) visine oko 37 mm, opšiveni elastičnom obično gumenom trakom. Kugle su dimenzija 60-61,5 mm za karambol-bilijar, odn. 60 mm za bilijar sa čunjevima od belokosti ili sintetičke smole i težine oko 200 gr. U igri se koriste tri kugle: dve bele i jedna crvena, s tim što je jedna od belih kugli označena i crnom tačkicom. Bilijarski štap je napravljen od jasenovine, grabovine ili palisandrovine dužine 138-145 cm, sa kapicom od kože na vrhu, koju u toku igre treba presvlačiti specijalnom kredom da loptice ne bi skliznule. *Najtrofejniji igrač bilijara iz Republike Srbije je Novosađanin Zoran Svilar, sa osvojenih dvadeset titula državnog prvaka i vicešampion je Evrope u disciplini „8-internacional"*.

BIMBILOVSKI RISTO (rođ. u Ohridu, 1936), profesor, svetski rekorder u maratonskom plivanju, a pobednik je i na preko 30 drugih međunarodnih takmičenja u maratonskom plivanju. On je 1969. godine postigao i dva svetska rekorda, preplivavši 25 km za 8,06 časova i 16 km za 5,01 časova leptirovim stilom. Živi u Skoplju (S. Makedonija).

BINDA ALFREDO (Vereze, 1902 – 1986), italijanski reprezentativac u biciklizmu i trostruki svetski profesionalni šampion na biciklističkim takmičenjima: 1927. godine na autodromu u Nirnbergu, u Liježu 1930, u Rimu 1932. Bio je i petostruki šampion na biciklističkoj trci Điro d' Italija (1925, 1927-29, 1933. g.). Bivši trener italijanske reprezentacije.

BIOHEMIJA SA FIZIOLOGIJOM, biohemija je nauka koja proučava promene hemijske prirode koje se zbivaju u organizmu za vreme telesnog vežba-

nja i sportske aktivnosti, radi određivanja osnovnih principa treninga i usavršavanja njegovog procesa. Biohemija telesnog vežbanja koristi se u istraživačkim metodama i hemije i biologije, ali je njena usmerenost fiziološka: upoznavanje načina rada i značaja pojedinih funkcija organizma, što se može upoznati kroz navedene rečničke pojmove, koji su jasno složeni po abecedarijumu:
ADENOZINTRIFOSFAT-ATP, jedinstveno i specijalno složeno org. jedinjenje koje poseduje "veze bogate energijom", jedinjenja koja poseduju grupe sa visokim potencijalom prenosa. U ATP to je fosfatna grupa. Tako se kidanjem krajnje fosfoanhidridske veze – treba da oslobodi oko 100 kcal/mol i to bi bila energija veze. Međutim, u suštini se dešava prenos fosfatne grupe – na neki drugi molekul. Pored ATP, biohemija poznaje još veliki broj sličnih jedinjenja, ali od centralnog značenja za bioenergetiku svih živih bića i sistema, nesumnjivo je ATP. On poseduje dve grupe sa visokim potencijalom za prenos, a to su i grupe koje su vezane fosfoanhidridnom vezom.
ALVEOLE, PLUĆNE, mehurići koji predstavljaju završne polijedarne šupljine najsitnijih bronhiola, gde se vrši razmena gasova u plućima. Zid alveola je jednoslojni endotel (kao i kod kapilara) i oko njih su raspoređeni mnogi krvni kapilari, odnosno kapilarna mreža (a pulmonalis), koja donosi vensku krv iz desne komore srca. Pluća odrasle osobe imaju 300 miliona alveola (novorođenče samo 30 miliona). Ukupna površina alveola je oko 70 m^2 i to je tzv. respiratorna površina pluća. U stanju mirovanja mnoge alveole su spljoštene (u etelektazi) i u njima se ne sprovodi ni ventilacija ni razmena gasova (gornja i srednja partija pluća).
AMINOKISELINE, predstavljaju relativno prosta organska jedinjenja i povezane u lance preko tzv. peptidnih veza – formirajući makromolekule od raznih belančevina biljnog i životinjskog porekla. One imaju dve karakteristične funkcionalne grupe: amino (-NH_2) i karboksil (-COOH). U prirodi postoji 20 aminokiselina i proteina svih živih bića – razne vrste koje žive na Zemlji od bakterije do čoveka – izrađene su od istih 20 aminokiselina. Obično se jedan protein sastoji od 100 do 300 aminokiselina, a molekulska masa proteina kreće se od 10^4 do 10^6.
AMONIJAK (NH_3), jedinjenje azota, koje u organizmu nastaje dezimenacijom aminokiselina gde se pretvara u amonijumove soli.
ANEMIJE, patološka stanja u organizmu u kojima dolazi do smanjenja broja eritrocita odnosno – količine hemoglobina u jedinici volumena ukupne krvi. Fonetski naziv je *malokrvnost.*
ANTITELA (protivtela), nosioci humoralnog imuniteta, otpornosti organizma. Antitela se stvaraju kada u organizam prodre neki antigen (strano telo, belančevina). Po svom sastavu su glikoproteinske molekule, a u krv ih oslobađaju B-limfociti.
ASTRANDOV TEST, metoda kod indirektnog određivanja VO_2 max, merenjem frekvence srca pri radu submaksimalnog intenziteta.
AUTOMATIZAM SRCA, predstavlja fiziološki fenomen, pojavu – da srce ima sposobnost da impulse za svoje kontrakcije ili (sistole) – generiše, stvara u sebi samome. Zato srce izvađeno iz organizma i dalje produžava sa svojim ritmičkim kontrakcijama. Automatizam srca obezbeđuje i tzv. sprovodni sistem srca (sinusni ili Kit-Flekov čvor, zatim pretkomorno – komorni Asov-Tavara, Hisov snop, njegova desna i leva strana i Purkinjeove ćelije).

BAZALNI METABOLIZAM, predstavlja onu energetsku potrošnju, pa i potrebu koja je neophodna organizmu pri mirovanju. Ta energija je neophodna za održavanje i sprovođenje osnovnih vitalnih funkcija organizma. Njegova vrednost kod odraslog i zdravog organizma iznosi oko 1800 do 2000 kcal.

BELANČEVINE, videti "proteini".

BIOLOŠKE MAKROMOLEKULE, tri glavne grupe složenih organskih jedinjenja: proteini (belančevine), nukleinske kiseline i polisaharidi. U ovu grupu se ubrajaju i lipidi, masti – a posebno lipidi u ćeliji.

BIOLOŠKE MIKROMOLEKULE, one predstavljaju gradivne jedinice ili prethodnike bioloških makromolekula. To su organska jedinjenja gde spadaju i prosti šećeri koji grade polisaharide, masne kiseline, koje grade sa glicerinom – lipide, amikokiseline, koje predstavljaju konstituente proteina (belančevine i mononukleotidi), od kojih su izgrađene nukleinske kiseline. To su tzv. primordijalne molekule iz kojih su bile formirane i prve ćelije koje su se pojavile na našoj planeti. To su sledeća jedinjenja: 20 aminokiselina, 2 šećera (glikoza i riboza), 2 purinske i 3 pirimidinske baze, masne kiseline, glicerol i aminoalkoholholin.

BIOLOŠKI BIOENERGETIZAM TJ. (BIOENERGETIKA), označava kompleks metaboličkih reakcija koje se sprovode u ćeliji, i u kojima dolazi do oslobođenja i transformacije određene količine hemijske energije. Toplota je najčešći oblik energije (mehanička, hemijska, bioelektrična, elektromagnetna) – teže da se transformišu u toplotnu energiju maksimalne inspriracije.

DIJASTOLA SRCA, pasivna faza u srčanom ciklusu kada su sve komore u fazi dekontrakcije, opuštene, i za to vreme se pune krvlju, i to je tzv. dijastolično punjenje srca krvlju. Ukoliko je to punjenje intenzivnije – to će i srce u narednoj sistoli izbacivati više krvi. To punjenje je sve manje – što se povećava frekvenca srca, odnosno što se srčani ciklus skraćuje. U stanju mirovanja srčani ciklus traje oko 0,8 sec, a dijastola traje 0,5 sec.

DIJASTOLIČNI PRITISAK, predstavlja srednju vrednost krvnog pritiska – za vreme trajanja dijastole srca. Njegova vrednost u srednjoj arteriji iznosi 80 mmHg.

DINAMIČNA RAVNOTEŽA, videti „otvoreni termodinamični sistemi".

EKSPIRIJUM, pasivna faza (ali samo u mirovanju) respiratornog ciklusa kada se alveoralni vazduh izbacuje u atmosferu. U fazi mišićnih napora, unspirijum sprovode ga pravi ekspiratorni mišići (unutrašnji međurebarni) i pomoćni ekspiratorni od kojih su naročito aktivni mišići prednjeg trbušnog zida ili tzv. „trbušna presa".

EKSTRA-SISTOLA, prevremena kontrakcija srca, tj. komora nastala izvan normalnog srčanog ritma.

ENZIMI, fermenti ili biološki katalizatori koji ubrzavaju hemijske reakcije u ćeliji ili izvan nje. To su specifični proteini i danas se nakupilo toliko naučnih saznanja o funkciji enzima – da se izdiferencirala posebna naučna disciplina – enzimologija.

ESENCIJALNE AMINO KISELINE, to su sve one koje naš organizam nije u mogućnosti da sam sintetiše, ali češće u dovoljnoj meri i količini. To su sledeće amino kiseline: (leucin, izoleucin, valin, fenilalanil, triptofan, histidin, lizin, arginin, metionin, i treonin). Sama nutritivna sposobnost belančevina – procenjuje se sa aspekta sadržaja esencijalnih aminokiselina. Proteini životinjskog porekla (meso, mleko, svi mlečni proizvodi, jaja) znatno su bogatiji sa

esencijalnim aminokiselinama – nego biljna belančevina. Zato je i njihovo unošenje u svakodnevnoj ishrani – više nego neophodno za rast, razvoj i rad organizma. Stoga se i vegetarijanska ishrana ne može tretirati kao fiziološka, normalna ishrana, a posebno u periodu rasta, razvoja i većih radnih opterećenja organizma, naročito u sportu.

FERMENTI, enzimi, koji su specifični proteini, čija je osnovna funkcija ubrzavanje hemijske reakcije, bilo u ćeliji ili van ćelije. Oni se definišu i kao biokatalizatori. Specifični su u odnosu na substrat na koju deluju. Fermenti koji razlažu belančevine su proteaze, koji razlažu skrob nazivaju se (amilum) ili amilaze, a oni koji razlažu masti – lipaze. Svaki ferment deluje u određenoj koncentraciji jona vodonika, a optimalna temperatura tada povećava aktivnost fermenata.

FORSIRANI VITALNI KAPACITET skraćeno (FVK), predstavlja onu količinu vazduha, koja se nakon maksimalnog udaha može forsiranim izdahom – ekspirirati iz pluća u toku 6 sekundi.

FRANK – STARLINGOV ZAKON, definiše: da snaga, jačina mišićne kontrakcije srčanog mišića zavisi od početne dužine mišićnih vlakana. Naime, ukoliko je srce primilo u toku dijastole više krvi – njegova vlakna su se više izdužila, pa će i njihova naredna kontrakcija biti jača. Takvo biološko svojstvo srčanog mišića obezbeđuje tzv. mehanizam "samoregulacije" rada srca.

FREKVENCA DISANJA, predstavlja broj respiratornih ciklusa u jednom minutu. U stanju mirovanja – iznosi oko 12 do 16/min.

FREKVENCA SRCA, videti "srčani ciklus".

GLICIDI, ugljeni hidrati (razni šećeri), su organske materije, primarno energetske, a u hemijskom pogledu to su polihidroksilni aldehidi i ketoni. Prosti glicidi su monosaharidi (glikoza, galaktoza, manoza i dr.) a najsloženiji – polisaharidi. Polisaharidi su najčešće polimeri glukoze. Tu spadaju: skrob kao biljni saharid i glikogen, koji analogno skrobu od biljaka predstavlja ugljeno-hidrantnu rezervu kod svih životinja. Zato se on i stručno naziva "životinjski skrob".

GLIKEMIJA, predstavlja nivo glikoze u krvi. Normalna vrednost je od 100 do 120 mgr % glikoze. Hipoglikemija je stanje kada je količina glikoze u krvi smanjena a hiperglikemija – kada je nivo glikoze enormno povećan. Ona se javlja kao normalna fiziološka pojava – kada se za kratko vreme unese velika količina šećera, tzv. alimentarna hiper glikemija. Ona je patološka pojava kod oboljenja pankreasa (šećerna bolest, diabetes mellitus).

GLIKOGEN, metabolizam – videti u terminu "metabolizam ugljenih hidrata".

GLIKOGENOLIZA, videti "metabolizam ugljenih hidrata".

GLIKOLIZA, predstavlja osnovni metabolički put kod razgradnje glukoze u kojem se obezbeđuje energija i jedinjenja za biosinteske reakcije, tj. resintezu ATP. Ovaj proces se odvija i može da teče pod aerobnim uslovima, kada iz jedne molekule glukoze nastanu 2 molekula pirogrožđane kiseline. Ako se to sprovodi u anaerobnim uslovima umesto piruvata – nastaju 2 molekula mlečne kiseline. Iako se u uslovima respiracije (kiseonika) dobija neuporedivo veći izvor energije, anaerobna glikoliza odnosno pretvaranje glukoze u laktat – omogućuje produkciju ATP u ćelijama koje nemaju mitohondrije (eritrociti) ili koje ne dobijaju dovoljno 02, kao što je to slučaj kod mišićnih ćelija ali u uslovima intenzivnih i dugotrajnih mišićnih kontrakcija u sport-

skim aktivnostima. Održavanje normalnog nivoa glikoze u krvi sprovodi se unošenjem hrane u obrocima, ali i ubacivanjem u krv rezervi glikoze – iz glikogena, koji se nalazi u vidu rezervi u jetri (oko 100 gr) i u mišićima (oko 400 gr). Funkcija mišićnog glikogena je da služi kao energetsko gorivo tj. za rasintezu ATP u toku mišićnog rada. On se ne može koristiti za održavanje glikemije. Za to se koristi glikogen jetre, i to naročito u početku gladovanja. Otprilike, posle svakih 12 sati gladovanja – rezerve u jetri se iscrpljuju a glikemija održava zahvaljujući i glikoneogenezi (stvaranje glikoze iz amino kiselina i masti). Glikogen se sintetiše od α-D-glukoza. Razgradnja glikogena omogućuje njegovi mobilizaciju u jetri i mišićima. Produkt razgradnje je – glukoza 1 – fosfat. U mišićima adrenalin aktivira glikogenolizu a inhibira sintezu glikogena. To se sprovodi u stresnim situacijama "kada treba stići i utećи". Inzulin ovde ima suprotan efekat. U jetri glukagon aktivira adenil ciklazu – pa time i glikogenolizu a inhibira sintezu glikogena. Inzulin ovde ima suprotan efekat.

GLUKOZURIJA, prisustvo glukoze u mokraći, kod zdravih se javlja samo usled alimentarne hiperglikemije.

HARVARDSKI STEP, test u kome se fizička kondicija čoveka (sportista) određuje na bazi promena frekvence srca pri određenom mišićnom radu.

HEMATURIJA, prisusvo krvi u mokraći, koja se u normalnim fiziološkim uslovima ne nalazi u urinu.

HEMOGLOBIN, metaloprotein (obojena belančevina, hromoprotein) koji u svojoj molekuli prostetične skupine, sadrži gvožđe u fero obliku (Fe^{++}), tj. dvovalentno gvožđe. Osnovna mu je funkcija da veže i transportuje O_2 do ćelija koje ga koriste u oksidativnim procesima oslobađanja hemijske energije. On se nalazi u membrani eritrocita, a isto tako i kao osnovni organski pufer u krvi za regulaciju koncentracije jona vodonika. Osim toga – on transportuje CO_2 od ćelija, odnosno venski od kapilara do kapilara u plućima.

HIPERGLIKEMIJA, stanje povećane koncentracije glukoze u krvi, što je veoma štetno za organizam.

HIPOGLIKEMIJA, stanje bitno smanjene koncentracije glukoze u krvi.

HOLESTEROL (HOLESTERIN), složena mast koja se stvara uglavnom u jetri (otkrio ga Konradi 1775. godine u žučnim kamencima). Molekule holesterola su velike molekulske težine (387), a holesterol se stvara u različitim organima, a najviše u jetri iz sirćetne kiseline. Spajanjem s masnim kiselinama jedan deo holesterola se u jetri esterifikuje, pa prelazi delom u krvnu plazmu ili u žuč. *Holesterolemija – označava količinu holesterola u krvnoj plazmi. Normalna vrednost holesterolemije iznosi 150-250 mg%, od čega dve trećine čini esterifikovani holesterol. Merenje holesterola je ref. vrednost 5,2 mmol/l, a opseg merenja 3,88-7,76, a triglicerida ref. vrednost 1,8 mmol/l sa opsegom merenja 0,80-6,86. Povišena i štetna vrednost holestrola javlja se u toku opstrukcije žučnih puteva, u nefrotskim sindromima, u hipotireodizmu, hipoproteinemijama ili u naslednoj hiperholesterolemiji, dok postoji često povišena vrednost holesterola u krvi u ateromatozi (arterijskom oboljenju). Snižena vrednost holesterolemije javlja se u teškoj insuficijenciji jetre, hipertireoidizmu i hiperglobulinemijama. Lečenje suvišnog holesterola: celishodna ishrana, smanjenje unošenja ishrane (jaja, mozak, beli bubreg, jetra, životinjska mast). Lečenje: feniletilacetamid i koenzim A (CoA), fitosteroli, biljni steroli tj. beta-sitosteroli, lek „Pralip" inhibitor HMG CoA (0,50% od 40 mg tablete, uveče), sa kontrolom nivoa holesterola (ambulantno ili apotekarski), dijeta, voće, povrće, bavljenje sportom, izbegavanje duvanskog dima i distresora.*

INSPIRIJUM, udah, aktivna faza respiratornog sistema, sprovode ga inspiratorni mišići, unošenje atmosf. vazduha preko raspiratornih puteva – u pluća, odnosno alveole.

IZOTONIČNI RASVOR, fiziološki rastvor u kome normalne ćelije organizma – niti bubre niti se smežuravaju. On ima isti osmotski pritisak kao krvna plazma (to je 0,9 % rastvor NaCl, ili 154 mmol /LNaCl, ili 278 mmol /L glukoze). Daje se kod velikih krvavljenja (u nedostatku krvi) i kod teških stanja dehidracije.

IZVOR ENERGIJE MIŠIĆA, kao osnovni izvor energije za mišićnu kontrakciju – predstavlja ATP. Oni mišići koji su manje aktivni resintetišu ATP preko glikogenolitičkog puta ili načina, dok drugi koji su znatno aktivniji, kao što je srčani mišić koji ima enormno veliki broj mitohondrija – koristi dominantno anaerobni mehanizam izvora energije. Pored ATP u mišiću postoji još jedan značajan izvor, rezervoar hemijske energije – u obliku jedinjenja kreatin-fosfat (CP), pa pri normalnom radu mišića, to će reći kod malih i srednjih opterećenja, zahvaljujući ovome izvoru – koncentracija ATP ne oscilira. Isto tako u mišićima postoji i rezerva glikogena. Takođe, pri manjim opterećenjima – koriste se u mišićima – pretežno masne kiseline kao energetsko gorivo – kod maksimalnih opterećenja – glukoza. Zbog toga i nastaje enormna količina laktata, koji se u jetri delom oksidišu, a jednim delom se iz mlečne kiseline resintetiše glikoza, koja se vraća preko krvi u mišiće. Isto tako, bela mišićna vlakna kod kojih je kontrakcija brza, koriste anaeerobne mehanizme resinteze ATP, dok spora, crvena mišićna vlakna koja su u aktivnosti kod dugotrajnih kontrakcija – koriste više aerobne mehanizme hemijske resinteze, a što im omogućava veliki broj mitohondrija i veće prisustvo mioglobina (kao rezervoaru 02 u mišiću) odnosno u svom crvenim mišićnom vlaknu.

KALORIJSKA ENERGETSKA VREDNOST, kod pojedinih osnovnih grupa tj. hranljivih materija iznosi:

1 gr ugljenih hidrata .....5 kal.
1 gr masti .....9 kal.
1 gr belančevina .....5 kal.

KISEONIČKI PULS (02P), predstavlja količinu kiseonika, koji ćelije organizma dobijaju preko krvi iz jednog udarnog volumena tj. u toku jednog pulsnog udara.

KOENZIMI, niskomolekularna jedinjenja – nebelančevinaste prirode, čije je prisustvo neophodno – da bi se određeni ferment mogao aktivirati u sprovođenju određene reakcije. Mnoge materije, koje se nazivaju vitamini – predstavljaju prekurzore ili prethodnike od kojih se sintetišu koenzimi. Pošto se vitamini nalaze u sastavu mnogih koenzima – jasno se ističe da oni imaju u suštini biokatalizatorsku ulogu, funkciju. Svi vitamini su organska jedinjenja biljnog porekla, koje organizam čoveka, pa i organizam mnogih životinja – ne može da sintetiše, a neophodni su za odvijanje biohemijskih procesa. Zato su i vitamini veoma neophodan sastojak hrane. Dnevna potreba je neobično mala, a pri njihovom nedostatku – nastaju teški i ozbiiljni poremećaji, koji se mogu otkloniti – samo unošenjem dovoljne količine vitamina u hrani. Tipičan primer je kobaltamin – vitamin B-12, kompleks koenzima koji se apsorbuje preko tankoga creva – zajedno preko glukoprotinoma ili preko "intriticis-factora", a njega luči sluzokoža želuca. Ovaj koenzim reguliše stvaranje eritrocita u koštanoj srži, i kod njegovog nedostatka, ili oboljenja želuca – javlja se veoma teško oboljenje tzv.

perniciozna anemija. Biljna hrana nema važnog ovog vitamina – pa se mora redovno unositi preko životnih namirnica.
KONTRAKCIJA SRCA, sistola srca, osnovna funkcija miokarda kada se mišićna vlakna skraćuju i povećavajući napon – istiskujući određenu količinu krvi. Ta količina istisnute krvi – definiše se kao sistolični ili udarni volumen srca. Kod netreniranih osoba njegova vrednost je oko 80 ml krvi, a kod sportista npr. borilačkih veština (više utreniranih) vrednost iznosi i do 120 ml krvi.
KRVNA PLAZMA, tečni deo krvi i u njojzi su rastvorene organske i neorganske materije. Isto tako u njojzi se u stanju relativno stabilne suspenzije nalaze krvne ćelije. Odnos zapremine plazme i krvnih ćelija je stabilna vrednost i definiše se kao (hematokrit). Kod velikih opterećeja, npr. u borilačkim sportovima (praćenim velikim znojenjem) – gubi se velika količina vode iz krvne plazme – i krv postaje gušća, veće osmolarnosti. U cirkulaciji se pored ostalog povećava trenje u perifernim krvnim sudovima – što dodatno opterećuje miokard. Zato je neophodno da se u takvim uslovima – uvek sprovodi adekvatna rehidratacija i remineralizacija kod sportista, i to – pre uzimanja obroka, jer se time još više produbljuje poremećaj, ako se dozvoljava unošenje hrane – pre dehidratacije čovečjeg organizma.
KRVNI PRITISAK, predstavlja onu vrednost pritiska krvi na unutrašnji zid krvnog suda. Taj pritisak se javlja u srcu, intrakardijalni, u arteriji – arterijski, u kapilaru – kapilarni, i u veni – venski. Njegova vrednost opada od aorte (120 mmHg) do vrednosti "0" na ušću donje i gornje šuplje vene u desnu pretkomoru. Osim toga, on ima jednu vrednost za vreme sistole, i to je tzv. sistolični pritisak (120 mmHg), a druga vrednost za vreme dijastole srca (80 mmHg). Vrednost krvnog pritiska se uvek menja, u zavisnosti od fizičkog opterećenja tela (bavljenje sportom).
KRVNI SERUM, tečni deo krvi – kada se iz krvne plazme odstrani fibrinogen (belančevina krvi, koja sprovodi sa ostalim faktorima – koagulaciju, zgrušavanje krvi).
KRVOTOK, predstavlja zatvoreni sistem krvnih sudova i centralnog organa srca, kroz koji krv neprekidno cirkuliše. Srce predstavlja šuplji mišićni organ koji sprovodi funkciju pumpe, a krvni sudovi – arterije, kapilari i vene predstavljaju tzv. krvno korito – kroz koje neprekidno cirkuliše krv.
KVALITATIVNI METABOLIZAM, intermedijerni metabolizam, predstavlja kvalitativne postupke promene koje jedna materija pretrpi od momenta unošenja u organizam – do konačnog njezinog razlaganja, odn. krajnjih produkata, CO_2 i H_2O (za masti i šećere), a kod belančevina – još i urea.
KVANTITATIVNI METABOLIZAM energetski metabolizam, koji predstavlja analizu i praćenje količine oslobođene energije iz hranljivih materija, koje kao hranu unosimo u naš organizam. Potencijalna hemijska energija pojedinih hranljivih materija, kao i životnih namirnica (hleb, meso, sirevi, slanina i dr.) – određuje se u kalorimetru, gde se meri količina toplote pojedine materije, koju ona oslobađa pri sagorevanju. Oslobođena količina toplote – izražava se u kilogram/kalorijama (velike kalorije) KCal., 1 KCal. ima 1000 cal. (odnosno gram cal.), a 1 gram kalorija ili mala kalorija – je ona ukupna količina energije (toplote) koja je neophodna – da bi se 1 cm^3 vode zagrejao od 15° do 16° C.
LEUKOCITI, krvne ćelije bele krvne loze, koji na razne načine učestvuju u

odbrambenim mehanizmima od infekcija bakterija.

*LIMFA***,** tečnost slična krvnoj plazmi u kojoj se nalaze i ćelije limfociti. Sa međutkivnom tečnošću – odakle limfa i nastaje kada prelazi u limfne kapilare, i sa krvnom plazmom čini jedan tečni milje – preko koga se vrši razmena rastvorenih materija i gasova i održava stabilno stanje unutrašnje sredine našega organizma. Limfa otiče preko limfnih sudova – da bi se preko ductus thore cicus-a ulila u vensku krv.

LIPIDI, masti, ili energetske materije tj. velika grupa organskih jedinjenja, koja su nerastvorljiva u vodi, već u organskim rastvaračima. Sastavljeni su od viših masnih kiselina (palmitinska, strearinska, oleinska i dr). Od trovalentnog alkohola glicerola, kao jedinjena – estri. Oni čine depoe energetskog materijala, učestvuju u sintezi hormona i nalaze se u građi membrana svih naših ćelija.

MAKSIMALNA POTROŠNJA KISEONIKA VO2 - max, predstavlja onu maksimalnu količinu kiseonika, koju respiratorni kao i kardiovaskularni sistem i krv – mogu da obezbede organizmu u jedinici vremena. Njegova vrednost odgovara aerobnom kapacitetu, i njegova vrednost zavisi primarno od sistematski sprovedenog treninga za duži niz godina. Maksimalna vrednost mu doseže do 7 litara u minutu.

MAKSIMALNA VOLJNA VENTILACIJA (MVV), količina vazduha koju ispitivana osoba može maksimalno udahnuti i izdahnuti 10 ili 15 sekundi.

MALI KRVOTOK, plućni krvotok koji počinje od desne komore (zapravo od a. pulmonalis) – da bi krv vensku, preko grana plućne arterije – sproveo do plućnih kapilara, i dalje – preko 4 vene, plućne – sproveo arterijsku krv do leve pretkomore (tu je kraj malog krvotoka).

METABOLIZAM AMINOKISELINA I PROTEINA, u organizmu svakog čoveka se svaki dan razgradi i resintetiše oko 125 do 225 gr proteina. Samo oko 75% amino kiselina nastalih hidrolizom unetih proteina – iskoristi se za stvaranje, sintezu belančevina našega organizma, a ostatak za sintezu drugih jedinjenja ili se razrade. Tako se razrađivanjem – svakodnevno gubi oko 30 do 35 gr proteina, i zato je neophodno unositi sa hranom svakodnevno – oko 60 do 80 gr na dan. Ako se to ne sprovodi – nastaje deficit ovih gradivnih materija, a što neminovno dovodi do ozbiljnih i teških poremećaja. Međutim, ako se proteini unose u višku – rezultira njihovo pretvaranje u glikozu i trigliceride. Samo razlaganje unetim sa hranom u digestivnom traktu – sprovodi se pod dejstvom fermenata želudačnog, pankreasnog i soka tankog creva (fermenti proteaze) – do amino kiselina. Sve aminokiseline se razgrađuju preko procesa transaminacije, dekarbokcilacije i dezaminacije – a kao krajnji produkt metabolizma – javlja se (urea). Količina svakodnevno izlučene uree preko mokraće (oko 15-20 gr) zavisi od količine unetih belančevina sa hranom. U hrani se moraju unositi i belančevine sa esencijalnim aminokiselinama (meso, mleko, jaja, sir). Uvećane količine belančevina u svakodnevnoj ishrani moraju se obezbediti u hrani kod dece i omladine (za stvaranje novih ćelija i telesne mase kod svih sportista), pošto je degradacija znatnije veća nego li npr. kod nesportista, pa zatim kod trudnoće (radi izgradnje organizma ploda) i posle preležane bolesti, radi reparativnih procesa posle bolesti gde se razgradilo mnogo ćelija i tkiva organizma.

METABOLIZAM LIPIDA, varenje masti koje su unete sa hranom počinje u duodenumu pod dejstvom pankreas-

nog soka, fermenta lipaze. Prethodno se sprovede emulgovanje masti – pod dejstvom pokreta mešanja, tako da se formiraju masne kapljice, da bi se ta nastala emulzija pod dejstvom žuči pretvorila u stabilnu emulziju i time olakšalo dejstvo fermenta na veliku količinu supstrata. Molekule masti se razlažu na slobodne masne kiseline i glicerol, koji se kao trovalentni alkohol rastvara u vodi od crevnog sadržaja – tako rastvoren resorbuje u limfne i krvne kapilare tankog creva. Sve masne kiseline se normalno resorbuju (uz pomoć žučnih kiselina) i preko krvi se transportuju do mišića kao i mišićne ćelije, a delom i u adipocite. Glicerol se transportuje do jetre gde se fosforiliše u glicerol 3 fosfat. U krvi se masti transportuju vezane za proteine – kao lipoproteini. Oksidacija masnih kiselina predstavlja značajan izvor energije za mnoga tkiva i organe, a posebno za miokard, skeletne mišiće, bubrege, jetru. Njihovom potpunom oksidacijom oslobađa se oko 9 Kcal/gr. One se oslobađaju i iz depoa masti, a oksidišu se u mitohondrijama, i to je tzv. „Boksidacija“, jer se sprovodi na B-C atomu. RQ iznosi oko 0,7 – za razliku od oksidacije glikoze (iznosi 1).

METABOLIZAM UGLJENIH HIDRATA, u vezi sa šećerima koji su značajni faktori u ishrani sportista – pošto se oko 15% ukupnog energtskog prometa organizma obezbeđuje preko ugljenih hidrata. Osim toga, normalno sagorevanje ugljenih hidrata – obezbeđuje i normalan metabolizam masti i belančevina („masti sagorevaju na vatri ugljenih hidrata“). Najznačajniji šećer je – skrob, koga čine maltaza i amilipektin, a od diserharida – saharoza, dok je to kod odojčadi – laktoza u majčinom mleku. Glikogen je znatno manje zastupljen dok se celuloza ne može uopšte variti u našem digestivnom traktu. Hidrolizu skroba i ostalih ugljenih hidrata sprovode fermenti pljuvačke, pankreasnog soka i crevnog soka, saharidi koji nastaju u toku varenja – resorbuju iz lumena tankog creva i preko krvotoka vene aorte, dolaze u krvotok, i tako se transportuju do jetre i sve ćelije u organizmu.

METABOLIZAM U CENTRALNOM NERVNOM SISTEMU, predstavlja jedan integralni energetski promet, koji je neobično intenzivan. Od ukupne telesne mase mozak čini samo 2 %, a troši 20 % od ukupne energije organizma. Osnovni izvor energije mozak crpi iz glikoze, a može u gladovanju da koristi i katonska tela (ß-oksibuterna kiselina, acetosirćetna kiselina, aceton, koji se inače enormno povećava kod šećerne bolesti). On nema veće energetske rezerve kao mišić – pa je zbog toga mozak preosetljiv na svaku vrstu ishemije. Kod prekida cirkulacije za par sekundi, dolazi do potpunog gubitka svesti. Ako se to stanje produži na par minuta, nastaju teška i nepovratna oštećenja mozga, a posebno (neurona kore velikog mozga), što neumitno vodi ka smrti organizma. Oksidativni metabolizam je znatno intenzivniji u centralnom nervnom sistemu – nego li u miokardu. Veliki deo energije se koristi u biosintetskim reakcijama, i to naročito za rad “Na” i “Ka” pumpe, tj. transport jona i održavanje gradijenta jona Na^+, K^+ i Ca^{++}. Sve to, pored ostalog održava membranski potencijal pa i generisanje akcionih potencijala neurona, odnosno generisanje nervnih impulsa u centralnom i perifernom nervnom sistemu, kao i u receptorima, bilo da se radi o intero – ili pak o eksteroreceptorima.

MINUTNI RESPIRAT. VOLUMEN, predstavlja onu zapreminu vazduha, koja se u toku jednog minuta unese u

pluća. Njegova vrednost se lako izračunava ako se zna frekvenca disanja i sva znana vrednost inspiratornog (Tidalov-volumena RV = 14.0,5), a što u stanju mirovanja iznosi 71 atmosf. vazduha, a kod fizičkih napora je 160-180 lit/min.

MINUTNI VOLUMEN SRCA (MV), predstavlja onu zapreminu krvi koju srce izbaci u aortu u toku jednog minuta. Njegova vrednost se dobija tako što se udarni, odnosno sistolni volumen pomnoži sa srčanom frekvencicijom ili: MV = SV.FS.

MITOHONDRIJE, ćelijske organele, koje se nalaze u citoplazmi. Pored ostalih sastojaka – lipida, lipoproteina, proteina, fermenata i prenosioca elektrona – sadrže i izvesnu količinu i DNK i RNK. Preko složenog mehanizma tzv. "protonskih pumpi" i specifičnih ćelijskih fermenata – u mitohondrijama se sprovodi sinteza ATP iz ADP i fosfata.

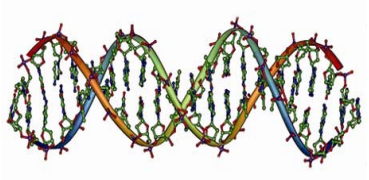
MOKRAĆNA KISELINA, predstavlja krajnji metabolički produkt purinskih baza kod čoveka. Purinske baze kao konstituenti nukleotida i nukleinskih kiselina su – adenin i gvanin. Mokraćna kiselina se kao jedinjenje koje je nepotrebno organizmu – izbacuje preko mokraće, sa ureom i kreatininom.

MONOKARBONSKA KISELINA ILI (MASNA KIS.), br. C atoma je paran jer se oni sintetišu od sirćetne kiseline. Imaju karboksilnu grupu (R-COOH). Najvažnije su palmitinska (16C), stearinska (18C), oleinska (18C), linolna (18C) i druge. Linolna i linoleinska su esencijalne masne kiseline, što znači da ih organizam ne može sintetizovati, već se moraju unositi hranom.

MOTORNA JEDINICA, osnovna funkcionalna jedinica skeletnog mišića, a sastoji se od jednog motornog nervnog vlakna i svih mišićnih vlakana, koje ono inerviše. Što su pokreti precizniji – broj mišićnih vlakana u motornim jedinicama mišića je manji. Mišići, koji sprovode i održavaju pozu *(antigravitacioni)* imaju veliki broj mišićnih vlakana – koje inerviše samo jedno motorno vlakno. Motorna jedinica mišića koja sprovodi sve precizne pokrete (muskulatura prstiju šake ili mišići za fonaciju i govor, a posebno mišići pokretači očnih jabučica – bulbomotori) poseduju samo jedno mišićno vlakno. Zato su i nervni centri u kori velikog mozga tzv. motorni centri ove grupe mišića enormno veći od motornih centara *antigravitacione muskulature.*

NEBELANČEVINSKI-REST AZOT, predstavlja niz azotnih jedinjenja koji se pored belančevina – nalaze u krvnoj plazmi, odnosno serumu. A u ova jedinjenja spadaju: aptidi, aminokiselinski azot, urea, mokraćna kiselina, kreatin, kreatinin, amonijak i njegove soli.

NUKLEOTIDI, nukleinske kiseline, su složena hemijska jedinjenja, koja su kao aminokiseline i proteini od primordijalnog značaja za održavanje i sprovođe nje svih životnih procesa. To su: polinukleotidi, (DNK dezoksiribonukleinska kiselina) veoma složene gradnje sa nekoliko stotina parova baza. Njihova osnov-



Poznati istraživači: Fridrih Mešer, Ričard Altman, Leven Hibus, Viliam Astburi, **Džejms Votson** (nobelovac, biolog)

na funkcija je čuvanje i prenos (genetskih informacija) i u tom smislu – predstavljaju molekule nasleđa. Na taj način živa bića održavaju svoj kontinuitet na Zemlji od postanja. Segment koji prenosi ova važna uputstva naziva se gen.

ONKOTSKI PRITISAK, predstavlja onu vrednost osmotskog pritiska krvi i telesnih tečnosti, koga proizvode rastvorene makromolekule koloidnih čestica belančevina – i on iznosi oko 25 mm Hg, od ukupnog osmotskog pritiska krvi, a koji iznosi oko 7,6 atmosfera.

OTVORENI TERMODINAMIČKI SISTEM, odnosi se na na sve žive sisteme koji sprovode razmenu materije i energije sa okolinom. Time se postiže dinamička ravnoteža – „Steady State". To je stanje u kome se podjednakom brzinom unosi materija, a reakcioni produkti ga u tom periodu izbacuju iz organizma. Živi sistem se time pokorava drugom zakonu termodinamike, kao jednom od najsuperiornijih zakona prirode.

PARASIMPATIKUSNA INERVACIJA SRCA, sprovodi se preko vlakana n. vagusa (X par moždanih nerava, poznat kao „nerv lutalac"). Ova postganglijska nervna vlakna izazivaju smanjenje impulsa u predvodniku srčanog rada, pa tad nastaje usporeniji rad srca (bradikardija srca).

PERIODIČNO DISANJE, Čejn-Štoksovo disanje, javlja se kod zdravih osoba, kada se u prvoj fazi aklimatizacije na visinama srednjeg visokogorja – duže zadržavaju. To nastaje zbog hiperventilacije, pošto atmosferski vazduh ima manje kiseonika nego na nivou mora, pa se i tim procesom uvek gube velike količine prirodnog ugljen-dioksida.

PREDVODNIK SRČANOG RADA, (Pacemacer), skupina veoma razdražljivih ćelija, gde se spontano generišu svi impulsi (Sinoastrijalni čvor), koji se preko sprovodnog sistema srca prenose do ćelija miokarda.

PROTEINI, belančvine kao gradivne materije, složena su organska jedinjenja. A po njihovoj fiziološkoj funkciji, oni igraju ključnu ulogu u svim biološkim procesima, sa različitim i značajnim funkcijama: (enzimi ili fermenti, koji sprovode katalitičku ulogu kao biokatalizatori u svim našim važnijim ćelijama), (transportni proteini, koji vrše transport metabolita i to putem krvi), (kontraktilni proteini, koji u svim mišićnim čelijama sprovode skraćivanje kontraktilnih elemenata, tj. sprovode mišićnu kontrakciju, mišićni rad – belančevine aktin i miozin), (strukturmi proteini, održavaju strukturu i građu ćelija, tkiva, organa: kolagen, elastin, zatim karatin i drugo), (proteohormoni, produkti endokrinih žlezda, koje sprovode humoralnu regulaciju u organizmu). Pored ovih proteina imamo još: receptore (u ćelijskoj mebrani), antitela, faktori rasta ćelija, genregulatorni proteini, toksini (zmijski otrov), toksin difterije itd.

PUFERI, regulatori elektrohemijske reakcije kod unutrašnje sredine organizma, odnosno regulatori koncentracije jona vodonika. To su određene smeše slabih kiselina (odnosno baza) i njihovih soli. Važno je istaći činjenicu da su nervni centri, a posebno neuroni kore velikog mozga – posebno osetljivi na promenu koncentracije jona vodonika, što sve vodi remećenju motornih i koordinacionih centara, a to sve vodi izostavljanju preciznih pokreta npr. u borilačkim sportovima, gde ima izražene koordinisane aktivnosti. Stoga je nužno sportistima obezbeđivati i maksimalne (puferske) kapacitete organizma, sportskim i dijetetskim režimom pravilne ishrane.

PULS-BILO, predstavlja jasne ritmičke oscilacije zida arterijskog krvnog suda – kao posledica ritmičkog povećavanja krvnog pritiska u aorti – koji se velikom brzinom rasprostire na periferiju i tako se (palpacijom) može osetiti, pa i registrovati. A puls ima onu frekvencu koju ima i srce. Puls se manifestuje i na venama, pa je to venski puls.

PULSNI PRITISAK, izvedena vrednost (120-80=40 mm Hg).

REFLEKS, nevoljna, spontana reakcija organizma – na dejstvo spoljašnjih ili unutrašnjih draži – a sprovodi se preko centralnog nervnog sistema. Refleksi

mogu biti diferencirani po raznim kriterijumima. Tako imamo: motorne, sekretorne, vazomotorne, po kriterijumu odgovora organizma. Po biološkom karakteru – imamo odbrambene, reflekse ishrane, polne i dr. Ipak, kao osnovna klasifikacija – daje dve velike grupe refleksnih reakcija organizma i to:
1.) Bezuslovne ili urođene.
2.) Uslovne ili stečene.

RESPIRATORNI CIKLUS, čine jedan inspirijum i ekspirijum koji sledi posle njega. To je jedan respiratorni ciklus. U stanju mirovanja organizma takvih ciklusa u jednom minutu – postoji od 12 do 16. To se definiše kao frekvenca disanja. Što je napor organizma veći, frekvenca disanja se povećava – i do vrednosti 30, 40/min.

RESPIRAT. KOEFICIJENT (RQ), što predstavlja količnik između izlučenog CO2 i utrošenog, primljenog O_2.

RESPIRATORNI MIŠIĆI su grupa mišića, koji svim svojim kontrakcijama obezbeđuju akt disanja, tj. sprovođenje inspirijuma i ekspirijuma respiratornog ciklusa, pa time i ventilaciju pluća. Prema funkciji – dele se na inspiratorne (mm. intercostales ext. dijafragma) i ekspiratorne (mm. intercostales int.). To su tzv. pravi raspiratorni mišići, koji sprovode ventilaciju u stanju mirovanja organizma. U uslovima većih fizičkih napora (npr. sportskih) – u respiraciju se angažuju i tzv. pomoćni resp. mišići. I jedni i drugi obezbeđuju povećane ventilacione kapacitete tj. veliki minutni respiratorni volumen, iz koga se obezbeđuju i veoma znatne količine O_2.

RESPIRATORNA POVRŠINA PLUĆA, videti termin „alveole pluća".

RESPIRATORNI VOLUMEN (VT), količina atmosferskog vazduha koja se udahne ili izdahne tokom normalnog disanja, koje se izvodi u stanju mirovanja čoveka).

SASTOJCI ORGANIZMA, živa materija od koje su formirane ćelije i međućelijske supstance organa i tkiva, sastoje se iz velikog broja hemijskih jedinjenja: vode, mineralnih soli i organskih jedinjenja – ugljenih hidrata, masti, belančevina kao i od nukleinskih kiselina. Neorganski sastojci su: voda (od 56 do 65% a kod novorođenčadi i do 90%), mineralne soli, natrijum, kalijum, magnezijum, fosfor, sumpor i dr. Zatim i oligoelementi (gvožđe, bakar, mangan, molibden, cink, silicijum, jod, fluor, kobalt) i oni su u manjim količinama. A organski sastojci koji su bitni: belančevine, nukleinske kiseline, ugljeni hidrati i lipidi, vitamini, kao i njihovi derivati u organizmu.

SIMPATIKUS – INERVACIJA SRCA, sprovodi se preko postganglijskih simpatikusnih vlakana srca, koji izazivaju ubrzanje srčanog rada, povećavajući srčanu frekvenciju (tahikardija).

SISTOLA SRCA, predstavlja kontrakciju srčanog mišića kada se u srcu naglo povećava pritisak krvi – i krv se tada istiskuje iz srca (iz leve komore u aortu a istovremeno iz desne komore u a. pulmonalis). U stanju mirovanja organizma – sistola komora traje 0,3 sec, a naredna dijastola 0,5 sec.

SISTOLNI (UDARNI) VOLUMEN SRCA (SV), predstavlja onu količinu krvi, koju srce istisne za vreme jedne sistole u aortu (istu tu količinu izbaci i desna komora u a. pulmonalis) i ona iznosi 80 cm^3 krvi. To je fiziološka vrednost sistolnog volumena nesportista. Srce kod takmičara iz raznih sportskih oblasti – u stanju mirovanja – ima znatno veći udarni volumen, pošto je srce postalo snažnije tj. (hipotrofiralo) i pomalo povećalo svoje bivše zapremine (dilatiralo). Frekvenca srca kod svih sportista je u miru manja nego kod nesportista (netakmičara).

SISTOLIČNI PRITISAK, označavanje vrednosti krvnog pritiska u arterijama, srednjeg volumena u vreme sistole srca. Njegova vrednost se kreće i to u stanju mirovanja oko 120 do 140 mm Hg, a vrednost se znatno menja u uslovima aktivnosti kod sportskih takmičenja.

SKROB, videti "polisaharidi – ugljeni hidrati".

SPOLJAŠNA SREDINA ORGANIZMA, milje na površini zemlje kao i u atmosferi gde se živi i radi. Spoljašnju sredinu definišu sledeći pojmovi: sastav atmosferskog vazduha – smeša raznih gasova, atmosferski pritisak, vlažnost atmosfere, spolj. temperatura, sunčeva svetlost, ciklus dan-noć, izvori hranljivih materija, dejstvo gravitacije i nedefinisan kosmos.

SRČANI CIKLUS, srčana revolucija, predstvalja jednu sistolu i jednu dijastolu koja nastupa posle te kontrakcije. To je osnovna jedinica srčane aktivnosti. U jednoj minuti, u stanju mirovanja sprovede srce oko 70 srč. ciklusa – i to je srčana frekvencija. U miru traje – 0,8 sec.

SREDNJI KRVNI PRITISAK, predstavlja srednju vrednost sistoličnog i dijastoličnog pritiska.

STERIDI, biomolekule, koje imaju veoma značajnu ulogu i to: holesterol, steroidni hormoni, žučne kiseline, D-vitamin itd.

TRIGLICERIDI, kao estri glicerola i 3 masne kiseline. Predstavljaju energetsku rezervu u koncentrovanom obliku. Kompletna oksidacija – do CO_2 i H_2O oslobađa 9 kcal/mol. Povećanje triglicerida preko ref. vrednosti od 1,8 mmol/l pa naviše, zahteva lečenje „Lecitinom".

UGLJENI HIDRATI, videti pod pojmom "glicidi".

UDARNI VOLUMEN SRCA, videti "sistolni volumen srca".

UNUTRAŠNJA SREDINA ORGANIZMA, predstavlja sadržaj ili milje ćelija, međutkivne tečnosti, krvi i limfe. Za razliku od spoljašnje sredine, unutrašnja sredina teži da održi jedno stabilno, konstantno stanje u odnosu na temperaturu, nivo hranljivih materija i nivo gasova, nivo osmotskog pritiska, nivo rastvorenih soli, nivo koncentracije jona vodonika kao i količine krvi druge vrednosti, tzv. bioloških konstanti organizma čoveka.

UREA, predstavlja krajnji metabolički produkt belančevina, i ona se sintetiše u jetri. Veoma je toksična i povećava se u krvi kod unutrašnjih oboljenja, kada se enormno nagomilava u krvi. Ona se svakodnevno, kontinuirano izlučuje preko mokraće (15-20 grama).

VITALNI KAPACITET, maksimalna zapremina vazduha koja se može ekspirirati – odnosno posle maksimalne inspiracije. On se određuje medicinskim uređajem "spirometrom".

VITAMINI, videti termin "koenzimi".

VREME REAKCIJE, ili "reakciono vreme", predstavlja vreme koje protekne od momenta dejstva draži – do momenta reakcije, tj. odgovora organizma. Zavisi od stanja u nervnim centrima; produženo kod zamora, iscrpljenosti, a posebno je produženo pod dejstvom alkohola i drugih neurotropnih materija (lekova).

ZAKON TERMODINAMIKE PRVI ZAKON, ili zakon o konzervaciji energije, on definiše da se energija ne može stvarati niti uništiti, već se može transformisati iz jednog oblika u drugi.

ZAKON TERMODINAMIKE (DRUGI ZAKON), precizno govori o problemu – da li će se proces odvijati i kada, ili ne – i u kom pravcu. Ovaj II zakon sadrži u sebi i pojmove entropije. Po ovom zakonu svi procesi teže i da se odvijaju u takvom pravcu – da se entropija sistema sa okolinom povećava dok se ne postigne ravnoteža. U mo-

mentu postizanja ravnoteže, entropija dostiže maksimum. Sistem koji je postigao ekvilibrijum – nije u stanju da izvršava rad. Iz ovoga proizilazi prvo objašnjenje pojma entropije po kome bi entropija bila sastavni deo ukupne energije sistema (Δ E) koji se ne može iskoristiti kao pokretačka sila za neki proces ili pak promenu, odnosno obavljanje rada. Sve promene ukupne energije sistema u toku događanja procesa – ravno je zbiru promena slobodne energije ili (Δ G) i promene antropije (Δ S), (Δ E = Δ G + T Δ S), gde je T apsolutna temperatura u °K. Povećanje antropije znači i smanjenje reda, odnosno povećanje nereda u sistemu. Zato entropiju i ističu kao meru nereda i stepena slobode sistema, pa ima dimenzije cal/°K mol. Čvrsta tela imaju relativno malu entropiju, dok gasovi čiji se molekuli nalaze uvek u haotičnom kretanju – imaju veliku slobodu i veliku entropiju. *Ipak, teško je sve te zakonitosti u neživim sistemima prenositi na žive sisteme, tako da gore sva naznačena Klausiusova razmatranja – kao da ne važe za živi sistem. Oni su daleko složenije organizovani – od bilo kog neživog sistema, a to znači da imaju malu entropiju. Pored toga živi sistemi – imaju mogućnost da smanjuju entropiju okoline. I u živom sistemu ne perzistira stanje termodinamične ravnoteže, ali bez svake sumnje – njezino postizanje značilo bi prestajanje vitalnih procesa, tj. smrt. Zato se i život u savremenoj nauci i jasno definiše, "kao neprekidna grčevita borba protiv tendencije intenzivnog povećanja entropije".*

BIOMEHANIKA (grč. sprava, mašina), nauka koja proučava uzroke mirovanja i kretanja tela sa sopstvenom sposobnošću kretanja, tj. odnosi se na mehaniku živih bića. Biomehanika je mlada nauka koja se zasniva na anatomiji i mehanici. Njen razvoj naročito je bio intenzivan posle Drugog svetskog rata. Ceo niz svetskih naučnika razrađivao je njene temelje (Marej, Demeni, Fišer, Braun, Molijer, Fik, braća Veber, Lesgaft, Braus i drugi). Sa biomehaničkog aspekta, čovečji aparat za kretanje deli





se na pasivni (kosti, zglobovi) i aktivni deo (mišići). *Na slikama: biomehaničkа proveravanja (EMG) aktivnih sportista. U zadnjim decenijama analize pokreta ljudskog aparata za kretanje znatno su uznapredovale zahvaljujući i izumima Nikole Tesle, kao što je EMG (elektromiografija).*

BIOMETRIJA, deo sportske medicine sa primenom metoda ispitivanja i utvrđivanja promenljivih fiz. i funkcionalnih osobina sportista koji su pod uticajem spoljnih faktora (procesa treninga), naslednih svojstava i konstituciji sportista. *Biometrija u sportu pomaže da se dozna istina o telu sportiste i kroz otisak prstiju, uzimanje uzoraka krvi nakon takmičenja, kao anti doping kontrola, DNK – kao antologija tela, dakle podatke o telu i podaci iz tela sportiste.*

BJEDOV ĐURĐA (Split, 1947), jedna od najpoznatijih plivačica planete, jugoslovenska reprezentativka i olimpijska pobednica (Sijudad Meksiko, 1968), u plivanju na 100 m prsno. Osvojila je prvu olimpijsku medalju za jugoslovenski plivački sport nekadašnje i velike države SFRJ, a za svoje sportske uspehe *Zaslužna je sportistkinja* bivše države SFRJ. Posle takmičarskog perioda, posvetila se poslu trenera plivanja.



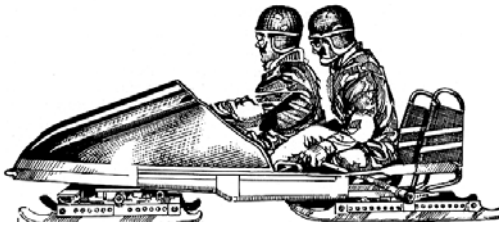
BJORKSTEN E. KRISTINA (Vilmalstrand 1870-1947), jedna od najpoznatijih istraživača gimnastike i reformator švedske gimnastike i bila šef katedre za švedsku gimnastiku na Insitutu za telesne vežbe u Helsinkiju.

BLACK BELT, poznati američki časopis za karate sport „Crni pojas“, koji izlazi na adresi: Incorporated 5650 Washington, Bouleward Los Angeles, Cal. 90016, USA.

BLATHI OTO (Tatabanja, 1860 – Budimpešta 1939). Veliki istraživač šahovskih problema (ukupno 500 sa oko 25000 poteza). Držao je od 1889. godine svetski rekord sa problemom od 255 poteza u šahu, autor knjiga o šahovskom sportu u svetu.

BO, vrsta oružja, ili dugačak bambusov štap, dužine 150 cm, koji se koristi u borilačkoj veštini bo-jutsu.

BOBSLEDŽING (engl. bob, lupiti ili trgnuti, sledge=saonice), takmičarska disciplina sankanja na posebno konstruisanoj zaleđenoj stazi saonicama sa kormilom i kočnicom kojim upravlja ekipa od 4 ili 2 takmičara boba. Ova sportska disciplina vuče korene od XIX veka, podstaknuta grupom engleskih turista u Sen Moricu, koji su bili nezadovoljni mogućnostima sankanja na niskim švajcarskim sankama, konstruisali su drugačiju snežnu stazu i modifikovali sanke. Prvobitni bob se zvao toboggan sled, ali su se te sanke zbog svoje lakoće pokazale nefunkcionalne za velike brzine, tako da su konstruisane teže saonice sa opterećenjem (godine 1895.), a potom su izgrađene i nove staze i formiran prvi bob–klub Sen Moric bobsleight i održano prvo takmičenje 1898. Međutim, savremeni bob konstruisan je 1904. u Sen Moricu, a prvo ozbiljnije takmičenje održano je u Austriji 1908, a prvo prvenstvo Evrope, kao i prvo prvenstvo sveta održani su u Sen Moricu 1914. i 1927, zatim su Druge zimske Olimpijske igre održane 1928. Veliki uspon bob-sporta je dobio svoju kulminaciju 1938. godine, kada je bilo registrovano 60 bob-staza u raznim delovima Evrope. Godine 1923, formirana je i međunarodna organizacija FIBT (Federation Internationale de Bobsleigh et de Tobogganning). U vezi sa takmičarskom stazom i takmičenjem, internacionalna takmičenja moraju ispunjavati sve propozicije: dužina staze najmanje 1500 m, sa 15 krivina, zaštita visokim nasipom, nagib staze 8-15%, staza mora biti propisno i ravnomerno zaleđena. Bob sa 4 osobe postiže brzine do 160 km na čas, dok je dvosed nešto sporiji. Za najboljeg konstruktora boba na svetu smatra se svetski prvak Švajcarac F. Fejrabend. Od umešnosti, dobrog balansiranja i sinhronizacije zavise najbolji osvojeni rezultati (najkraće vreme vož-



Bob iz XIX veka



Bob četvorosed (XX vek)



Svetsko prvenstvo u XXI veku

nje) četvoročlane ili dvočlane posade trkaćeg boba, na javnim takmičenjima.

BODIBILDING, videti u terminologiji (kulturizam, atletska gimnastika).

BODIDARMA, indijski kaluđer i prvi misionar budizma, koji je bio i osnivač karatea. Početkom VI veka, preneo iz Indije u Kinu borilačku veštinu boks, iz koje je vremenom nastao kineski boks, a iz njega je proistekla karate veština.

BODI-FITNES, sportska disciplina iz



matične grupe kulturizma ili bodibildinga. *Bodi-fitnes je elegantna disciplina u takmičenju žena, gde se traži ženstvenost uz definisanost, simetriju i proporciju tela, uz obavezu upoređivanja sa pozama u takmičenjima. (Na slici: višestruka prvakinja Rusije, Evrope, i svetska šampionka u bodi-fitnesu, Ekaterina Gamagina, u federaciji IFBB, za 2011/2012. godinu).*

BOĆANJE (ital. bocce), sportska igra boćama, tj. kuglama bez čunjeva na otvorenom igralištu. Igra datira iz antičke Grčke, a izmislio je Spartanac Timokrates (500. godine). Igru su preuzeli Etrurci, koji su je preneli Rimljanima, a ovi su je preneli iz Italije u ostale mediteranske zemlje. Igra boćanja dobija svoju ekspanziju posle 1898. godine u Italiji, zatim se stvaraju dve međunarodne boćarske organizacije, jedna sa svojim sedištem u Lionu *Unione Bocciofila Internazionale (UBI)*, a druga sa sedištem u Luganu *Federazione Internazionale Giocata Bocce (FIGB)*, zatim se stvara najveći savez za boćanje u Evropi u Torinu, pod nazivom *Federation Internationale de Boules (FIB).* Karakteristike boćanja su: *igralište (jog) je ravno zemljište posuto finim peskom dužine 27,5 m, a širine 2,5-4 m. Sve uzdužne i poprečne granice igrališta označene su linijama, a iza poprečnih granica igrališta postavljene su ograde. Upotrebljavaju se šuplje kugle obično od čelika i težine 1400 gr. Takmičari nastoje približiti svoje kugle što bliže balinu (malenoj drvenoj kugli sa promerom do 33 mm), a veštinom bacanja ili kotrljanja postižu se poeni, koji mogu biti maksimalno 15 i iskazani su na semaforu. Igra se u parovima ili četvorkama, a boduju se kugle koje nisu udaljene od (balina) preko 50 cm. Najbolja ekipa u boćanju je reprezentacija Slovenije, koja je višestruki svetski i evropski šampion. Reprezentacija Srbije je u svetskom vrhu sa brojnim medaljama. Sa trenerom Milanom Jankovićem, Miloš Milaković i Srđan Butorac, postali su vicešampioni boćarskog SP (Kazablanka, Tunis, 2017). Takođe, jedan od najboljih takmičara u boćanju je Leo Brnić, reprezentativac Hrvatske, evropski i svetski šampion (u brzinskom izbijanju boća).*



Tereni boćarskog kluba Novi Beograd





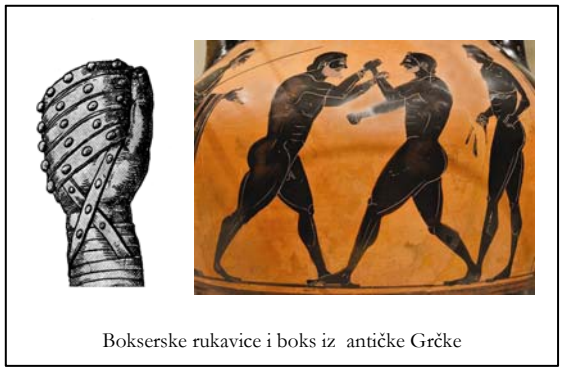
Levo: boćarske kugle, i na slici desno: Leo Brnić, reprezentativac Hrvatske, višestruki šampion Evrope i svetski šampion u boćanju

BOJADŽI VIDAKOVIĆ ATINA (rođena u Ohridu, 1942), svetska šampionka u maratonskom plivanju. Najveći uspeh je ostvarila na PS održanom na Ohridskom jezeru, gde je stazu od 37 km, preplivala u vremenu od 11.49,06 časova. Na PS 1965. godine osvojila je 2. mesto. U periodu 1965-1969, plivala je deonicu Kapri-Napulj u ženskoj i muškoj konkurenciji, a 1969. preplivala je engleski kanal Lamanš, kao prva Jugoslovenka u vremenu od 13.20,00 časova. Učesnik je više takmičenja u maratonskom plivanju (Liban: Lajda-Bejrut 50 km), (Egipat: Nil-Suecki kanal), kao i plivališta na rekama Sirije. Atina Boja-

dži, sestra je poznatog maratonskog plivača Dikija Bojadžija, višestrukog jugoslovenskog šampiona, sa kojim je trenirala na Ohridskom jezeru, na relaciji Sveti Naum – Ohrid. Umrla 2010. godine.

BO-JUTSU, japanska borilačka veština štapovima. Nastala je iz potrebe naroda za samoodržanjem, jer je bilo zabranjeno nošenje oružja. Ova veština je danas locirana samo na Japan, u klubovima za mačevanje i kendo.

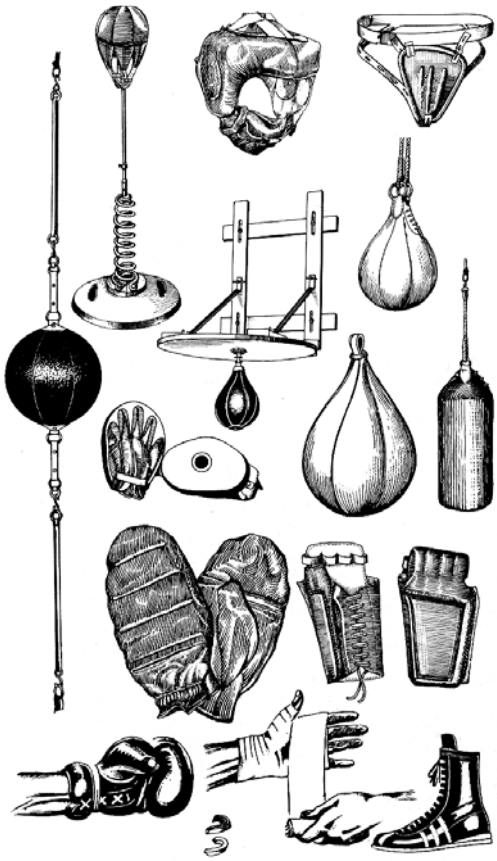
BOKS (engl. udarac šakom). Smatra se da je boks na tle Evrope donet sa Istoka (Vavilon, Persija, Egipat), prvo preko Krita u Mikenu, zatim u Grčku, da bi preko Grčke stigao do Rima, a odatle se boks proširio ka mnogim zapadnim zemljama. U antičkoj Grčkoj, a naročito u Sparti, boks (pesničenje) bio je sastavni deo vojničke obuke, i ušao je u obavezan sastav tadašnjih gimnazija, da bi bio uveden i u program Olimpijskih igara (688. g.) na XXIII Olimpijadi. Tadašnje borbe (u boksu) vođene su golim rukama ili pesnicama koje su bile omotane dugim kaišima od ovneće ili bivolje kože, a često bi se na te kaiše zakivale metalne kvrge (nitne), da bi sa njima udarci bili ubojitiji. Pobednici u pesničenju na Olimpijadama sticali su veliku slavu, i o tome je pisao i Homer u svojim delima Ilijada, Vergilije itd. Savremeni boks vodi poreklo iz Engleske, gde su se održale preteče prvih prvenstava 1719. godine. Boks se u ta vremena odvijao golim rukama u nekom improvizovanom obeleženom borilištu, koje je bilo oblika kruga, a borbe su se odvijale sve dok jedan od boraca ne bi pao onesvešćen ili ako bi ga drugi borac (takmičar) izbacio iz kruga. Prvi konstruktor ringa je bio Džems Fing, koji je otvorio prvu boksersku školu u Totenhem Kvartu u Londonu. A 1865. godine u boksu se uvode i sekundanti. Međutim, iako su borbe u boksu bile veoma popularne, one su tada od vlasti u Engleskoj bile zabranjene, zbog svoje



Bokserske rukavice i boks iz antičke Grčke



Boks u slikarstvu i vajarstvu antičke Grčke (4. vek pre nove ere)



Kompletna bokserska oprema i rekviziti (s kraja XIX i tokom XX veka)

svireposti, tako da su se svi turniri održavali tajno. Po propisanim bokserskim paragrafima (bilo ih je 29), veličina ringa je bila samo 91 x 91 cm (što je naravno sa današnjeg aspekta besmisleno), koji je borcima onemogućivao bilo kakve kretnje, tehnike, eskivaže itd. Jednostavno, jedan borac bi vešto oborio drugoga, i ako oboreni ne bi u roku od 30 sekundi nastavio borbu – proglašavan je pobednik turnira. Tada je bilo strogo zabranjeno da se bokseri nepropisno ponašaju (hvataju za telo, za noge, za odeću, itd), za šta je brinulo dvoje sudija (za svakog boksera po jedan). U drugoj polovini XIX veka izvršene su znatne inovacije u boksu, a kao prvo bokserima je omogućeno da se više kreću, uvedeno je eskiviranje, aperkat, kroše, udarac u pleksus, direkt, a takođe su se bokseri počeli deliti po kategorijama, i veoma važno – borbe su se podelile u nekoliko rundi, a bokseri razvrstani u određene kategorije. Za te sve tehničke izmene najzaslužniji su bokseri: Džon Šolt Daglas, Džon Lorens Salivan, Džems Kobert, Robert Ficsimons i drugi. Amaterski boks je imao svoja pravila, a profesionalni boks ili „nagradni boks“ je bio aktuelniji, jer su u njemu bokseri zarađivali velike svote novca, ali takođe i mnoge kladionice i biznismeni, koji su bili i pokrovitelji i „usisivači“ većinskog profita ostvarenog od profitabilnih turnira.Takođe, razlike između amaterskog i profesionalnog boksa su bile i u tome što se u profi-boksu borba odvijala sa manjim rukavicama, broj rundi je bio veći 6-20. Amaterski boks se odvijao u rukavicama oko 12 unca (342 grama), a u profi-boksu 4-6 unca (do 171 gram). U 1920. godini osnovana je i Međunarodna organizacija amaterskog boksa pod nazivom FIBA. Po njenim jasnim pravilima bokser-amater ne sme da: uzima novac, da se bori više od 9 minuta, da se bori sa profesionalcem, da godišnje provede više od 21 dan van mesta svog boravka itd. Početkom XX veka FIBA je zamenjena rečju AIBA, a amaterski boks je uključen u Olimpijske igre 1904. godine u Sent Luisu, dok je prvo evropsko prvenstvo organizovano 1925. godine u Stokholmu. U našim krajevima bokserski sport je bio deo teške atletike, a 1934. godine je odvojen i osnovan Jugoslovenski bokserski savez, koji je dao veliki doprinos u unapređenju bok-



Profesionalni bokserski ring (XXI vek)
Bokserski ringovi su dimenzija 4,9 m x 4,9 m, ili masimalno 6,1 m x 6,1 m, a konopci su postavljeni na visini 40,6 cm, 71,1 cm, 101,6 cm, i najviši na 132, 1 cm od poda borilačkog ringa (na slici).



Slavni bokser **Kasijus Klej** (Mohamed Ali), nokautira u prvoj rundi aktuelnog svetskog prvaka Sonija Listona i posta-je novi svetski šampion (Luiston, Mejn, USA, 1965).

sa. Od 1946. godine održana su brojna takmičenja na prostoru bivše SFRJ, koja je iznedrila poznatije bokserske šampione u amaterskoj kategoriji, a bila je tu i nekolicina uspešnih profesionalaca svetskog ranga: *Šovljanski, Jakovljević, Ristić, Rusevski, Mitrović, Benedek, Prebeg, Vujin, Parlov, Beneš, Vujković, Milić, Bećarević, Paunović, S. Kačar, T. Kačar, Puzović, Belić, Jelisijević, Perunović, Salihu, Bogujevci, a iz Srbije i Geard Ajetović (šampion EP u supersrednjoj kategorji WBO, 2012, 2013).* Bokserski selektori-treneri SFRJ bili su: *Ada-*

mović, Mladenović, Nagi, Bušić, dr Momčilo Savić, Radosavljević, Ivanović, Hrastinski. U današnjem boksu postoje federacije u profesionalizmu: *WBA (World Boxing Association), WBC (World Boxing Council), WBO (World Boxing Organization), IBO (International Boxing Organization)*, amaterska *IBF (International Boxing Federation).*

BOLT JUSAIN, (1986) reprezentativac Jamajke u atletici, *svetski je šampion u trci na 100 m u Njujorku, 2008. godine (9.72),*



dvostruki olimpijski pobednik (Peking, 2008) u trci na 100 m (9.69) i u trci na 200 m (19.30), svetski šampion na 100 m (9.58), Berlin, 2009. g. Olimpijski šampion u trci na 100 i 200 m (OI, London, 2012), 3 zlata (SP, Moskva, 2013), 100, 200 i 400 m.

BORBE PETLOVA (franc. combat de coqs), vrsta takmičenja specijalno odgojenih divljih petlova iz rase divljih indijskih petlova koji žive u džunglama. Borbe petlova su bile prvobitne sportske igre azijskih naroda, da bi se vremenom prenele u antičku Grčku zatim Rimljanima, pa dalje ka Americi i evropskim zemljama. Isprva je njihovo prisustvo bilo dominantno u Francuskoj kao i Engleskoj, sredinom XIX veka, dok su borbe petlova našle najbolje tle u ze-









mljama Latinske Amerike, gde su npr. u Kubi poprimila i nacionalni karakter, sve dok ih nije ukinula vlada Fidela Kastra. *Procedura takmičenja je sledeća: obično se borbe petlova organizuju tako da u njima učestvuju vlasnici najboljih petlova (boraca), koji na takmičenju nastupaju obično kao parni i pripadaju vlasnicima koji se sa njima prezentuju. Pobednik je vlasnik čiji petlovi imaju veći broj pobeda. Međutim, postoje i neke borbe petlova, koje su proglašene od organizacija za zaštitu životinja, kao nehumane. Takve borbe petlova se nazivaju „Kraljevska bitka" i „Velški meč" u kojima se u borilište pušta po nekoliko najborbenijih petlova raznih vlasnika, i gde samo jedan od njih ostane na nogama ili preživi. Važno je napomenuti da se veliki značaj pridaje treninzima borbenih petlova, kao i sistemu ishrane. Međutim, postoje i još grublje borbe petlova, gde se borbenim petlovima (takmičarima) na noge povezuju oštre mamuze od metala ili kosti, čija je dužina od 4-6 cm.* Sa sociološkog aspekta, u „borbi petlova" uključena je i želja za klađenjem, velikim profitom itd.

BORBE S BIKOVIMA (špan. corrida de toros), španske nacionalne priredbe, na kojima se takmičari bore s bikom, kome bi u određenom trenutku zadali smrtonosti udarac kopljem. Takve priredbe se održavaju redovno u Španiji, od aprila, pa sve do meseca oktobra, svake nedelje, kao i za praznike. Preteče ovog takmičenja vuku korene još od II veka, kada su stanovnici Iberijskog poluostrva organizovali takmičenje u lovu na divlje bikove, koje su upotrebljavali i kao deo ratničke taktike protiv neprijatelja. Kartaginjani su koristili bikove u raznim ratničkim taktikama, a Julije Cezar je takođe organizovao borbe ljudi sa bikovima, dovodeći i bikove i borce sa Iberijskog poluostrva. Car Oktavijan je prvi sazidao građevinu Statilus Staurus, specijalno namenjenu borbi s bikovima. Nažalost, vlastodršci Rima su takve ceromonijale priređivali i radi iživljavanja na zarobljenim neprijateljima ili hrišćanima. U VIII veku, kad su Mavri osvojili Španiju, ponovo su aktivira-

li borbe s bikovima. Isprva su se takve borbe s bikovima organizovale tako da su borci jahali konje, dok bi im pomagači naterivali bikove iz najboljeg ugla, koji je takmičarima na konjima najbolje odgovarao (što je bilo nehumano i nesportski), naročito je tako bilo ugađano znanim gospodarima, da bi se uzdizali i u očima svoga pokorenog naroda. Za vreme vladavine Filipa IV (1605.) borbe s bikovima postaju „humanije", tako što su takmičari (borci) dugo koplje zamenili kratkim mačem, a umesto konja borili su se peške. Krajem XVIII veka napisana su pravila za borbe s bikovima: peščana arena amfiteatarnog sistema prečnika do 50 m, opasanim sa dve ograde između kojih je hodnik za takmičare i njihove asistente. Sama arena ima troja vrata, jedna za ulaz toreadora, druga za ulaz bikova, a treća za iznošenje ubijenih bikova. Veoma su značajne selekcije i ukrštavanja bikova za borbu, koje traju do 4 godine, da bi bikovi starosti 4 godine bili zreli za borbu. *Program borbi s bikovima obuhvata ubijanje najmanje 6 bikova, i u tim borbama učestvuje 6 bikova, dok članove ekipe čine po jedan toreador*



(matador) kao glavni borac i po jedan pikador, koji jašući na konju razdražuje bika šiljatim i šarenim štapom sa gvozdenom kukom, zabadajući ih brzo biku u leđa. Glavni toreador draži bika 2-4 puta svojim velikim crvenim ogrtačem, pre nego što ga psihički i fizički iscrpi. Međutim, jedan od najboljih toreadora na svetu bio je prof. Huan Belmonte (1892-1962), karakterno poznat po izvesnoj humanosti, jer je govorio: „nije moj cilj da ubijem bika, već da se sa njim sportski nadmećem u areni, što duže". Posle teške povrede, nasledio ga je el Kordobez (Manuel Benitez), koji je tad imao samo u jednoj kalendarskoj 1964. godini – 100 borbi. *Međutim, pokret Katalonije za zaštitu životinja, traži zabranu koride zbog nehumanog ubijanja bikova.*

BORG BJORN (1956), teniski reprezentativac Švedske, *višestruki šampion Vimbldona 1976, 1977, 1978, 1979, 1980, šam-*



pion Međunarodnog prvenstva Francuske (Rolan Garos) 1974, 1975,1978-1981. Prema anketi ISK-a proglašen je najboljim sportistom sveta 1980. Živi u Monte Karlu.

BOROTRA ŽAN (1898-1933), francuski teniser, višestruki pobednik najprestižnijeg svetskog turnira „Vimbldon". Pripadao je od 1927-1932. godine najpoznatijoj teniskoj četvorki sveta: Brignonu, Lakosti, Borotri i Košetu, koji su osvajali slavni Dejvis-kup za Francusku.

BOROVAC PAVLE (Beograd, 1941), svetski šampion u sportskom padobranstvu. Postao je 1957. godine član Aerokluba u Beogradu (padobranstvo). Postigao je svetski rekord u grupnom skoku 4 padobranca na cilj sa zadrškom sa 2000 m, 2,3 m. Dobitnik je prestižne C značke najuspešnijeg padobranca.

BOROVČANIN NENAD (Loznica, 1979), reprezentativac Republike Srpske u boksu, bokser banjalučke „Slavije". Bio je i višestruki šampion Jugoslavije, šampion Evrope 2011/2012. godine u kruzer kategoriji (verzija WBO).

BOSNIĆ NIKOLA (rodio se u Vršcu 1941, a umro 1969), reprezentativac u sportskom padobranstvu kao pilot Vazduhoplovnog centra u Vršcu. Bio je višestruki šampion Jugoslavije u sportskom padobranstvu (7 jugoslovenskih rekorda). Oborio je 2 svetska rekorda i to: u grupnom skoku 5 padobranaca na cilj bez zadrške sa 1000 m, 3,9 m (1961. godine), i u grupnom skoku 3 padobranca sa zadrškom sa 2000 m, 00,38 m (1966. godine). Poginuo je u avionskoj nesreći kod Vršca, južni Banat, 1969.

BRIDŽ (eng. bridge), kartaška igra sa 52 karte, igraju dva protiv dva igrača, a ova igra se zasniva na licitaciji, uz veoma složena pravila. Postoje razne vrste bridža, a najpoznatije su *contract-b* i *auction-b*. Pobeđuje takmičar koji prvi postigne *rubber* (60 poena u dve partije). Širom sveta postoje bridž klubovi, kao i u Republici Srbiji, gde se redovno organizuju državni i internacionalni turniri, a *contract bridž* nastupa i na OI.

BOTVINIK MOJSEJEVIČ MIHAIL (Petrograd, 1911-1995), doktor tehničkih nauka, najpoznatiji svetski šahista pre, a i posle Drugog svetskog rata. Rani usponi u oblasti šaha počinju od njegove 12. godine, a sa 16 godina je osvojio zvanje majstora i postao višestruki prvak sveta. *M.Botvinik* spada i u elitu najboljih teoretičara sveta i inovatora šaha.



BRABHAM DŽEK (1926), australijski reprezentativac i konstruktor trkaćih automobila. Prvak sveta u trkama automobila iz 1959, 1960. godine u klasama automobila Formule 1 sa fabričkom markom „Cooper-Climax 1500“, a bio je i svetski šampion 1966. godine sa automobilom vlastite izrade. Bio je šampion u 14 gran pri, a u Engleskoj je 1947. godine počeo praviti i automobile sa motorima *Kuper, Klimaks, Ford, Alfa Romeo itd.*





BRODOMODELARSTVO (engleski modelyachting), delatnost koja obuhvata izradu plovnih modela brodskih jedrilica i motornih čamaca za posebna takmičenja. *Modeli su izrađeni u određenim dimenzijama i umanjene su kopije jedrilica i motornih čamaca. Međutim, prvobitno se pokušalo sa pravljenjem potpuno vernih kopija pomenutih plovila, ali to se nije dobro pokazalo u praktičnoj primeni na vodi, jer aero dinamične sile drugačije deluju na vodi, tako da su se ti minijaturni modeli morali modifikovati na poseban način. Modelarstvo je pratilo razvoj jedrenja kao i motonautike i njihov razvoj datira početkom 20. veka, kada su jedrenje kao i motonautika postali grane sporta. Nemački konstruktor Artur Tiler (1910. godine) objavio je i svoju knjigu o gradnji modela jedrilica, pa se u Engleskoj 1911. godine osniva i nacionalno modelarsko društvo, a 1934.*



Sportsko takmičenje u brodomodelarstvu

godine u Engleskoj je formiran Komitet modelarskog takmičnja, a 1936. godine osniva se Međunarodni savez modelara u Londonu. Veoma je važno napomenuti da sve izrade modela plovila zahtevaju veliko umeće: obradu drveta, farbanje, livenje olova, spojnica, dok uređaji za upravljanje zahtevaju od modelara veliko znanje iz precizne mehanike, poznavanje radio-tehnike, kao i osnove motoristike itd.

BRUMELJ VALERIJ (1942-2003), sovjetski atletičar, šampion sveta u skoku uvis (2,28 m), šampion na PS, olimpijski pobednik, na sportskim takmičenjima u periodu 1961-1965. godine, proglašen je i najboljim sportistom godine na svetu.

BRUS LI (1940-1973), honkonški filmski glumac i majstor kung-fua. Bio je i reformator stare kineske veštine borenja *"jit-kun-do"*, čije tajne je nasledio od svog učitelja borenja Ip Mena (1893 - 1972). Snimio je i ukupno 8 filmova, uglavnom oko Hong Konga, a u toku najveće popularnosti, preminuo je 1973. godine misterioznom smrću u Hong Kongu, a sahranjen je u Sijetlu. *Filmska dela Brusa Lija pokušao je da nastavi njegov sin Brendon Li, poginuo na snimanju filma „Vrana" 1993. godine.*



BRZINA, antropomotorička sposobnost za koju je karakteristično izvršavanje motoričke aktivnosti u, za date uslove, minimalnom delu vremena. *Ova osobina se ispoljava u raznovrsnim aktivnostima, a naročito u sportu. Brzina doprinosi ostvarivanju sportskih rezultata. Brzina je i genetski određena. U sportskim aktivnostima ispoljavanje različitih oblika brzine najčešće se javlja u kombinaciji. Postoje 4 oblika ispoljavanja brzine i to: latentno vreme motorne reakcije, brzina pojedinač. pokreta, frekvencija pokreta, sprinterska brzina. Za borilačke sportove (u karateu ili boksu) najbitnija je brzina pojedinačnog pokreta. Ona zavisi od godina života, pola, eksplozivne snage i gipkosti, koordinacije, konestezije i koncentracije pažnje, od dužine mišića, odnosa sporih i brzih mišićnih vlakana u mišiću. Brzina pojedinačnog pokreta rukom ne znači i brz pokret nogom kod iste osobe. Znači, nema univerzalno brzih ljudi. Brzina pojedinačnog pokreta može se povećati narastanjem nivoa snage.*

BRZINSKA BARIJERA, stabilizacija kretanja, zastoj u razvoju brzine kretanja.

BUBKA *(Nazarovič)* **SERGEJ** (Donjeck, Ukrajina, 1963), proslavljeni atletičar iz bivšeg SSSR, u disciplini skok motkom, olimpijski šampion (Seul, 1988), osvajač 6 zlatnih medalja na PS: Helsinki-1983, Rim-1987, Tokio-1991, Štutgart-1993, Geteborg-1995, Atina-1997. Aktuelni je







trener višestruke svetske i olimpijske šampionke Ruskinje *Jelene Isinbajeve.*

BUDŽ DONALD (1915-2000), reprezentativac SAD u tenisu, prvi u svetu je uspeo 1938. godine da osvoji Grend slem, tj. 4 pobede na 4 najveća svetska turnira: *Vimbldon, Rolan Garos, US* i *Australijan-open.* Pobednik Vimbldona u pojedinačnoj konkurenciji 1937. godine, a 1937. i 1938. godine u igri tenisa mešovitih parova (sa teniserkom *A. Merbl).*

BUGATI ETORE (u Milanu, 1882-Pariz, 1947), italijanski konstruktor automobila, prvi proizveo trkaće sportske automobile. Njegov čuveni „bugati" sa osam cilindara, početkom tridesetih godina dostigao je brzinu preko 200 km/č. *Nažalost, u jednom „bugatiju" gine mu sin.*

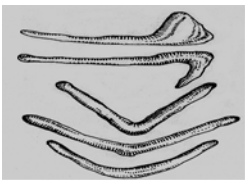
BUHL HERMAN (1924-1957), austrijski alpinista. Od 1950-1957. godine osvojio mnoge svetske planinske vrhove: Salcburške Alpe, Vacman, Narga Panbat (8.120 m visoki vrh Himalaja), ostvario je najveće prvenstvene uspehe penjući se na Karakorum. Posle ponavljanja penjanja i silaženja niz najopasniji glečer Karakoruma, poginuo 1957.

BU-JUTSU (*Bu*-rat, *Jutsu*-borilački sistem). Zaokružen sistem japanskih borilačkih veština (*videti termin „ju-jutsu").*

BUK NILS (Snejberg, 1880-1950), danski reformator telesnih vežbi, prvi osnivač Visoke gimnastičke škole u Ole-

rupu u Danskoj, 1920. godine. Osnivač je i prirodne (osnovne) gimnastike, a u švedski sistem gimnastičkih vežbi uneo je mnoge novine, usavršio je sisteme vežbi za savitljivost tela, snaga organizma i okretnost. Njegovi takmičari su na Olimpijskim igrama u Stokholmu 1912. godine, prvi put na svetu prikazali sisteme nordijske gimnastike.

BUMERANG (engl. boomerang, po nazivu australijskih domorodaca u blizini Sidneja), bacačko oružje napravljeno od drveta eukaliptusa, kolenasta ili







srpasta oblika. Različiti oblici bumeranga su bili izrađeni i od slonovače ili metala, i oni su pronađeni u Egiptu, Sudanu, južnoj Indiji, Americi i Evropi. Bumerang je dužine od 16-120 cm, debljine 6-7,5 cm, težine do 250 gr. Prema specifičnostima oblika, a time i načina leta razlikuje se povratni ili nepovratni tzv. ratni bumerang. *Povratni* je lakši i tanji, služi za igru ili za lov na ptice, dok je *nepovratni* mnogo teži i veći sa manje savijenim krakovima, on je ubojito oružje i posle bacanja ne vraća se bacaču. Iako bumerang važi kao opasno oružje, on je nešto modifikovan i uključen u sportska takmičenja i igre.

BUSHI (jap.), plemić, ratnik, označava drugi termin za samurajskog ratnika.

BUSHIDO–PUT RATNIKA, neizbežni propisi za sve samuraje, formirani su početkom sedamnaestog veka i uglavnom su zasnovani na usmenim ratničkim kodeksima iz XII veka. Na bushido su intenzivno uticali kroz vekove razni trendovi, ali uglavnom zen, šintoizam (shinto) i doktrina mudrosti Konfučija (Koshu). Šintoizam je uticao i sa krajnje ratobornim elementima. Zen se starao da bi se sačuvala vlastita ličnost i da bi se postiglo nepokretno stanje mirnoće. Doktrina Konfučija se starala i za jasan moralni put kao i potpuno predavanje lojalnosti prema feudalnom gospodaru.







Osim ova tri izvora razvila se i jedinstvena ideologija, kojoj je ukupna nacija dala poslušnost. Ona je učila primarnoj vrlini samuraja: velikom osećanju prema pravdi i časti, hrabrosti i omalovažavanju sopstvene smrti, sažaljenju prema svim bićima, uljudnosti, apsolutnoj lojalnosti prema svojim gospodarima, i na kraju odbrani za svoju čast i ime i klan. Trajan strah od beščašća i narušavanja ovih vrlina navodi na "sepuku", tradicionalni ritual, ili samoubistvo samuraja i rasecanje svoje utrobe vlastitim mačem. Drugačiji naziv za to jeste i

"harakiri" u nekim mestima u svetu, ali to je za narod Japana skroz nepravilno izgovaranje. Mada se bushido nije razvio da postane religija, niti etički zakon, verovatno da je posedovao i najjači uticaj na kulturu, socijalni i politički napredak u drevnom carskom Japanu.

BUSSHIN (jap.), nauka koja na spiritualan način objašnjava borilačke tehnike Dalekog istoka.

BUZKAŠI, tadžikistanska vrsta konjičkog sporta s prepariranim trupom koze, napunjenim peskom. Takmičari veoma utrenirani i snažni, nastoje da zgrabe „kozu" sa određenog mesta i postave je pod svoje bedro, ali celo vreme jašući na konjima. Pravilo igre je, da takmičari ne smeju pasti s konja niti zgnječiti trup „koze" za koju se otimaju. Pobednik je onaj koji prvi uspe da dohvati „kozu" i odnese je na udaljeni cilj.







Na slikama je prikaz takmičenja iz konjičkog sporta buzgaši, tradicionalne igre Tadžikistana.

C

CAL, označava kaloriju (1 cm^3 na 1^0C).

CENTAR (lat.), središte, npr. kruga, sfere, lopte. U sportu „sportski centar".

CENTRALNI KLUB, označava matični klub neke sportske grane u većem mestu. Pri centralnom klubu su i drugi klubovi i sekcije, koji vrše korelaciju.

CEPANJE MIŠIĆA, rascep ili povreda mišićnih vlakana koja je praćena jakim bolom. U svih granama sporta to se događa zbog povećanih napora takmičara, u stremljenju ka rezultatima.

CERAR MIROSLAV (rođen u Ljubljani 1939), osvojio je dvadeset puta prvenstva nekadašnje SFRJ, a na Olimpijskim igrama, prvenstvima sveta i prvenstvima Evrope od 1957-1973. godine, 30 zlatnih, srebrnih i bronzanih medalja, olimpijski je pobednik na konju s hvataljkama i karikama 1964. godine u Tokiju i 1968. godine u Sijudad Meksiku.





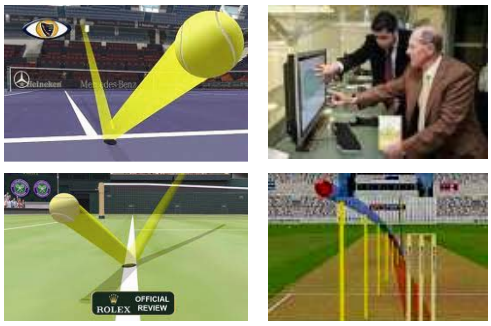


CEREMONIJALI, predstavljaju uglavnom svečaniji običaj na raznim sportskim manifestacijama, ceremonijalno je proglašenje pobednika, dodele odličja i određenih diploma. Jedan od najpoznatijih je bio tradicionalni *„Ceremonijal štafete mladosti"*, koji je ustanovljen neposredno po završetku Drugog svetskog rata, maja 1945. godine, u čast tadašnjeg predsednika i maršala Jugoslavije, Josipa Broza Tita. Idejni tvorac prve štafete, na čiji predlog su i organizovana masovna štafetna trčanja širom Jugoslavije, bio je Čeh Josif Prohaska, profesor fiskulture u kragujevačkoj gimnaziji i nekadašnji član Sokolskog društva. *Ceremonijal štafete* se organizovao sve do 25. maja 1987. Od premijernog pokretanja tog ceremonijala, od 1945-1987. godine, ukupno je bilo izrađeno više od 22.000 štafetnih palica, sa kojima je trčalo oko deset miliona ljudi (*25. maj, Dan mladosti).*





CHALLENGE (engl.), *čelendž*, izazov, izazvati na dvoboj. U tenisu, takmičar zahteva od sudije da elektronskim sistemom (Hawk-Eye, *hokaj*, sokolovo oko),



bude provereno mesto pada teniske loptice, kao potvrda u uspešnost pogotka. Takav elektronsko-kompjuterski sistem koristi se na *teniskim stadionima br. 1.*

CHAN JACKIE (ČEN DŽEKI), rođen u Hong Kongu 1954. Jedan je od najboljih majstora kung-fua uz Brusa Lija i trenirao zajedno s njim. Čen je snimio



preko 70 akcionih filmova, bez korišćenja dublera, a sve scene izvodio je bez holivudskog lažnog sjaja. Posledica toga je i dugogodišnje nošenje medicinske šipke u lobanji. Pored toga što se proslavio kao uspešan kineski glumac, on je i producent, scenarista i pop pevač, koji je snimio 20 albuma na nekoliko jezika.

CHIMEI, udarci u vitalne tačke tela.

CHOKU-TSUKI, direktan karate udarac čelom pesnice napred (dugi udarac).

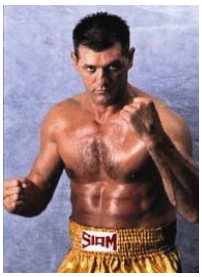
CHUANG TSE TUNG (1940-2013), stonoteniser NR Kine, bio je i trostruki svetski šampion (1961, 1963, 1965. god.),





a na prvenstvima sveta ovojio je 13 medalja (8 zlatnih, 2 srebrne i 3 bronzane). U periodu 1974-1976. godine bio je predsednik Komiteta za sport Kine.

CIKATIĆ BRANKO (Split, 1954 - Zagreb, 2020), hrvatski kik-bokser, profesor kineziologije, majstor karatea i tekwondoa. *Bivši svetski prvak u tajlandskom*



boksu (Amsterdam,1987), svetski prvak 1990, verzije IKBF, svetski šampion tajlandskog boksa (1991) i šampion Gran pri K-1 iz 1993. Bio je 6 puta prvak Evrope u ful-kontaktu, dobitnik „Zlatne rukavice", kao najbolji takmičar za 1989. godinu, proglašen od nemačkog časopisa „Karate budo magazine".

CRNI POJAS (DAN), majstorsko zvanje u borilačkim sportovima (karateu, judou, aikidou, ju-jutsu, tekwondou itd.). Za zvanje majstora karatea potrebno je najmanje 5 godina aktivnog bavljenja treninzima i proučavanja teorijskog dela. Prethodno je potrebno da se polože svi ispiti za 9 učeničkih kyua: *žuti, orandž, crveni, zeleni, plavi, ljubičasti i braon (1-3).* Majstorska zvanja *u karateu rangirana su od I-X Dan-a: 1. Dan (Shodan) crni, 2. Dan (Nidan) crni, 3. Dan (Sandan) crni, 4. Dan (Yondan) crni, 5. Dan (Godan) crni, 6. Dan (Rokudan) crni, 7. Dan (Chichidan) crvenobeli, 8. Dan (Hachidan) crvenobeli, 9. Dan (Kyudan) crveni, 10. Dan (Jyudan) purpurnocrvene boje (kao najviše zvanje u karateu).*

CRVENA ZVEZDA, Sportsko društvo osnovano 4. III 1945. godine u Beogradu, sa klubovima: *fudbalski, košarkaški, rukometni, odbojkaški, bokserski, vaterpolo, plivački, atletski, mačevalački, veslački, kuglaški, teniski, hokejaški i šahovski.*

CRVENA ZVEZDA, fudbalski klub osnovan 4. III 1945. Njegovi fudbaleri su od 1945-1971. godine bili jedanaest puta prvaci države, dva puta superšampioni SFRJ, devet puta pobednici Kupa Jugoslavije, pobednici Dunavskog kupa, Srednjoevropskog kupa, desetak puta su učestvovali u takmičenju za Kup evropskih nacionalnih prvaka. Slavu „Cr-

vene zvezde“ pronosilo je mnogo izvanrednih fudbalera: *R. Mitić, dugogodišnji reprezentativac, a kasnije i savezni selektor reprezentacije, zatim D. Šekularac, jedan od najboljih igrača svoje generacije. Takođe, veliki doprinos jugoslovenskom fudbalu pružili su i igrači tima „Crvena zvezda“: Beara, Kostić, Mrkušić, Pavlović, Durković, Zeković, Spajić, Tasić, Toplak, Džajić, Savić, Antonijević, Aćimović, Bogićević, Dojčinovski, Dujković, Đorić, Janković, Kapandžić, Karasi, Keri, Klenkovski, Krivokuća, Mihajlović, Novković, Ostojić, Panajotović, Radović, Filipović, Stojković, Petrović (trener Miljan Miljanić).*



FK “Crvena zvezda”, Beograd, šampion Jugoslavije, 1971.

Č

ČAK NORIS (rođ. 1940, Rajan, Oklahoma), *eks Carlos Ray,* šampion SAD u karateu (1966), šampion sveta (1968), majstor karatea 9. DAN-a. Uspesi u belom kimonu prokrčili su mu put i ka svetu filma. Specijalizovao se za glavne uloge u mnogim akcionim filmovima, koje je snimao sa najpoznatijim svetskim majstorima borilačkih veština, koji su takođe postali filmski glumci (glumice): *Brus Li, Bolo Yeung, Džon Sakson, Angela Mao Jing, Džim Keli, Džems Koburn, Džam Tatvan, Lam Kan Ming, Kristofer Li, Jasuaki Kurata, Jam Tat Vah, Marija Yi, Džoe Tin, Džimi Vang Ju, Nora Miao, Beti Ti Pei.* Čak Noris je i vrstan majstor judoa, aikidoa i jiu-jutsu veštine, a 1977. godine proglašen *najboljim karate instruktorom na svetu.* Snimio je brojne filmove američko-honkonške produkcije („stars sistem“), kao što su: *Na zmajevom putu, Kamiondžija razbijač, Oktagon, Oko za oko, Nestali u akciji, Odred delta, Pazi, lopta* itd. Svi njegovi filmovi su doprineli ogromnoj popularnosti borilačkih sportova.



ČASLAVSKA ODLOZIL VERA, rođena 1942. Čehoslovačka reprezentativka u sportskoj gimnastici. Osvojila je 7 zlatnih i 4 srebrne medalje na Olimpijskim igrama od 1960-1968, višestruka prvakinja Evrope i svetska šampionka.

ČASOPIS, publikacija koja izlazi mesečno ili dvomesečno. Postoji više vrsta sportskih časopisa. *Jedan od takvih je bio beogradski „Tempo“, koji je revijalnog karaktera. Izlazio u okviru Novinsko-izdavačkog i štamparskog preduzeća „Politika“ u Beogradu. Pokrenut je 2. III 1966. Taj časopis je obrađivao u domenu sporta sve njegove oblasti. Takođe postoje i drugi sportski časopisi, kao npr. o borilačkim sportovima i atletskoj gimnastici: „Karate bilder“, „Crni pojas“, „Ful-kontakt“ itd. Zatim časopisi koji obrađuju tematiku nekog specifičnog sporta: košarke, fudbala, rukometa, tenisa, automobilizma, lova i ribolova itd. Jedan od prvih poznatijih časopisa za bodibilding „Herkules“, pojavio se 1972. godine, a osnivač je bio Petar Čelik, Šumska 50, 21400, B. Palanka.*

ČEJNDŽ (engl. change), promena, zamenjivanje strana na terenu, zamena strana u tenisu, vaterpolu, košarci itd.

ČIDAOBA, sportsko nacionalno takmičenje u rvanju, poreklom iz Gruzije. U borbama učestvuju borci obučeni u nacionalnu nošnju, u prsluku, opasani platnenim pojasom. Po pravilima takmičenja dopušteno je hvatanje rukama sa-





mo za pojas i odeću. Najviše se upotrebljavaju bacanja izbijanjem nogu protivnika. Pobedu postiže takmičar koji uspe da baci protivnika na leđa. Borbe se odvijaju uz muziku gruzijskih muzičkih instrumenata. Jedan deo tehnike sportske veštine *čidaoba* – uvršten je u *sambo*.

ČIGORIN MIHAIL IVANOVIČ (u Gatčini, 1860 – Lubin, 1908), šahista iz Rusije i poznati šahovski pisac, jedan od najpoznatijih šahista sveta krajem XIX veka. Bio je i prvi pobednik na sveruskom turniru u Petrogradu (1878-1879). Njegov uporan šahovski rad ga je vodio ka pobedama nad najjačim i najslavnijim svetskim šahistima tadašnjeg vremena: E. Šifersa, S. Alapina, R. Šarouseka (s Tarašom nerešeno) itd. Snaga njegove šahovske veličine je u napadima i aktivnoj odbrani. Prvi je u svetu dao posebnu teorijsku osnovu šaha: *Čigorinova odbrana u kraljičinom gambitu* i *Čigorinov sistem u španskoj igri*. Čigorin se smatra osnivačem prestižne ruske šahovske škole.



ČIŽOVA NADEŽDA (1945), sovjetska reprezentativka u atletici. Bila je prva takmičarka u svetu koja je 1969. godine bacila kuglu preko 20 m (20,09 m). Olimpijska šampionka (1972), prvakinja Evrope (1966, 1969, 1971, 1974), šampionka Evrope *u bacanja kugle* u dvorani (1970, 1971, 1972), oborila je 8 svetskih rekorda (između 18,67 m i 21,45 m), 2. na OI (1976), *zaslužni sportista SSSR*.

ČOLOVIĆ STEVAN (rođen u Beogradu 1913 – 1975), pionir jugoslovenske košarke, trener i internacionalni sudija. Bio je prvi trener muške košarkaške reprezentacije SFRJ 1946-1950, vodio reprezentaciju na Balkanske igre 1946-1948, i na PE 1947. Na kvalifikacije za PS vodio je tim SFRJ i 1950. Bio je selektor ženske košarkaške reprezentacije 1947-1951, i trener na PE 1956.

ČUKARIN VIKTOR (1921-2009), sovjetski reprezentativac u sportskoj gimnastici. Specijalnost mu je gimnastički višeboj, pojedinačno konj s hvataljkama, u preskoku preko konja, uzduž i na razboju. Kao učesnik OI 1952. i 1956. godine, on je osvojio ukupno 11 medalja (7 zlatnih, 3 srebrne i 1 bronzanu).

ČUVARI PLAŽE (SPASIOCI), sportisti aktivni ili rekreativni, koji su u dobroj fizičkoj kondiciji. Oni se i specijalno obučavaju da pruže pomoć davljenicima na rekama, jezerima i morima. Treninzi spasilaca zahtevaju dobro poznavanje tehnike, metodike i logistike, prili-



Spasioci sa popularne novosadske plaže Štrand (2010)

kom intervencija, u šta spadaju i: *kondicioni deo s vežbama, trčanje i plivanje,simuliranje situacija sa izvlačenjem davljenika i pružanje prve pomoći. U vežbama se koriste najkritičnija mesta u vodi, uz obalu. Čuvari plaže ili spasioci, smešteni su u kulama (osmatračnicama) koje su izgrađene u blizini kupališta.*

Ć

ĆELIJA (medicinski), organizovana jedinica žive materije, koja se sastoji od jedra i citoplazme. *Citoplazma sadrži mnoge ćelijske organele: mitohondrije "izvori energije". Goldžijev aparat ima ulogu u stvaranju sekreta, ribozomi sintetišu proteine, centrozomi vrše deobu ćelija, a ligizomi su enzimi.*

D

DACHI, stavovi ili položaji tela, koji su kanonizovani i strogo formalno određeni. U borilačkoj ili sportskoj veštini karate, uz termin (dachi) koreliraju svi stavovi: heisoku, musubi, hachiji, uchihachiji, ioi, heiko, teiji, renoi, hangetsu, kiba, shiko, hidari, kokutsu, nekoashi sanchin, sagiashi, L-stav, kosa, zenkutsu, gankaku, kumite-fudo-dachi.

DAČIĆ J. DUŠAN (Novi Sad, 1955), magistar je sportskih nauka, dipl. građ. ing., selektor Karate unije Srbije, majstor karatea 9. DAN. Na svetskom karate prvenstvu u Bremenu 1980, osvojio



je drugo mesto i srebrnu medalju. Osvajač je 3 medalje na svetskim prvenstvima, na prvenstvima Evrope osvojio je 17 medalja. Dačić je bio najuspešniji selektor jugoslovenske karate reprezentacije i jedan od najboljih svetskih trenera, ima dobre kontakte sa sensejima u Evropi i u SAD. Bivši je selektor (YKU), a danas Karate unije Srbije. Vodi i vlastiti karate centar *"Ju-karate-do"* u Novom Sadu. Autor je knjiga, a najpoznatije su: *"Put do crnog pojasa 1-2"* i *"Veliki ilustrovani rečnik borilačkih veština" (objavljen u tri izdanja).*

DAGISTANLI MUSTAFA (1931), reprezentativac Turske u slobodnom stilu rvanja, olimpijski je šampion 1956. i 1960. (bantam i pero kategorija), šampion sveta 1954, 1957, 1959. godine u rvanju slobodnim stilom.

DAITO-RYU, veština borenja, prethodi aikidou, kao efikasan sistem odbrane od svih hladnih i opasnih vrsta oružja.

DAKAR-RELI, tradicionalno takmičenje vozača automobila, motocikala, kvadova i kamiona na deonici do 9.500 km kroz Argentinu i Čile. Takmičenja traju



od 1-16 januara svake godine. *Poznati reli šampioni: Karlos L. Kruz, Ćičeri, Peran, Miler, Atijah, Vilije, Paterhansel, Sebastijan Leb (9 puta svetski reli-šampion). Osvajač Dakar-relija (2019) je Naser Al-Atijah, a vrstan motorelista Srbije je Gabor Sagmajster.*

DAKYU (jap.) konjička igra koja datira iz XII veka, i koja se održava redovno svake godine 5. maja. Njena najveća popularnost je bila između XVII i XIX veka. U takmičenju učestvuju 2-10 jahača koji se trude da najveći mogući broj tvrdih crvenih i belih loptica ubace u određenu rupicu.

DAM VAN ŽAN KLOD (1960. godine, Brisel, Belgija), šampion sveta u kik boksu, majstor karatea 5. DAN shotokan stila, majstor tekwondoa i mau-taia.



Živeo u Los Anđelesu, glumac iz poznatih akcionih filmova: *Krvavi put, Kikbokser, Univerzalni vojnik, Maksimalni rizik, Dvostruki tim, Crni orao, Lavlje srce, Smrtna presuda, Osveta bliznaca, Teška meta, Ulični borac, Potraga, Legionar, Pakleni udar, Zapovedna odgovornost, Paklena granica* itd. Aktivno trenira borilačke sportove i snima nove filmove u SAD. Prethodno pravo ime i prezime Žan Klod Van Dama bilo je *Jean-Clod Camille Francois Van Varenberg.*

DAMA (engl. draughts, nem. Damespiel, franc. jeu de dames), vrsta sportske i kombinatorne igre za dva igrača ili igračice na ploči od 100 crno-belih polja. Po starim nalazima ova igra je stara najmanje 4000 godina. U svom razvoju igrala se na pločama sa različitim brojem polja i različitim pravilima. Poznate igre su: italijanska dama, ruska, engleska



i turska (na ploči od 64 polja), dok se kanadska dama igra na ploči od 144 polja. Međutim, najviše se igra međunarodna dama, koja je nastala u Francuskoj u Parizu 1723. Prvo prvenstvo sveta igralo se 1894. na kome su bili pobednici francuski igrači. Redovno svetsko prvenstvo organizuje se od 1912. godine. Svetska federacija za damu (Federation Mondiale du jeu de dam FMJD), osnovana je 1947. godine, a osnivači su bili Holandija, Francuska i Belgija. *Pravila igre su sledeća: Ploča za igru sastoji se od 50 tamnih i 50 belih polja. Igra se po tamnim poljima. Da bi se započela igra, ploča mora da se postavi tako, da je donje krajnje polje sa desne strane igrača – belo. Pre početka igre postavljaju se figure na tamna polja, s obe strane ploče. Figure su takođe tamne na jednoj, a bele na drugoj strani ploče i u početnom položaju sve se zovu obične figure. To su okrugle pločice nešto manjeg prečnika od polja za igru. Notacija u dami je brojčana; svako polje ima svoju oznaku. Tamne figure se postavljaju na polja 1 do 20, a bele na polja 31 do 50. Igru započinju beli. A cilj jeste da se osvoje sve protivničke figure ili da se liše mogućnosti sledećeg poteza (blokada). Ako nijedan igrač to ne može učiniti, partija se proglašava remijem. Obična figura kreće se samo napred za po jedno polje po dijagonali u pravcu protivnika. Kad ona dođe do protivničke figure iza koje je slobodno mesto, ona tu figuru mora preskočiti i uzeti je. Pravila u uzimanju: obična se figura može kretati ponekad i unazad, ali kad obična figura dođe do poslednjeg polja na strani protivnika, ona se pretvara u damu. Figura dama se sastoji od dve obične figure postavljene jedna na drugoj. Ona se tad može kretati u svim pravcima po dijagonali, za bilo koliko praznih polja. Dama je obavezna da uzme protivničku figuru, bez obzira na rastojanje, ako se ta figura tad nalazi na istoj dijagonali s njom i ako iza nje postoji slobodno polje. Pri uzimanju protivničke se figure skidaju s ploče nakon završenog poteza; za uzimanje figure dozvoljeno je višestruko preko jednog te istog polja, ali se ne sme u jednom potezu dva put preskakati preko jedne te iste figure.* U ovoj igri (dame) postoji bezbroj mogućnosti za pravo taktično nadmudrivanje protivnika, pa je ova igra veoma atraktivna.

DAMNJANOVIĆ SRETEN (Beograd, 1946), jedan je od poznatijih srpskih rvača grčko-rimskim stilom, bio je član RK „Elektrovojvodina“ iz Sombora i višestruki šampion SFRJ (velter)



1966 -1976. Bio je i prvak MI iz 1971, šampion EP 1969, a 1970 (2), 1973 (3), šampion sveta (Sofija, 1971), vicešampion SP 1973. Za rvačku reprezentaciju SFRJ nastupao je 170 puta. Dobitnik je priznanja *Zaslužni sportista SFRJ i Majske nagrade 2016*. Trener je i subotičkog „Spartaka“, selektor rvačke repr. Srbije.

DAN (jap.), stepen, korak, majstorsko zvanje (karate, judo, ju-jutsu, tea-kwondo itd). Ima ih 10, do 6. DAN-a su crne boje, od 7. do 8. DAN-a su crvenobeli, 9. DAN je crveni, a 10. DAN je purpurnocrveni, koji nose vrsni senseji.

DANEK LUDVIG (1937), čehoslovački reprezentativac u atletici i svetski rekorder u bacanju diska: 64,55 m (1965), 65,22 m (1965), šampion OI iz 1972, vicešampion OI (1964), i treći na OI (1968). Najbolji rezultat mu je 66,92 m.
DANIJELS ČARLS (1884-1950), američki reprezentativac u plivanju i učesnik Olimpijskih igara 1904. i 1908. Osvajač je 4 zlatne, 1 srebrne i 1 bronzane medalje, uz 8 svetskih rekorda.
DANKAN ISIDORA (San Francisko, 1878 – Nica, 1927), američka balerina "majka modernog plesa". Iz SAD prešla u Evropu 1899. godine i u Moskvi je vodila školu plesa u palati Balasova, gde je upoznala ruskog pesnika S. Jesenjina za koga se udala i razvela. Jesenjin joj je pre smrti posvetio pesmu "Crni čovek".




Sleva: Isidora Dankan, i sa suprugom, pesnikom S. Jesenjinom

Kao preteča savremenog plesa XX veka, odbacila ustaljene oblike klasičnog baleta, ističući slobodan ples. *Osnovala je svoje škole u Berlinu, Parizu, Bernu i Moskvi.*
DANUBIUS, poznati novosadski veslački klub, osnovan 1885. godine u Novom Sadu. U vreme osnivanja klub su sačinjavale sve nacionalnosti na teritoriji Novog Sada i Petrovaradina. Najuspešniji veslači kluba učestvovali su na takmičenjima 1910. godine u Segedinu i 1912. godine u Osijeku, gde su zauzeli prva i druga mesta u vožnji četveraca sa kormilarem, da bi 1922. godine na regati u Vukovaru veslači "Danubiusa" osvojili prvo mesto, a takođe i 1925. i 1926. u dvojcu i četvercu bez kormilara. Uspesi "Danubiusa" se nižu u svim sledećim periodima, a naročito je bila poznata posada četverca sa kormilarem (Samardžija, Petrović, Jurnić i Turšić, sa kormilarem Kakarijem). Posle Drugog svetskog rata klub razvija svoju aktivnost i uspešno nastupa u mnogim re-





Na arhivskim slikama gore: prvi osnivači VK „Danubius" i prva zgrada veslačkog kluba iz 1885. Donja slika VK „Danubius", zgrade u N. Sadu, 2011.

gatama u SFRJ, kao i u Evropi. Takođe, klub je imao i uspešne žene-takmičarke, koje su kao ženski četverac 1954. godine bile šampionke bivše države SFRJ.
DEASHI-BARAI, karate tehnika čišćenja unutrašnjim bridom stopala.
DEDIĆ PETAR (Podgorica, 1935), jedan od najpoznatijih svetskih padobranaca, skočivši padobranom 1600 puta u karijeri. Takmičio se u svim padobranskim disciplinama, ali mu je specijalnost bila skakanje u cilj sa zadrškom, pa je bio i svetski šampion 1958. godine.
DEDIJER (POPOVIĆ) OLGA (Zemun, 1914 – Podromanija, 1943), *jedna od najboljih predratnih jugoslovenskih i srpskih skijašica, planinarki i stonoteniserki. Diplomirala je na Medicinskom fakultetu u Beogradu, 1937. Jedna je od retkih žena svestranih šampionki iz više sportskih disciplina. Kao članica Srpskog planinarskog društva, višestruka je prvakinja Beograda, Srbije i šampionka Kraljevine Jugoslavije u skijanju i slalomu. Bila je članica smučarske reprezentacije Beogradskog univerziteta i Beogradske sokolske župe. Osim toga bila je prvakinja Beograda i Srbije u stonom tenisu (u pojedinačnoj*

konkurenciji i dublu sa Jelicom Stanojević). Kao pripadnik NOR-a i šef hirurške ekipe II proleterske divizije, poginula u 5. ofanzivi.

DEJVIDSON VALTER-HARLI VILIJAM, osnivači najpoznatije američke kompanije »Harli-Dejvidson«, za proizvodnju motocikala, a koja je otvorena 1905. godine u Milvokiju, i kubikažama







mašina 405 cm^3 -750 cm^3. Motocikle ove čuvene fabričke marke, posebno (kultno) uvažavaju pravi bajkeri širom sveta, pa i u Republici Srbiji.

DEJVIS KUP (engl. Davis Cup), teniško takmičenje, na kome se osvaja trofej koji je još 1900. godine darovao Amerikanac *Dvajt F. Dejvis*. Takmičenje je ekipno SP, a Srbija je šampion za 2010.




Dvajt F. Dejvis i njegov čuveni teniski pehar (salatara)

DEK-TENIS (engl. deck-paluba), teniska igra koja je slična standardnom tenisu, ali se igra bez reketa, a umesto teniske lopte upotrebljava se kolut od gume, a igralište sa mrežom u sredini je znatno manje od igrališta pravog tenisa. Dek-tenis je svoju popularnost počeo da stiče početkom XX veka, tako što je igra posle Drugog svetskog rata uvedena na transokeanske putničke brodove, kao zabava ili rekreacija putnicima. Dimenzije igrališta palubnog tenisa su 12,20x3,70 m za igru pojedinaca, dok je dimenzija igrališta za parove nešto veća i iznosi 12,20x5,50 m. Mreža koja je razapeta po sredini visine je 1,45 m, a na krajevima 1,52 m. S obe strane mreže obeležena je neutralna zona širine 0,90 m, i označava prostor u koji se kolut ne sme servirati. Kolut je prečnika 15 cm i debljine 1,27 cm. Igra ima svoja pravila: žrebom se biraju servisi ili strane igrališta. Igra se sastoji u tome da igrač nastoji prebaciti kolut u protivničko polje, s tim što protivnik može da uhvati kolut rukama i da ga vrati u polje napadača. Veoma je važno da se kolut sme bacati odozdo prema gore ili horizontalno, ali nije dopušteno bacanje koluta odozgo ka dole. Igrač gubi bod ako je kolut pao u njegovo polje ili je on promašio polje protivnika. Serviser mora stajati izvan servisne linije, a njegov udarac kolutom mora imati uz-






laznu liniju, ali za razliku od tenisa, dozvoljen je samo jedan servis, sem ako kolut nije dotakao mrežu i prešao u neutralnu zonu. Servira se sve dok jedan igrač postiže poene (kao u odbojci) i igra se do 15 poena, a ako je nerešeno, onda se igra do razlike od dva poena.

DELFINO ĐUZEPE (1921-1999. g), italijanski reprezentativac u mačevanju i jedan od najboljih mačevalaca sveta. Bio je tri puta prvak OI u borbama ma-

čem u ekipnoj konkurenciji 1952, 1956, i 1960. godine u pojedinačnoj i ekipnoj konkurenciji, Na PS 1957. i 1958. godine, bio je 1. u borbi mačem ekipno.

DEMPSEJ DŽEK, pravo ime mu je *Vilijam Harison*, (Kolorado, 1885 – Njujork, 1983), jedan od najboljih američkih i svetskih boksera XX veka. Posle 1914. godine kada je prešao u profesionalce, osvaja više titula u teškoj kategoriji i bio je apsolutni svetski bokserski šampion za 1919. i 1926. godinu.

DENSHO, drevna japanska borilačka veština, koja je bila bazna veština za osnivanje borilačke judo veštine.

DERBI (engl. Derby-race), najpoznatija trka punokrvnih trogodišnjih rasnih grla (konja) na hipodromu u gradu Epsomu (Engleska). Organizuje se svake godine krajem maja i početkom juna, na stazi dužine 2400 m. Početak takvih trka datira iz 1780. godine, a ime nose po osnivaču *lordu Edvardu S. Derbiju*. Reč *derbi* postala je sinonim za važne utakmice i iz drugih različitih sportova.

DESPOT STEFAN LAZAREVIĆ, Stefan Visoki, srpski vladar (1389-1427), knez do 1402, despot od 1402, sin kneza Lazara i njegov naslednik, prvih go-





dina vladao uz pomoć majke, kneginje Milice. Priznao je vrhovnu vlast sultana Bajazita do 1402. i borio se na njegovoj strani u više bitaka: na Rovinama 1395, kod Nikopolja 1396, kod Angore 1402; uživao je Bajazitovo poverenje, pa mu je on poklonio oblasti Vuka Brankovića s Prištinom i Peć sa okolinom. Osamostalio se posle angorske bitke i približio Ugarskoj, od koje je dobio Mačvu i Beograd (1403); prestonica mu je obnovljeni Beograd (1421), nasledio Zetu. Ojačao je i centralnu vlast u Srbiji, energično suzbijao separatizam vlastele, izvršio vojnu reformu, preuredivši unutrašnju upravu; podigao je manastir Manasiju u Resavi (kod Despotovca), bavio se književnošću, pa i sam pisao. Ostavio svoje pisano delo *Slovo ljubve*. Preuzeo je vlast u Srbiji u vreme kad je napunio devetnaest godina. Borilački autoritet mladi despot Stefan je stekao u brojnim bitkama, a naročito u onoj kod Angore (Ankare), protiv Tatara, koje je tad vodio čuveni mongolski vojskovođa emir Tamerlan *(unuk Džingis Kana)*, ali u kojoj je i pored izgubljene bitke despot napravio haos po tatarskoj vojsci i sa svojim oklopnicima uspeo je da se, sa malim gubicima, vrati kući ovenčan slavom. Već tada on je stekao veliki ugled među vitezovima širom Evrope ne sa-



VITEZI DESPOTA STEFANA LAZAREVIĆA
(vežbanje sportske borbe s početka XV veka)

mo zbog lične velike snage i poznavanja borilačkih veština, već i zbog viteškog odnosa u borbi, zbog obrazovanja, pesničkog talenta, izgrađenog filozofskog stava, pa i zbog toga što je bio lep čovek. Svedočanstva o njemu ostavio nam je Konstantin Filozof koji je sa os-

talim monasima radio u Stefanovoj zadužbini Manasija na prepisivanju starih knjiga po nalozima samog despota: on piše da je despot Stefan Lazarević veoma insistirao na izučavanju borilačkih i ratnih taktika. Svoje vitezove on je vežbao i kroz sportska nadmetanja u jahanju konja, bacanju koplja, buzdovana, gađanju iz luka strelom, uveo je sportska nadmetanja u borbi zatupljenim drvenim kopljima na konjima, borbi na tlu raznim vrstama (vežbačkog) oružja. Takođe je uveo i obavezno nadmetanje u rvanju, preskakanju i bacanju kamena i balvana (s ramena). Taj sportski karakter obuke njegovih vitezova, rezultirao je ti-



Srednjovekovno vežbanje sportske borbe sa oružjem

me, da su tadašnji vitezi Srbije uvek bili među borcima najbolje sportske kondicije i izvanredne bojne veštine. Despot Stefan Lazarević je i sam obučavao komandni kadar, ali često i svoje obične vojnike. Njegovo osnovno pravilo u svakoj borbi poticalo je iz njegove velike humanosti i ljubavi prema svojim ratnicima. To pravilo je bilo: postići pobedu taktički sa što manje poginulih i ranjenih. U boju kod Tripolja, blizu Gračanice, Stefanov brat Vuk Lazarević je izgubio mnogo ratnika. To je Stefanu bilo žao, i zato je dao savet bratu Vuku da je potrebno dobro izvežbati sve ratnike. Stefan je postao čuven po uvođenu takmičarskog sportskog duha u treninge svojih ratnika, koji su to primenjivali u realnim bitkama na terenu i bili veoma racionalni, tj. sa što manjim gubicima – naneti neprijatelju najveće moguće gubitke. Mnogi mladi vitezi širom Evrope, sa severa i zapada, hrlili su u zemlju mladog despota, smatrajući da je čast da ih sin hrabrog kneza Lazara proizvede u vitezove. Despot je, znači imao svoje učenike u mnogim zemljama jer je on umeo da znanje i veštinu prenese drugima, da to radi nesebično, a pošto je najboljima bila čast da ih on proizvede u vitezove, i što su prevaljivali dug put da do njega dođu, znači da je despot Stefan imao svoju poznatu školu borilačkih veština, i to veoma uvažavanu. Despot Stefan je svim svojim reformama na planu sportsko-vežbačko-nadmetačkom, izvukao bukvalno ćilim ispod nogu tromom feudalnom sistemu, a Srbija je ponovo bila na putu da bude jedna od najmodernijih država Evrope.

DESTREZA (špan. veština), umetnost mačevanja ponikla u Španiji iz 16. veka, da bi najveći procvat imala početkom 18. veka, kada je potisla francuski sistem. Iako ova veština akcenat stavlja na mač,





ona u sebi ima univerzalan konstrukt u kome su uključeni: *mač i bodež, mač i ogrtač, mač uz okrugli štit, mač sa dve ruke itd. Propisi Destreze zasnovani su na razumnoj koncentraciji, geometriji i biomehanici pokreta.*

DIF (Državni institut za fizičku kulturu), osnovan u Beogradu 1946. godine, kao najviša nastavna i naučna ustanova te vrste u FNRJ u rangu fakulteta. Od 1956. godine Visoka škola za fizičko vaspitanje, a od 1968. godine Fakultet za fizičko vaspitanje, menja ime u FFK, a potom u 2007. godini formirano je novo ime *Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.*

DILARD HARISON (1923-2019), atletičar iz SAD. Osvajač je prvog mesta na Olimpijadi 1948. godine u tr-ci na 100 m i u štafeti 4 x 100 m; prvi na Olimpijskim igrama 1952. godine u trčanju na 110 m preko prepona, i u štafeti 4x100 m preko prepona Postigao je nekoliko svetskih rekorda: 1948. godine u trčanju na 110 m preko prepona, dva puta je bio svetski rekorder u trčanju na 220 jardi preko prepona na ravnoj stazi 1946/1947. godine kao i na 200 m preko prepona na ravnoj stazi.

DIMIĆ MILAN (Ostrvica u Gospiću, 1939 - Zrenjanin, 2010), iz plejade jugoslovenskih i svetskih padobranaca u periodu 1956-1964. Bio je 9 puta jugoslovenski šampion i trostruki svetski šampion. Kasnije je postao i jedan od najboljih nastavnika padobranstva SFRJ, a bio je glavni instruktor padobranstva u aeroklubu „Žarko Zrenjanin“ iz Zrenjanina (u Banatu).



DINAMOMETAR, specijalna sprava za merenje sile (vaga sa oprugom) npr. za merenje stiska šake kod sportista.



Sleva: mehanički i digitalni sportski dinamometar

DIREKT, udarac u boksu; levi i desni direkt. Levi direkt je udarac kojim se razbija gard protivnika, a desni direkt je bokserski udarac sa mnogo jačom snagom (izuzeci su levaci), i zato se upotrebljava kao završni udarac. Levi ili desni direkt se ne razlikuju, a izvode se opružanjem ruku (horizontalno i brzo).

DIRI, stil indonežanske borilačke veštine pentjak-silat, kojih je bilo u Indoneziji veliki broj. Čak ima oko 600 verzija ove borilačke veštine, dok je ostalo danas oko 150 stilova, koji se neguju na određenom prostoru Indonezije. Svi ti stilovi borenja su u Indoneziji, zemlji koja se prostire na ostrvima između jugoistočne Azije i Filipina, intenzivno su negovani i u srednjem veku, jer je u tom razdoblju Indonezija bila zemlja takoreći džungle i nije imala dobre saobraćajne veze sa ostalim svetom, pa je i to doprinelo mističnosti ove veštine.



Vrhunski maj-stori prikazuju tehnike DIRI. Gore, desno je znak stila Diri.

DIZANJE TEGOVA (engl. weight lifting), sportska grana u kojoj takmičar snagom svojih mišića diže uvis određenu težinu (spravu) iznad visine glave do uzručenja i nekoliko ga trenutaka drži ispruženih ruku ili nogu u tom položaju. Prapočeci ove sportske grane datiraju od davnih vremena. Grčka mitologija je prepuna podataka o snažnim ljudima toga vremena, među kojima se naročito ističe Heraklo (lat. Herkules). Činjenica je da su se grčke atlete u pripremama za takmičenja izvežbali i u dizanju velikog tereta. Jedan od takvih ljudi je bio Milon iz Krotona, koji je bio i šestostruki olimpijski pobednik u rvanju, i on je bez problema mogao podići i teškog vola na ramena i nositi ga živog kroz arenu. Bez obzira što su neke sportske grane u drevna vremena ušle u obavezan sastav i antičkih Olimpijskih igara, to tada ipak nije uspelo dizačima tegova. Ipak, u srednjem veku je dizanje tereta postajalo veoma popularno u

celoj Evropi, prvenstveno u cirkuskim predstavama, a 1880. godine u Nemačkoj formirani su prvi teškoatletski klubovi, koji su, između ostalog uključili i dizanje tereta. Prvo svetsko prvenstvo u dizanju tegova održano je 1888. godine u Beču, a prvo prvenstvo Evrope u Roterdamu 1896. godine, a pobednik je bio Hans Bek. Na Olimpijskim igrama u Atini 1896, prvi put su nastupili i dizači tegova, da bi iste godine bilo održano i svetsko prvenstvo u Beču, gde je pobedio Austrijanac Vilhelm Turk. Prvi Međunarodni teškoatletski savez je osnovan u Berlinu, i tada su propisana i prva pravila za dizanje tegova, sa sistemom klasifikacije, dimenzije, izgled itd. Od dotadašnjih 10 disciplina za dizače tegova, propisiju se samo dve olimpijske discipline. Godine 1920. u Parizu je osnovana i Međunarodna federacija za dizanje tegova (FIHS, Federation Internationale Halterophile et Kulturiste), a samostalna Međunarodna federacija za dizanje tegova (International Weight Lifting Federation, IWF) osnovana je u 1968. godini, tako da je od tada izvršena i postavljena preciznija organizacija, sa pravilima, propisivanjem kategorija, rekvizita i vođenje precizne evidencije svetskih rekorda. Naravno, važno je istaći da su ogroman doprinos na popularizaciji ovog sporta dale sve sokolske organizacije u Češkoj kao i u jugoslovenskim krajevima. Ovaj sport se prvi put pojavio u Srbiji 1881. godine. Prvi put su dizači tegova iz SFRJ nastupili na Olimpijskim igrama 1972. godine u Minhenu. Ova sportska grana se isključivo odnosi na dizanje tegova, a takmičenja se organizuju u dvoranama ili većim teretanama, dok se leti organizuju i na otvorenom prostoru. Takmičenje se održava na posebnom podijumu od daske debljine 8,12 cm i veličine 4x4 m. U tom takmičenju su obavezni: rekvizit (tegovi), tri signalna svetlosna uređaja za trojicu sudija, ili pak tri crvene i bele zastavice. Crveno svetlo (crvena zastavica) označava da je pokušaj dizača tad propao, dok belo svetlo (bela zastavica) označava da je pokušaj dizača uspeo. Sprava (tegovi) na kojima se takmičari isprobavaju ima osovinu dužine 220 cm, 28 mm debljine i 20 kg težine, s tim što se njena težina povećava dodavanjem ploča sa obe strane. Ploče se pričvršćuju zatvaračima teškim 2,5 kg. Kompletirana sprava (teg) sastoji se od 4 ploče po 20 kg, 2 po 15 kg, 2 po 10 kg, 2 po 5 kg, 2 po 2,5 kg, 2 po 1,5 kg, 4 po 05 kg, 4 po 0,1 kg i 2 ploče po 0,05 kg. Ukupna težina takve sprave (tega) je 175 kg. Međutim, vremenom su se izgledi te sprave i ploča modifikovali, tako da su ploče ofarbane u različite boje: od 50 kg – zelene, 25 kg – crvene, 20 kg – plave boje, 15 kg – žute, 10 ili 5 kg – bele, a težine od 15; 1,25; 0,5 i 0,25 kg su u crnoj boji. Sve u cilju perfekcije.



Rus Vasilij Aleksejev – svetski i olimpijski šampion

Takmičari nose sportske trikoe i dres iz jednog dela, suspenzor, sportske cipele, a dopušta im se i upotreba bandaže (kaiša) na zglobovima šaka i skočnim zglobovima, kao i pojasa širine do 10 cm. Prema telesnoj težini, koja se proverava na 1 sat pre takmičenja, dizači tegova su svi podeljeni u 9 kategorija: muva do 52 kg, bantam do 56 kg, perolaka do 60 kg, laka do 67,5 kg, srednja do 75 kg, lakoteška do 82,5 kg,

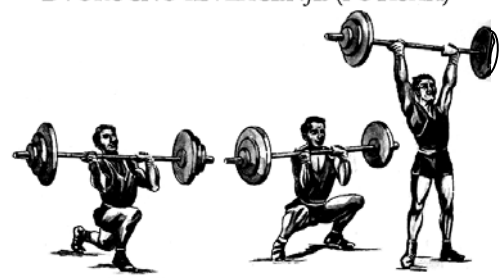
srednjoteška do 90 kg, teška do 110 kg i superteška iznad 110 kg. Svaki takmičar ima pravo po 3 pokušaja u svakoj disciplini. Najuspešniji pokušaji u disciplini trzaja i izbačaja se sabiraju i tako se dobija rezultat u olimpijskom biatlonu. Težinu tereta na takmičenju određuje sam takmičar sa svojim trenerom.



DVORUČNO DIZANJE IZBAČAJEM



DVORUČNO IZVLAČENJE (POTISAK)



DVORUČNO DIZANJE TRZAJEM

Kod sva tri načina dizanja tegova, pored izvanredne fizičke pripremljenosti i ovladavanjem tehnikama, veoma je važna i potpuna koncentracija, da bi se postizali veliki dizački rekordi svetskog i olimpijskog nivoa.

Trzaj je tehnička disciplina koja se izvodi u jednom zamahu, podizanjem tegova sa tla do finalnog položaja iznad glave. Podeljen je u četiri faze, i izvodi se tako što su tegovi postavljeni vertikalno ipod nogu takmičara, položaj stopala je u obliku slova V sa razmakom između stopala 15-20 cm, osovina tega »prelazi« preko stopala, tj. prstiju. Teg se zahvata u širini od 90-110 cm između šaka (velika tolerancija u hvatu je dozvoljena zbog različite visine dizača, njegove okretnosti, razgibanosti, konstitucije, brzine i drugih individualiteta). U prvoj fazi teg se vuče opružanjem nogu do kolena. Kod prvog pokreta se istovremeno podiže i zadnji deo tela i guranja ramena da bi nešto malo prešle osovinu tega. Time se tegu omogućuje vertikalni put naviše, i u ovoj fazi ruke su potpuno opružene u laktovima, a leđa uvinuta naviše. U trenutku kada teg prelazi visinu kolena nastupa druga faza koja je odlučujuća za izvođenje vežbe, je trenutak kada se troši najviše snage da bi se savladao veliki teret. Akcenat je na maksimalnom ubrzanju, što bi se »dizačkom« terminologijom reklo, u udar, odnosno »podriv«. U momentu udara dolazi do potpunog opružanja nogu, i tada nastupa i treća faza u kojoj dizač više ne može da utiče na teg. Prilikom skoka dolazi do pomeranja stopala u stranu, što znači da su stopala u širem položaju od prethodnog, na taj način se dobija dublji sed, u momentu ulaska pod teg ili čučanj. Prilikom ustajanja iz čučnja takmičar ne sme dozvoliti da mu ruke popuste, pa mora teg držati na opruženim rukama i stalno ga potiskivati uvis. Četvrta faza je ustajanje iz čučnja, zatim se zauzima finalni položaj tela, gde je telo opruženo u odnosu na tlo, a teg fiksiran. Dizanje trzajem se izvodi u jednom potezu koji traje ukupno do 3 sekunde, pa se ista vežba može ponoviti odmah nakon 2-5 minuta u zavisnosti od težine na spravi. Veoma je važno da se ne naprave sledeće greške: vučenje tega sa zastojem, prekid za vreme izvođenja dizanja, neujednačeno opružanje ruku, potiskivanje tega u finalni položaj i dodirivanje podijuma kolenima. Kada je u pitanju tehnička disciplina *izbačaj*, ona se sastoji iz dva dela: donošenje tega na grudi, i izbačaja tegova od grudi. Pri di-

zanju izbačajem položaj je tela uz male razlike istovetan kao i kod *trzaja*. Ipak, postoji bitna razlika u hvatu osovine, gde se osovina tega hvata u širini ramena, a u prvoj fazi, dok se teg vuče, akcenat se stavlja na momenat kada osovina tega prelazi visinu kolena. Uz maksimalno ubrzanje, takmičar snažno opruža mišiće nogu i trupa. Kada više ne može delovati na teg, ruke dizača se tada brzo okreću i savijaju u laktovima, a u istom momentu se »skače«, odnosno »ulazi« pod teg. Najuspešnije ustajanje vrši se na prvi »feder« snažnim mišićima nogu. Nakon izvršenog ustajanja dolazi do kratkih uzdaha i zauzima se početni stav za izbačaj tegova sa grudi. Tada se iz počučja, snagom snažnih mišića nogu, teg maksimalno izbacuje vertikalno uvis, u položaj iznad glave, a taj trenutak se koristi da takmičar »krene« pod teg u raskorak. Povlačenje nogu takmičar mora izvoditi pribrano kako teg ne bi izašao iz ravnoteže. Takođe se ne smeju praviti greške: dodirivanje podijuma kolenom, vučenje tega sa zakašnjenjem, dodirivanje kolena ili butine laktovima itd. Sve te radnje se moraju izvoditi pravilno, a podignuti teg držati sve dok glavni sudija glasno ne kaže reč »down« (dole). Period od uspešnog dizanja do sudijske reči je oko 2 sekunde, a sirenom se oglašava uspešnost dizača.

DO, put, staza, pravac borilačkog stila.

DOD ŠARLOTA (1871-1962), engleska reprezentativka u tenisu, hokeju na travi i golfu. Šampionka Vimbldona iz 1887/88, 1891/93. godine. Prva žena u istoriji tenisa koja je upotrebila volej i smeč, a bila je i najmlađa šampionka Vimbldona sa samo 16 godina života.

DODAVANJE TEŽINE, u sportskoj disciplini »dizanje tegova«, dopušteno je povećanje težine sprava za dizanje tegova na takmičenjima. Najmanja težina tega sa kojim se može početi takmičenje iznosi 27,5 kg (tj. težine osovine, najmanje ploče od 1,25 kg i zatvarača). U takmičenju ima 3 pokušaja.

DOJO, dvorana za borilačke sportove.

DOMINIK VALERA (1947 – Lion), francuski reprezentativac u karateu, višestruki svetski šampion u karateu i u



ful-kontaktu, višestruki je šampion Evrope i majstor karatea 9. DAN-a. Trenirao je poznate filmske glumce: *Žan Klod van Dama, Stalonea, svetskog karate šampiona Bijamonta.* Aktuelni je trener francuske karate reprezentacije.

DONOVAN DAVID TIKI (1947), bio takmičar i selektor karate repr. V. Britanije, nosilac 9. DAN-a, svetski karate šampion (Tajpei, 1982), šampion Evrope, višestruki šampion Engleske i vla-



snik karate škole »Ishin-ryu« asocijacije »L.T.D« u Londonu. U bivšoj SFRJ održao nekoliko uspešnih seminara zajedno sa Dušanom J. Dačićem, nekadašnjim saveznim selektorom karate reprezentacije Jugoslavije.

DOPING (engl. dope, veštački podržavati, davati opojna sredstva), uzimanje u sportovima nefizioloških rastvora (doping-sredstva) za unapređenje fizičkih sposobnosti takmičara neposredno pre i za vreme sportskog takmičenja. Ovakva definicija dopinga usvojena je septembra 1965. godine na sastanku Evropskog saveta lekara u Strasburgu. Konzumiranje doping-sredstava i njihovo davanje sportistima načelno je zabranjeno u svim zemljama sveta. Međunarodni olimpijski komitet (tačkom 4 svojih pravila) zabranjuje nastup takmičaru koji je pod uticajem dopinga. Međutim, doping se ipak mnogo primenjuje npr.

u biciklizmu ili boksu, uglavnom u profesionalizmu, jer se smatra da doping-sredstva nisu toliko štetna po organizam, da se ne bi mogla uzimati u razumnim količinama, međutim pri velikim i preteranim naprezanjima i atmosferskim promenama – doping može katastrofalno delovati na sportistu. Doping-sredstva se mogu kvalifikovati i prema određenim kriterijumima koji mogu biti različiti, a bili su usvojeni za sve učesnike XX Olimpijskih igara u Minhenu i Kelnu 1972. godine, na osnovu iskustva i istraživanja najpoznatijih svetskih sportskih lekara. A sredstva koja pojačavaju psihomotoriku i stimulacije su: amfetamin, benzfetamin, kokain, dietilpropion, dimetilamfetamin, fenkafamin, prolintan i njihovi derivati. Simpatikomimetski amini: efedrin, metilefedrin, metoksifenamin i njihovi derivati. Različite stimulacije koje deluju na centralni nervni sistem: amifenazol, bemigrid, leptazol, niketamid, strihnin i njihovi derivati. Narkotski analgetici: heroin, morfin, metadon, dekstromoramid, dipipanon, petidin i njihovi derivati. Od svih zabranjenih sredstava najviše su u upotrebi amfetaminski preparati koji otklanjaju nastup umora i time produžavaju mogućnost daljeg sportskog napora, ali prisustvo svih ovih preparata može se dokazati u mokraći sportiste koji ih je uzeo. Na tome se i bazira uspešna kontrola pojedinih takmičenja, naročito onih najboljih. Pravila antidoping kontrole jasno kažu, da u slučaju pronalaženja doping-supstance samo kod jednog takmičara iz ekipe – cela ekipa tada biva obavezno suspendovana.

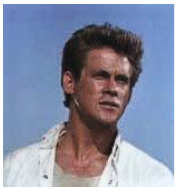
DOPUĐA JELENA (Romanija, 1904-Sarajevo, 1987), poznatigi mnastički pedagog. Autor je više od 250 kompozicija i koreografija za akademije i sletove, a objavila je više radova kao i stručnih članaka u vezi sa tom oblašću i tematikom iz fizičke kulture. Jedna je od pvih žena sa prostora bivših jugoslovenskih zemalja, eksperta fizičke kulture.

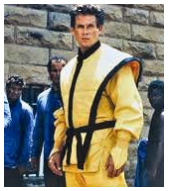


Jelena Dopuđa, prednjakinja i načelnica Sokolskog društva, načelnica Gimnastičkog saveza BiH. Napisala je značajna dela u vezi sa fizičkom kulturom, kao veliki doprinos vaspitanju dece, kako predškolskog uzrasta, tako i srednjoškolskog i akademskog nivoa.

DROGA (arapski), sirovi ili delimično prerađeni delovi biljaka ili životinja, u užem smislu označavaju opojne droge, koje razarajuće deluju na ceo organizam. Apsolutno su nespojive sa sportistima, njihovo korišćenje, naročito kod mladih dovodi do »bolesti zavisnosti«. *Opijati su: opijum, opoid, morfin, heroin, metadon, kodein, prodini,* pa razni psihostimulansi: *kokain, koka-pasta, krek, amfetamin, benzendrin, afedrin, kat, ekstazi, droga-led, feniciklin ili »anđeoski prah«.* Takođe razne halucinogene droge: *LSD-25, meskalin, psilocibin.* Tu su i: *kanabinoidi: marihuana, hašiš, kaba.* Zatim opasne droge: *lepak, hloroform, lakovi kao i vrlo opasni razarajući i štetni nikotin iz duvanskog dima (čak i pasivni), pušenje je jedan od najvećih uzročnika karcinoma pluća, i nespojivo sa sportom.*

DUDIKOF MAJKL (Redondo Bič u Kaliforniji, 1954), majstor karatea i brazilskog ju-jutsu, poznati filmski glumac u preko 50 filmova borilačkog žanra.





Majkl Dudikof majstor karate sporta i glumac mnoštva akcionih filmova

DUŠAN SILNI, Srpsko gimnastičarsko društvo, osnovano u Sarajevu godine 1905. Pravila su mu odobrena od Zemaljske vlade 1906. Glavni cilj društva je bio »da gimnastikom jača telesnu snagu i čuva zdravlje svojih članova i da neguje društveni život«. Najveće zasluge za osnivanje društva imao je Dimitrije Matejić, tadašnji učitelj gimnastike.

DVOSTRUKO KOLO (nem. Rhönrad, rus. колесо гимнастическое), vrsta gimnastičke sprave sastavljene od dva čelična obruča za razvijanje vestibularnog aparata, muskulature i orijentacije u prostoru. Ovu sportsku spravu konstruisao je *Oto Fejk*, 1925. u planini Ren po čemu je dobila ime u nemačkom je-





ziku. Sprava se sastoji od dva čelična obruča prečnika 173-220 cm i težine od 30-33 kg, spojena su po unutrašnjim ivicama paralelnim prečkama, a dužine 40-52 cm. Na dvema prečkama su hvataljke za ruke, a na suprotnoj strani od hvataljki, učvršćenja za noge. Držeći se za hvataljke i upirući se nogama o srednja učvršćenja, vežbač pomeranjem težišta tela pokreće spravu. Vežbač dvostrukim kolom može izvoditi i različite figure, okrećući se u jednom ili drugom pravcu, na jednom ili na oba obruča. U nekim zemljama SAD, Ruske Federacije, Nemačke i Japana, te su vežbe takmičarska disciplina i prikazuju se na javnim nastupima. Sprava se koristi obavezno u obuci avijatičara i kosmonauta.

DŽ

DŽET SKI, vrsta sporta u kome je dominantno takmičenje u brzinskim vožnjama motornih skutera na kojima su namontirane sanke za sneg. Prva pojava džet ski sporta dogodila se u SAD početkom 1980. godine. Kawasaki Motors Corporation je pomogla osnivanje United States Jet Ski Boating Association (IJSBA). U taj savez danas je učlanjeno oko 100 zemalja sveta. Na prostoru bivše SFRJ ovaj sport je bio sekcija Nautičkog saveza Jugoslavije, da bi 1994. nastao Džet ski savez Jugoslavije.



Međutim, prvi džet ski skuter napravljen je 1973. godine u fabrici "Kawasaki", za snimanje filma o agentu 007 Džejmsu Bondu. Posle toga, sredinom sedamdesetih godina, iz saradnje "Kawasakija" i "Jamahe", konstruisan je i jedan od najboljih skutera pod nazivom "Wave Runner". U poslove proizvodnje skutera za sneg i vodu, uključuju se i poznate fabrike: "Bombardier Recreational Products" i "Polaris". U takmičenjima dvoseda, troseda i četvoroseda, osnovna podela je po kategorijama za razne položaje tela "stajaći" ili "sedeći".

DŽOGING (engl. jogging, kaskati), kao vrsta sporta u kome je dominantno lagano rekreaciono trčanje na daleke staze: u prirodi i predelima bujnog rastinja.

DŽONSON MAJKL (1967), američki reprezentativac u atletici, višestruki olimpijski šampion: Barselona, 1992, na 400 m, Atlanta, 1996, na 200 m, Sidnej, 2000, na 400 m. Svetski šampion: 1991, 1993, 1995, 1997, 1999. godine.

Đ

ĐOKOVIĆ NOVAK (rođen 1987. godine u Beogradu), reprezentativac Srbije u tenisu i jedan od najboljih tenisera planete, igra desnom rukom i smatra se najboljim riternistom na svetu. Tenisom se počeo baviti sa sedam godina, takoreći od I razreda OŠ »Bora Stanković« na Banjici u Beogradu. Prvi trener mu je



bila Jelena Genčić i trenirala ga do 13. godine, zatim Nikola Pilić. Početak profesionalne karijere od 2003, a od 2006. godine trener mu je Marian Vajda. *Uspehe počinje da ređa u Amersfortu i Mencu od 2006. godine, a u 2007. godini (6 pobeda i 4 pehara), u 2008. osvojio je: Melburn, Indijan Vels, Rim, Šangaj, 3. na OI (Peking, 2008), a u 2009. godini osvaja Dubai, Peking, Bazel, Pariz. U 2010. godini osvojio je (Dubai, Dejvis-kup u Beogradu), i postaje 2. igrač sveta. U 2011. godini osvojio 10 titula (Melburn, Dubai, Indijan Vels, Majami, Beograd, Madrid, Rim, Vimbldon, Montreal, Njujork), od 4. jula 2011. najbolji igrač planete i 1. na ATP listi. U 2012. godini osvojio je: Australijan open, Majami, Šangaj, Peking, London. U 2013. osvojio je Australijan open, Dubai, Monte Karlo, Peking, Šangaj, Pariz, London. Od 2011-2013. godine bio je 101 nedelju 1. na ATP. U 2014. godini šampion Indijan Velsa, Rima, Vimbldona, mastersa u Londonu i Pekingu (trener Boris Beker), 1. na ATP (od 6. VII 2014). U 2015. godini osvojio: Australijan open, Indijan Vels, Majami, Monte Karlo, Rim, Vimbldon, US open, Peking, Šangaj, Pariz. U 2016.: Rolan garos, Katar open, Australijan open, Rodžer kup, Mutia Madrid, Majami, BNP-Paribas open. U 2017.: Katar open, Australijan. U 2018.: Vimbldon i Sinsinati, a u 2019. godini: Australijan open, Abu Dabi, Vimbldon, masters Pariz, Tokio. Uz trenera Gorana Ivaniševića u 2020. osvaja: Melburn, Dubai i ATP-kup sa reprezentac. Srbije (Sidnej). U 2021.: Rol. garos, Australijan open, Belgrade-open, Vimbldon. 2022.: mast. Rim, Vimbldon, Tel Aviv, Torino, Asana. U 2023.: Adelajd i Australijan open. Ukupno je osvojio 93 titule, 22 Grend slema, 37 mastersa. Proglašen najboljim sportistom sveta. Dobitnik je i nagrada: »Laureus«, Karađorđeve zvezde I reda, Nagrada Republike Srpske, nagrada »Espy« i »Zlatni masters«, 1. na ATP listi i 2018, 2019, 2020, 2021, ponovo postaje prvi 2023. godine (ukupno preko 400 nedelja).*

E

EARHART MARI AMELIJA (1897-1937), američka reprezentativka u motornom letenju. *Bila je prva žena u svetu koja je avionom samostalno preletela Atlantik (17. jula 1928), autožirom je oborila SR visine sa*





5800 metara, 1931. godine, a transkontinentalnim letom od Los Anđelesa do Njujorka postigla je ženski svetski rekord u vremenu od 19 časova i 4 minuta. Poginula, nestala u Tihom okeanu (Pacifiku) 1937. godine.

EBU (engl. European Boxing Union), Evropska bokserska unija, rukovodeća organizacija za profesionalni boks evropskih zemalja, osnovana 1908.

EGUCHI FUJITE (1934), reprezentativka Japana u st. tenisu, svetska šampionka (Stokholm, 1967) u pojedinačnoj konkurenciji, prvakinja je Japana (1954,

1956). *Učestvovala je na pet svetskih prvenstava i osvojila ukupno 16 medalja (6 zlatnih, 5 srebrnih i 5 bronzanih). Udala se za poznatog japanskog reprezentativca i svetskog šampiona u stonom tenisu, J. Tomite, pa su čak zajedno i nastupali na mnogim takmičenjima.*

EIGER, planinski vrh u Bernskim Alpima, visine 3970 m. Zbog svoje teške i opasne severne stene, jedan je od najpoznatijih vrhova u svetu alpinizma i merilo sposobnosti svih vrhunskih planinara. *U pokušajima osvajanja njegove stene izgubilo je život više desetina alpinista. Prvi koji su savladali tu fatalnu stenu bili su članovi ekipe: A. Hekmair, V. Vorg, H. Harer i F. Kasparek 1938. godine. U današnje vreme ka Eigerovoj steni postoje precizno zacrtani brojni smerovi penjanja: Harlinov smer (1938), Poljski (1968), Japanski (1969), Škotski (1970), kao neki drugi smerovi.*

EISHIN-RYU, najstariji stil borilačke veštine »Iai«, koji je formirao karate učitelj Hayashizaky Jinsuke Shigenoby.

ELBRUS (rus. Эльбрус), najviši evropski planinski vrh na Kavkazu (5633 m), dužina planine 1500 km i širine 32-180 km, veliki izazov za iskusne alpiniste.

ELBURS, planina u Iranu, na jugu od Kaspijskog jezera, sa vrhom Demavend (visine 5670 metara), veoma nepristupačnim i zanimljivim za alpinizam. Elbrus je najveći vrh Evrope, a ne Mon Blan.

ELERMAN ARLONDO (Buenos Ajres, 1893-1979), argetinski kompozitor šahovskih problema, jedan od najboljih u dvopotezima. U periodu 1920-1950. sastavio preko 2000 dvopoteza, od kojih su mu mnogi doneli velika priznanja i nagrade. Elerman je bio bez premca u svetu u tzv. »Good Companions stilu« (stilu »dobrih drugara«). Bio je jedan od najboljih međunarodnih šahovskih majstora na svetu – za kompoziciju.

ELVSTROM PAUL (Helerup, 1928), danski reprezentativac u jedrenju. U klasi *Fin* bio je četvorostruki pobednik u jedrenju na Olimpijskim igrama 1948, 1952, 1956, 1966. Bio je svetski šampion 1966. godine u klasi 5,5 m i na prvenstvu Evrope 1971. godine u klasi *Soling*. Zbog takvih vrhunskih svetskih uspeha, u sportskom jedrenju širom sveta – nazivali su ga »Leteći Danac«.

EMBUSEN, linija rada kate. Važno je napomenuti, da svako izvođenje karate kate počinje i završava se na istom mestu odakle je i započeta kata, ali strogo u sklopu linije rada kate ili »embusena«.

EMERSON ROJ (Kvinslend, 1936), australijski reprezentativac u tenisu. Rekorder po broju osvojenih naslova međunarodnog prvenstva Australije (1961, 1963, 1967). Pobednik je Vimbldona za 1964-1965. godinu, pobednik Međunarodnog prvenstva SAD za 1961. i 1964. godinu, kao i Međunarodnog prvenstva Francuske 1963. i 1967. Emerson je bio član i teniske reprezentacije Australije, koja je u njegovo vreme čak osam puta osvojila Dejvis kup (1959-1967).

EMPI-UCHI (jap.), udarac laktom. U karate veštini postoje razne verzije udaraca laktom: *yoko-empi-uchi* (u stranu), *tate-empi-uchi* (odozdo), *yoko-mawashi-empi-uchi* (kružno i sa strane), *otoshi-empi-uchi* (udarac na dole), *ushiro-empi-uchi* (udarac unazad), *mae-empi-uchi* (udarac laktom napred u telo protivnika). *U takmičenju iz sportskog karatea – zabranjeni su.*

EMPI-UKE, označava sve blokove u karateu, koji se izvode pomoću lakta.

ENDER KORNELIJA (Pluen, 1958), poznata nemačka reprezentativka u plivanju i višestruka šampionka sveta. Na Olimpijskim igrama 1976. godine bila je četiri puta prva na 100 m i 200 m u slobodnom stilu, 100 m leptir i u štafeti 4x100 m mešovito. Na prvenstvu sveta 1973. godine bila je četiri puta prva na 100 m slobodno, 100 m leptir i u štafetama 4x100 m slobodno i mešovito. Na Svetskom prvenstvu 1975. četiri

puta prva na 100 m slobodno, 100 m leptir te u štafetama 4x100 m slobodno i mešovito. U anketi agencije ISK (Internationale Sport-Korrespondenz) proglašena je najboljom sportistkinjom sveta za 1973. i 1975. godinu.

ENDERS KLAUS (1937), motociklista bivše SR Nemačke, bio je 6 puta prvak sveta (1967-1974) na kružnim betonskim trkalištima (motocikl s prikolicom), zajedno sa *Engelhardtom i Kalaučom.*





Svetski šampion Enders Klaus, trke iz 70. godina XX veka.

ENDO YUKIO (1937), japanski reprezentativac u sportskoj gimnastici i učenik istaknutog japanskog trenera A. Kanekoa. Gimnastičar Yukio odlikovao se sasvim novim stilom i dinamikom među svojim savremenicima. Pobednik je i osvajač zlatnih medalja na Olimpijskim igrama iz 1960, 1964, 1968. go-





dine, u sastavu pobedničke ekipe Japana. Bio je olimpijski pobednik u višeboju i na razboju, i osvajač srebrnih medalja u preskoku konja uzduž i u vežbama na tlu. Nosilac je 7 olimpijskih medalja (5 zlatnih i 2 srebrne). Na PS 1960, 1962. godine osvojio je prva mesta, a između 1962. i 1965. godine proglašen najuspešnijim takmičarem u sportskoj gimnastici na svetu.

ENPI KATA, majstorska karate kata zvana »lastavičji let«. Na arhipelagu Okinava ova se kata zvala (wanshu). Ime joj je dao najveći svetski karate učitelj Gichin Funakoshi, u vreme kada je napisao svoju prvu knjigu iz 1922. godine. Smatra se da je ovu majstorsku katu na Okinavu preneo kineski carski izaslanik (Wanshu) i to krajem 1683. godine. Ova popularna majstorska kata, bez obzira na savršenost, nešto kasnije je prerađena u *Tomari-te školi* na Okinavi. Njen naziv »lastavičji let« nije slučajan, jer u njoj dominiraju česte promene visine stavova, spuštanja kolena na tlo, bacanja, skokovi. Položaji ruku su ovde specifični. Ova kata spada u takmičarske kate i izuzetno je atraktivna za gledaoce.



ERSKI-KOVRLIJA GORINKA (rođena u Zrenjaninu, 1942), reprezentativka u kuglanju i jedna od najpoznatijih kuglašica SFRJ. U periodu njenog aktivnog bavljenja kuglanjem bila je član reprezentacije Jugoslavije od 1959. do 1972. godine, a 41 put nastupala za reprezentaciju SFRJ. Godine 1962. učestvovala je na Svetskom prvenstvu u kuglanju u Bratislavi (Čehoslovačka) i osvojila prvo mesto i zlatnu medalju, a na istom takmičenju u pojedinačom nastupu sa oborenih 440 čunjeva u 100 pogodaka *mešovito*, popravila svetski rekord.



Na VI SP u Bukureštu i VII SP u Lincu osvojila je srebrne medalje, kao i na IX SP u Splitu, 1972. godine, kada je u takmičenju parova bila druga. Od 1963. godine je rekorderka sa 470 čunjeva u 100 pogodaka *mešovito*. Višestruka šampionka SFRJ, dobitnik priznanja Zaslužni sportista SFRJ i povelje KSS.

ETIKA (grč.), po Aristotelu, termin je rasprave o moralu, vrlini i sreći. Nauka o moralu kao postojećem etosu tj. po-

stojećim običajima i moralnim shvatanjima (šta je to dobro, a šta je to loše), kao i dokazivanje moralnih sudova koja se naziva *metaetika*. Sportska etika je deo etike koja se odnosi na problematiku sportskog morala. Polazeći od istorijske uslovljenosti morala, mogu se lako utvrditi znatne razlike u moralnim kriterijumima ponašanja takmičara u tipičnim sportskim nadmetanjima feudalno-viteških turnira, buržoasko-kapitalističkih i socijalističkih sportskih priredbi. A u buržoaskom smislu, kodeks fer-pleja se, npr. ocenjivao kao džentlmensko ponašanje sa akcentiranjem lojalnosti u konkurenciji. Marksistička etika ističe veliku ulogu koju ima svesni izbor pojedinih akcija i postupaka, ističe značaj moralne odgovornosti svakog čoveka za njegovo ponašanje u užoj i široj zajednici, u društvu. U izgrađivanju pozitivnog sportskog morala takmičara, pored aktivne prirode sportiste, u prvom redu učestvuju treneri, sportski kolektivi i funkcioneri (rukovodioci, sudije, organizatori). Međutim, treba pomenuti i niz ostalih faktora kao što su porodica, škola, uopšte sredina u kojoj sportista živi i radi, društveno-političke organizacije, sredstva javnih komunikacija i mnogi drugi faktori. Međutim, bivši rektor Nemačke visoke sportske škole u Kelnu, kaže da se fer-plej ne može pravilima do kraja meča odrediti, jer je to unutrašnji odnos i stav prema igri i borbi koji zavisi od cilja i ideje kojoj sportista služi. Prisutnost fer-pleja u sportu je nužna, bez obzira na razne prepreke.

ETIMOLOGIJA, lingvistička disciplina koja se bavi poreklom reči kao i njihovog značenja.

ETIMON (grč.), osnovna reč iz koje se izvode druge reči.

ETNOGRAFIJA (grč.), nauka koja opisuje i proučava život i običaje pojedinih naroda.

ETOSHI-BARAKU, zvučni signal koji daje merač vremena na karate takmičenju i znači »malo vremena do kraja meča«. Signal se daje na 30 sekundi pre kraja karate borbe, a zvuk se daje udarcem u gong (u XXI veku – električnim).





Vrste gonga za borilačka takmičenja: u karateu i boksu

EUZEBIO FEREIRA (Lorenco-Markes, Mozambik, 1942-2014), portugalski fudbaler, bio član FK »Benfika« iz Lisabona. Sa igračem Euzebijem taj tim je dva put osvajao evropski kup nacionalnih prvaka (1961,1962). Igrao je i u reprezentaciji sveta (1963), dva puta za reprezentaciju Evrope (1964), a bio je i najuspešniji strelac na fudbalskom prvenstvu sveta 1966. godine i postigao 9 golova. Bio je najbolji fudbaler Portugalije (1963, 1965, 1966) i Evrope 1965. Po predlogu pariskog lista France football, dobitnik je »zlatne lopte« (1966).

EVE MAKS MACHGIELIS MAX (Vatergrafsmer kod Amsterdama, 1901, a umro 1981). Holandski šahovski velemajstor i jedan od vodećih šahista sveta I polovine 20. veka. Bio je peti prvak sveta 1935-1937. godine. Doktorirao je u Amsterdamu iz oblasti matematike. Jedno vreme je bio i gimnazijski profesor, a zatim je upravljao i računarskim IBM-centrom u Amsterdamu. Šah je počeo igrati sa 11 godina, a sa 20 godina je stekao naslov majstora i postao šampion Holandije 1921. godine. Zvanični svetski prvak u šahu postao je 1935. u meču sa sovjetskim velemajstorom Aleksandrom



Aljehinom, zatim dve godine kasnije on gubi šampionski tron svetskog prvaka. Posle toga Eve je nastupao sa promenljivim uspehom do kraja 50-ih godina. Posvetio se pisanju dela iz šaha, kojih je objavio veći broj, a njegova najbolja knjiga iz sveta šaha je "Theorie der Schaakopeningen" (Teorija otvaranja), koja je prevedena na nekoliko svetskih jezika i doživela veći broj ponovljenih izdanja. Kao jedan od najzaslužnijih pobornika šahovske igre, dr Maks Eve je od 1970. do 1978. godine bio predsednik Međunarodne šahovske federacije (FIDA).

EVROPSKI SPORTSKI SAVEZI, organizacije koje su osnovane radi praćenja i unapređivanja određenih grana sporta, sa ciljem organizovanja evropskih šampionata i kup takmičenja nacionalnih reprezentacija, pojedinaca kao i klupskih ekipa. Delatnost svih tih saveza mora biti usklađena sa statutom odgovarajućeg međunarodnog sportskog saveza. Evropski sportski savezi formirani su za sledeće sportske grane i organizacije: bilijar – CEB (franc. Confederation Europeenne de Billard); atletiku – EEA (engl. European Athletic Association); badminton – EBU (nem. Europäische Badminton – Union; bejzbol – EBU (engl. European Baseball Union); profesionalni boks – EBU (engl. European Boxing Union); jedrenje na ledu EEK (nem. Europäische Eissegel-Union) golf – EGV (nem. Europäischer Golf Verband); hokej na travi – EHA (engl. European Hockey Association); džudo (judo) EJU – (nem. Judo-union); kendo – EKF (nem. Europäische Kendo Federation); karate – EKU (nem. Europäische Karate-Union); streljaštvo – ESC (engl. European Shooting Confederation); stoni tenis – ETTU (engl. European Table Tennis Federation); EWU (Europian Weightlifting Union) plivanje i vaterpolo sport – LEN (franc. Ligue Europeenne de Natation); skijanje u svim alpskim zemljama – OPA (franc. Organisation des Pays Alpins); fudbal – UEFA (franc. Union Europeenne de Football Association); zimske biciklističke trke – UEVH (franc. Union des Velodromes d'Hiver); sportska unija policajaca – USPE (franc Union Sportive des Polices d'Europe). Funkcija kontrole, unapređivanja i organizovanja evropskih takmičenja za sportove koji nemaju nikakav svoj evropski savez, u kompentenciji je međunarodne sportske federacije.

F

FAI (franc. Federation aeronautique internationale, Međunarodna vazduhoplovna federacija), osnovana 1905. godine u Parizu, na inicijativu aeroklubova Francuske, Belgije i Nemačke, a na bazi preporuka Međunarodnog olimpijskog komiteta (MOK).

FAYKO, federacija japanskih karate stilova, sa centrom u Japanu sa adresom: Headquartes Senpaku Shinko Building, 6 th Floor, 35 Shiba Kotohiracho Minatoku, Tokyo, Japan.

FAKULTET SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA U BEOGRADU, deo Beogradskog univerziteta. Adresa fakulteta: Blagoja Parovića 156, Beograd.





FAKULTET SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA U NIŠU, deo Univerziteta u Nišu. Adresa fakulteta: Čarnojevića 10-a, Niš.





FANĐO MANUEL (1911-2009), argentinski automobilista i slavni vozač trkaćih automobila *„Formule-1“*, koji je u periodu 1949-1957. godine pobedio u 46 trka. Počev od 1950, Fanđo je os-



Svetski šampion u automobilizmu Manuel Fanđo na „mercedesu-benc“, Argentina, 1964. godine

vojio i Gran pri u Francuskoj (4 puta), Engleskoj i Belgiji (3), Holandiji, Monaku (2), Nemačkoj (3), Italiji (3) i u Švajcarskoj. Bio je svetski šampion u 1951, 1964-1957. Vozio je: *„alfa-romeo“, „mercedes“, „ferari“, „kuper“ i „maserati“.*

FARINA ĐUZEPE (Torino, 1906 – Kambera, 1966), italijanski automobilista, šampion prvog svetskog prvenstva u istoriji automobilskih trka (1950). Vozio je 1,5 litražni „alfa romeo“, a iste



Đuzepe Farina – svetski šampion iz 1950. Snimak na trkaćem automobilu marke “alfa-romeo”

godine pobedio je na 5. Gran priju na relaciji: Engleska, Švajcarska, Italija, Bari, Silvestone. Poginuo u francuskim Alpima 1966, vozeći „lotus- ford-kortinu“.

FARTLEK (šved.), sistemi u treninzima skandinavskog porekla za dobijanje brzinske izdržljivosti, koji se primenjuju u prirodi, pretežno kod trkača. Sportista po slobodnom izboru u stalnom je pokretu i izmenjuje deonice sprinta sa deonicama hodanja, laganog kaskanja i poskakivanja.

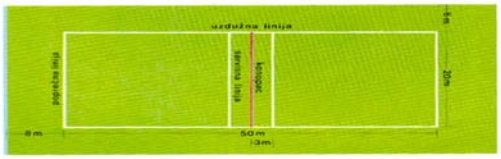
FAUSTBALL (nem. šaka, pesnica i Ball lopta), ekipna sportska igra odbijanja lopte stisnutom pesnicom ili podlakticom. Odvija se na igralištu koje je podeljeno konopcem na dva dela (polja), a u svakom delu smeštena je po jedna ekipa od 5 igrača ili igračica. Iz pisanih tragova rimskog komediografa Plauta, iz II veka p.n.e. može se nešto videti o suštini ove drevne igre. Pretpostavka je da su Italijani iskopirali ovu drevnu igru i dali joj svoje novo ime *gioco del pallone.* Pravila igre su utvrđena još 1500. godine. Igra se igrala na trgu veličine 90 m x20 metara. Dve ekipe od po 3-4 igrača postavile bi se uz zid koji je bio visine 16 m. Igralo se velikom loptom težine oko 1 kg i prečnika oko 36 cm. Igrači su radi odbrane nosili oko lakta veliki štit. Igra se sastojala u tome da se lopta



U toku utakmice faustballa (muški faustball XX vek)



Utakmica faustballa (ženski faustball XXI vek)



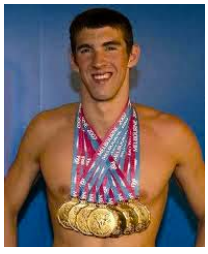
udarala u visoki zid, dok je protivnička ekipa pokušavala da spreči pucača da pogodi u zid – skrećući loptu itd. Početkom XVII veka igrala se zanimljiva igra koja je bila slična faustbalu. Godine 1880. G. Veber, direktor zavoda za obrazovanje nastavnika za telesno vežbanje iz Minhena, primenio je takvu sličnu igru, ali sa prebacivanjem takve lopte preko konopca. Prva pravila faustbala postavljena su 1896. da bi kasnije bila dopunjavana i usavršavana. Ova igra je još aktuelna u Austriji, Danskoj, Italiji, Luksemburgu, Francuskoj, Holandiji,

Švajcarskoj i Nemačkoj. *Igra započinje servisom. Igrač jedne ekipe udari loptu pesnicom ili podlakticom, da bi je prebacio preko konopca u protivničko polje, a druga ekipa nastoji da je vrati. Lopta se udara s jedne strane na drugu dok jedna strana ne pogreši. Pobednik je ona ekipa koja postigne najviše pogodaka. Iako je igra pomalo slična odbojci, ipak nije atraktivna za mlađe igrače, već samo za starije generacije, uglavnom rekreativce muškarce i žene. Dimenzije igrališta su u pravougaonom obliku 50 m × 20 m, podeljenog središnjom linijom na dva dela. Na 3 m od središnje linije, u svakom polju, nalaze se linije za servisiranje. Sve linije na igralištu široke su po 5 cm. Iznad središnje linije na visini od 2 m nalazi se konopac debljine od 3-5 cm čvrsto zategnutom između dva stuba. Lopta je od čvrsto napumpane unutrašnje gume, koja spolja ima kožnu presvlaku, težine 230-360 grama sa obimom 65-71 cm. U ovoj igri nema nikakvog dodira sa protivnikom. Igra traje 2x15 minuta, a ako se igraju produžeci oni traju 2x5 minuta.*

FELDI IMRE (Kečkemet, 1938), mađarski reprezentativac u dizanju tegova u bantam i poluteškoj kategoriji. Osvojio je 1. mesto na OI 1972, svetski šampion 1965, višestruki šampion Evrope.

FELPS MAJKL (Baltimor, 1985, SAD), američki reprezentativac u plivanju sa 8 osvojenih svetskih rekorda. Trostruki olimpijski rekorder: OI-Atina, 2004, OI-Peking, 2008, OI-London, 2012. godine.





Na OI (Peking, 2008), postigao je novi olimpijski rekord delfin stilom na 100 m (50.58). na SP 1. u Rimu, 2009. godine (49.82). Najtrofejniji olimpijski šampion sa 22 olimpijske medalje (18 zlatnih).

FER, (engl. fair), ispravan ili pristojan, pošten. Fer-plej, časna i korektna borba na turnirima borilačkih sportova, kao i ostalim takmičenjima u drugim sportovima, odnosno sportskim granama.

FIJASKO, (ital.), apsolutni neuspeh u nekom takmičenju iz različitih sportskih disciplina, neočekivani gubitak meča.

FINALE, (lat.) završetak, kraj, završni deo takmičenja. Postoji i četvrtfinale i polufinale, kao lestvica na putu do finala (osmina finala).

FINIŠ, (engl.) završnica u borbi u kojoj se ulaže poslednji napor da bi se postigla sportska pobeda.

FIŠER DŽEMS ROBERT (BOBI), (1943, Čikago – 2008, Rejkjavik), šahovsku titulu velemajstora dobija u 15. godini života, a svetski šampion postao je









Bobi Fišer iz vremena kao dečak, zatim iz perioda svetskog prvaka, i donje slike, pred kraj života Rejkjavik, 2008.

1972. pobedom nad B. Spaskim. Titulu gubi 1975, zbog odbijanja da igra šahovski meč sa A. Karpovim. Povukao se potpuno iz takmičenja, i jedino je igrao prijateljski meč sa Spaskim 1992. godine u SFRJ, u kome je Fišer pobedio.

FIŠER MORIS (1892-1963), američki reprezentativac u streljaštvu, petostruki pobednik na Olimpijskim igrama u Antverpenu 1920. godine u gađanju slobodnim oružjem pojedinačno i ekipno, kao i gađanju iz vojničke puške ekipno. Na Olimpijskim igrama u Parizu, 1924. godine, u gađanju slobodnim oružjem u pojedinačnoj i ekipnoj konkurenciji, osvojio je prvo mesto i zlatnu medalju.

FITIPALDI EMERSON (1946), brazilski automobilista, pobednik Gran pri SAD, svetski šampion za 1972. i 1973. godinu u kategoriji trkaćih automobila Formule 1 na „lotus-fordu“. Do kraja 1974. godine Emerson Fitipaldi osvojio je veći broj nagrada na Gran pri takmičenjima u raznim zemljama sveta.



Svetski šampion, **Emerson Fitipaldi**, Brazil, 1971. Snimak na Formuli 1, sa bolidom fabričke marke „ford džon plejer specijal“.

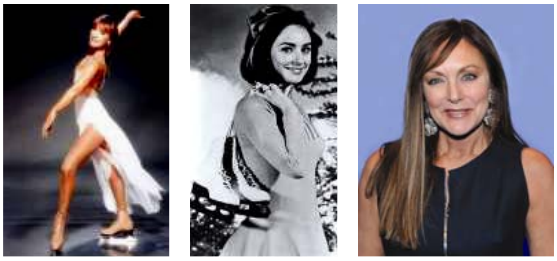
FIZIČKA KULTURA („fizička“ – materijalna priroda čoveka čije telo i njegovo kretanje postaju sredstvo i objekt svojevrsne fizičke aktivnosti), dok nas reč „kultura“ upozorava na čoveka kao društveno i humano biće koje je *subjekt svrha i cilj* vlastitog stvaralačkog angažovanja u toj aktivnosti. Ove dve komponente su na svojevrstan način integrisane u takve oblike ljudske delatnosti kao što su igra, sport, gimnastika, ples, turistika i druge. Vlast razuma nad telom.

FIZIČKO VASPITANJE, skup sistematski organizovanih i planski usmerenih aktivnosti, radi što svestranijeg telesnog i opšteg odgoja. Početni oblik je gimnastika sa svim oblicima i metodama, ali gde ne dominira stroga selekcija kao u *sportu*. Edukacija (škole i fak.).

FIZIOLOGIJA, (grč.) nauka o procesima kod živih organizma, radu i načinu funkcionisanja ćelija, tkiva i organa. Deli se na opštu i specijalnu. Ova nauka je u prisnoj vezi sa životom sportista (opširnije od 32-45 strane).

FIZIOTERAPIJA (grč.), fizička terapija, lečenje pomoću prirodne energije, prirodnim sredstvima. Deli se na elektroterapiju (električnom strujom), helioterapiju (lečenje svetlošću), hidroterapiju (leč. običnom ili mineralnom vodom), mehanoterapiju (lečenje masažom i gimnastikom, terapiju zvukom, rentgenoterapiju, radijumterapiju i inhalaciju).

FLEMING PEGI (1948), reprezentativka Amerike u umetničkom klizanju. Dvostruka prvakinja sveta (1968, 1969),



Pegi Fleming u usponu karijere (1968) i snimak iz 2018.

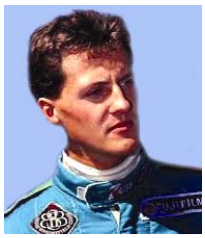
olimpijska pobednica (Geteborg, 1968), a zatim je prešla u profesionalne klizačice na ledu, sve do okončanja karijere.

FONST RAMON (1883-1959), kubanski reprezentativac u mačevanju. Četvorostruki pobednik na Olimpijadi 1900. godine u borbi mačem, 1900. u borbi floretom i mačem, kao i u ekipnoj konkurenciji borbe mačem.

FORA (nem.) prednost koja se omogućuje slabijem takmičaru. Ovo se može odnositi i u trenažnom procesu.

FORMAN DŽORDŽ (rođ. u Maršalu, 1949), američki reprezentativac u boksu. Bio je prvi na Olimpijskim igrama 1968. godine u teškoj kategoriji. Odlazi u profesionalne boksere, i zatim u gradu Kingstonu, 1973. godine na Prvenstvu sveta pobeđuje Džoa Frejzera i osvaja prvo mesto. Naslov prvaka sveta odbranio je iste godine u Tokiju pobedivši J. Romana, a u Karakasu i protiv boksera Keneta Nortona (1974). Naslov prvaka sveta gubi u Kinšasi (1974) porazom u osmoj rundi sa bokserom Mohamedom Alijem (eks Kasijusom Klejom).

FORMULA 1, trkački bolid najprestižnije klase: motor 2997 ccm, 10 cilindara u V, pod uglom od 80,40 ventila, snaga 750 KS, digitalno elektronsko ubrizgavanje. Dimenzije: dužina 4387 mm, sa širinom 1795 mm, visina 961 mm. Težina bolida sa pilotom vodom i uljem je 600 kg. Međuosovinsko rastojanje iznosi 3000 mm. Dimenzija točkova je „13". Prenos brzina: sedmostepeni, poluautomatski, sekvencijalni elektronski menjač. U bolidu se nalazi i zaštitna ćelija, koja je sačinjena od ugljeničnih vlakana Kevlar. *Inovacije bolida F1, koje su zaživele početkom 2015. godine su u pogonskom sklopu „Power Unit" (motor na benzin 600 KS uz motor-električni 160 KS).* Spisak sa šampionima Formule 1 (1950-2020) su: *1950. Đuzepe Farina, 1951, H. M. Fanđo, 1952, 1953. A. Askari, 1954, 1955, 1956, 1957. H. M. Fanđo, 1958. M. Hotorn, 1959, 1960. Dž. Brabam, 1961. F. Hil, 1962. G. Hil, 1963. Dž. Klark, 1964. Dž Sertiz, 1965. Dž. Klark, 1966. Dž. Brabam, 1967. D. Hjum, 1968. G. Hil, 1969. Dž. Stjuart, 1970, J. Rint, 1971. Dž. Stjuart, 1972. E. Fitipaldi, 1973. Dž. Stjuart, 1974. E. Fitipaldi, 1975. N. Lauda, 1976, Dž. Hant, 1977, N. Lauda, 1978, M. Andreti, 1979. Dž. Šekter, 1980. A. Džouns, 1981. N. Pike, 1982. K. Rozberg, 1983. N. Pike, 1984. N. Lauda, 1985, 1986. A. Prost, 1987. N. Pike, 1988. A. Sena, 1989. A. Prost, 1990, 1991. A. Sena, 1992. N. Mensel, 1993. A. Prost,*



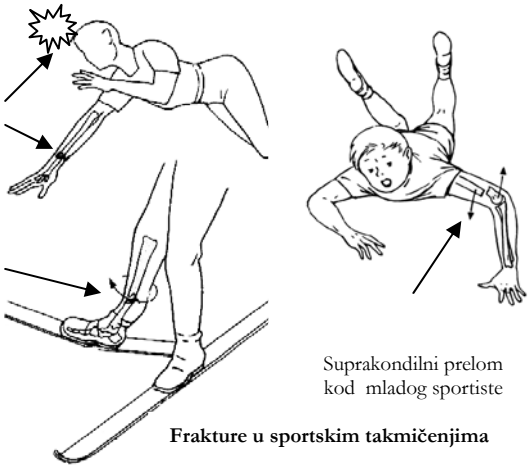


Mihael Šumaher (Keprin, 1969), nemački reprezentativac u automobilizmu i bivši sedmostruki svetski šampion u Formuli 1 iz:1994, 1995, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004. Na slici u „beneton-fordu".

1994, 1995. M. Šumaher, 1996. D. Hil, 1997. Ž. Vilnev, 1998, 1999. M. Hekinen, 2000, 2001, 2002, 2004. M. Šumaher, 2005, 2006. F. Alonso, 2007. K. Rejkenen, 2008. L. Hamilton, 2009. Dž. Baton, 2010, 2011, S. Fetel, 2012. L. Hamilton, 2013. S. Fetel. 2014, 2015, L. Hamilton, 2016. N. Rozberg, 2017. F. Alonso, 2018, 2019, 2020. Luis Hamilton. O novim pravilima za vozače bolida F 1, pogledati na 23. stranici. Predsednik FIA je Žan Tod.

FOTO-LOV, takmičenje u kojem ronioci opremljeni ličnom ronilačkom opremom i fotoaparatom nastoje snimiti što bolju sliku podvodnog sveta. Kvalitet slika ocenjuje žiri. Start takmičenja i vreme dozvoljeno pod vodom precizirano je propozicijama. Prvo takmičenje u SFRJ organizovano je 1973.

FRAKTURA (lat.), prelom kostiju koji je potpun, totalan ili delimičan (infrakcija), kao i napuklost kosti (fisura). Kod svih vrsta sportskih treninga ili takmičenja, sportistima preti opasnost od takvih vrsta povreda. One su verovatnije u sportovima sa velikom dinamikom.



Suprakondilni prelom kod mladog sportiste

Frakture u sportskim takmičenjima

FREDRIKSON GERT (1919-2006), reprezentativac Švedske u kajakaštvu, šampion OI (1948, 1956, 1952, 1960) na K1 u trci na 1.000 m i na 10.000 m, osvojio 6 zlatnih medalja, 1 srebrno i 1 bronzano odličje.

FREJ KONRAD (1909-1974), nemački reprezentativac u sportskoj gimnastici, najuspešniji sportista (OI 1936), sa 3 osvojene zlatne medalje (konj s hvataljkama, razboj, višeboj – ekipno).

FREJZER DŽOZEF DŽOE (1944-2011), reprezentativac SAD u boksu, na Olimpijskim igrama (Tokio, 1964) osvajač je zlatne medalje, titulu prvaka sveta osvojio je pobedom nad J. Elisom u 5. rundi 1970. Uspešno je odbranio tu titulu 1971. godine sa *Robertom Forsterom*,



Sleva: Džoe Frejzer pobeđuje Mohameda Alija (Kasijusa Kleja, 1971. godine), slika desno: u toku uspona u bokserskoj karijeri.

meč je završio u 2. rundi. U bokserskom takmičenju iz 1971. godine odbranio je titulu svetskog bokserskog šampiona i to u spektakularnom meču sa višestrukim svetskim prvakom Kasijusom Klejom, pobedivši ga na bodove. Ipak, titulu svetskog prvaka gubi 1973. godine u meču sa Džordžom Formanom.

FUDBAL (engl. i franc. football), sportska igra koja se odvija između dva tima sa po 11 igrača (1 golman i 10 igrača na terenu). Igrači ekipe (fudbaleri), koji su u posedu lopte nastoje organizovanim napadom savladati protivnika (suparničku ekipu) zaustavljanjem guranjem i udaranjem lopte nogom, glavom ili telom. Završetak napada je šutiranje lopte u protivnički gol (mrežu) da bi se postigao pogodak (gol), a pobeđuje onaj tim koji postigne više pogodaka. Pogodak u vlastiti gol smatra se kao da je to učinio igrač iz protivničkog tima. Dodirivanje lopte rukom, hvatanje, odbijanje i bacanje dopušteno je samo golmanima obe ekipe, ali samo dok se nalaze u svojim kaznenim prostorima. Igra nogometa do nedavno je bila isključivo igra muškaraca, ali ga u poslednjoj deceniji igraju i žene. Širom sveta postoji još nekoliko vrsta sportskih igara, koje se igraju loptom i nazivaju se nogometom (American Football, Gaelic Football, Australian Rules Football, Canadian Football), ali su sve nabrojane igre po izgledu lopte i načinu igre mnogo bliže ragbiju nego fudbalu. Ova zanimljiva igra (nogomet) vuče svoje korene iz davnih vremena, o čemu svedoče brojni crteži, kamene ploče, kipovi, drvorezi iz različitih istorijskih perioda. U istoriji razvoja fudbalske igre razlikuju se dve etape. Prvu etapu sačinjavaju razne praigre, za koju postoje oskudna dokumenta od Kineza, Grka i Rimljana, iz kojih se može videti da se i u pradavna vremena igrala slična igra loptom i nogama. Drugu etapu čini period od 1863. godine, kada se prastara igra fudbala diferencirala, odvojila od ragbija i postala samostalna sportska igra. U starim kineskim zapisima iz 3000. god. pre nove ere opisuje se igra sa loptom, koja je bila napravljena od kože napunjene perjem ili životinjskim krznom. U davna vremena, dve ekipe su gurale takvu loptu nogama, grudima, ramenima, ka protivničkim golovima, koji su bili napravljeni od po dve bambusove trske, i u toj igri je učestvovalo mnogo više igrača nego u današnje doba. Dalje, ta je igra u VII veku preneta u Japan, koju su tada mogli igrati samo plemići pred carem. Slična igra se igrala i u antičkoj Grčkoj i nazivala se *episkuros*, s tim što su drevni grčki igrači prvobitnu loptu gurali i nogama i rukama, tako što bi loptu ka sredini omeđenog igrališta bacila neka neidentifikovana osoba sa tribina, i obe ekipe „fudbalera" bi potrčale da je zgrabe. Rimska igra loptom sa nazivom *harpastum* (po zapisima Seneke) je bila veoma oštra i gruba, i igrali su je uglavnom legionari, ali je i ta igra bila slična grčkoj igri. Srednjovekovni zapisi

govore da je igra s loptom organizovana još u XII veku, a u XIV veku po gradskim ulicama Londona takva igra je bila veoma popularna, ali je veoma brzo bila zabranjena kraljevskim dekretom, sa obrazloženjem da igra ugrožava mirne građane. Igra loptom je takođe bila popularna u Italiji 1490-1555. naročito u Veneciji i Firenci. Godine 1650. ukinuta je zabrana igranja fudbala u Engleskoj, tako da se ona masovno počela primenjivati među učenicima. A 1855. godine osnovani su prvi fudbalski klubovi u Šefildu i Kembridžu. M. Tring je 1862. napisao i prva fudbalska pravila,



Pripremanje lopte za igru, Italija, XVII vek

kao rektor škole u Upingemu, da bi već 1863. u Londonu bio osnovan i prvi fudbalski savez *Football Association*, koji je propisao tadašnjih 13 pravila fudbalske igre, i ta pravila su ostala da važe do današnjeg dana. U periodu 1863-1929. nogometna pravila su se postepeno modifikovala i usavršavala. Prvo su određene dimenzije fudbalskog stadiona na 182,88 mx91,44 m, razmak između stativa bio je 7,28 m, bez gornje prečke. Prve fudbalske cipele (kopačke) uvedene su 1864. godine, a 1867. postavljen je konop koji je povezivao u gornjem delu stative gola. Posle 1870. uvode se mnoga druga pravila: ispucavanje lopte iz golmanovog prostora, pravila u vezi sa ofsajdom, pravo udaranja lopte glavom, zabrana postizanja gola iz slobodnog udarca, određivanje jednog igrača iz ekipe da mora biti golman, i kome se dopušta da može igrati rukom. Zatim se uvodi udarac s ugla – korner, uvodi se kazneni slobodan udarac, a 1875. se uvode propisi za dimenziju gola, čija širina je bila 7,32 m, visina stativa 2,44 m sa obaveznom poprečnom gredom, a 1878. prvi put je za sudiju uvedena pištaljka. Od 1881-1884. godine određuje se trajanje fudbalske igre, pravila i dužnosti fudbalskog sudije, pravila pomoćnih sudija, da bi 1891, po predlogu Iraca bio uveden kazneni udarac zvani jedanaesterac, obeležen kazneni prostor, postavljene mreže na oba gola, linijske sudije, igra traje dvaput po 45 minuta, a odmor u poluvremenu u trajanju od 5 minuta. Početkom 1880. godine dimenzije nogometnog igrališta su smanjene, tako da je ono bilo 100,58 m x 51,48 m. U periodu 1912-1924, takođe su donete nove izmene: golmanu nije dopušteno da se pomera sa kaznene linije prili-



Fudbalska utakmica u Engleskoj, 1901. godine

kom izvođenja jedanaesterca, korneri se izvode na mestu gde se seče uzdužna i poprečna linija igrališta, zatim da se svi igrači u vreme izvođenja jedanaesterca moraju nalazili van kaznenog prostora i da su udaljeni od lopte najmanje 9,15 m. Takođe se uvode i pravila u vezi sa ofsajdom. Prva fudbalska utakmica u svetu odigrana je 1871. u Engleskoj, a 1872. prva međunarodna utakmica iz-

među Engleske i Škotske u gradu Glazgovu. Godine 1882. osniva se i međunarodna sudijska organizacija (International Football Board), koju su tada u gradu Mančesteru osnovali fudbalski savezi Engleske, Škotske, Velsa i Irske. Posle njih se osnivaju i mnogi drugi nogometni savezi u zemljama Evrope i Latinske Amerike. Godine 1904. formirana je u Parizu Međunarodna federacija nogometnih asocijacija (FIFA), sa





Sleva: Žil Rime (1873-1956), bio je na čelu FIFE punih 33 godine u periodu 1921-1954. godine. Na fotografiji desno: pehar FIFE.



Sleva: dr Kosta Hadži, jedan od osnivača FK "Vojvodina" iz Novog Sada, u susretu sa Žilom Rimeom (Montevideo, 1930).

sedištem u Cirihu.Olimpijske igre su po prvi put otvorile vrata nogometu 1908. godine. Na OI u Londonu igrane su i fudbalske utakmice, a pobednik je bila reprezentacija V. Britanije. Godine 1930. FIFA je organizovala prvo svetsko prvenstvo u fudbalu u gradu Montevideu. Na prostoru Srbije, fudbal je počeo da se razvija u Kragujevcu 1903. godine, a osnivač je D. Stojanović, da bi 1905. u Beogradu bio osnovan Loptački klub Soko, a 1906. osniva se i loptačka sekcija društva „Srpski mač". Posle Drugog svetskog rata, osnivaju se mnogobrojni fudbalski klubovi na prostorima tadašnje Jugoslavije i prave se velelepni fudbalski stadioni. Danas se fudbal igra u celom svetu na svim kontinentima, i po



Slika gore levo: Jevrejin Hugo Buli, doneo je iz Nemačke prvu fudbalsku loptu u Srbiju, 1896. godine. Na slici u sredini je Fudbalska reprezentacija Kraljevine Jugoslavije, koja je na I svetskom prvenstvu u fudbalu osvojila 3. mesto, a utakmica je odigrana u Urugvaju (Montevideo, 1930).



Sleva: prof. dr Andrejević, Vujadinović, Bek, Stevanović, Marjanović, Arsenijević, Sekulić. Čuče: Tirnanić, dr Ivković, Jakšić, Mihajlović i Đokić (1930. godine).



Letnje Olimpijske igre (Rim, 1960)
Fudbalska reprezentacija Jugoslavije – olimpijski šampion
Spisak reprezentativaca: Šoškić, Durković, Jusufi, Žanetić, Roganović, Perušić, Anković, Maravić, Knez, Galić, Kostić, Takač, Sombolac, Vidinić, Kozlina, Matuš i Bego.



Na fotografiji je najveći fudbalski stadion sveta „Maracana" u Brazilu (Estado Jornalista Fiho) Rio de Žaneiro, izgrađen 1950. g. Isprva 205.000 mesta za stajanje, a danas sedećih 100.000.

evidenciji registrovano je 15. 000. 000 igrača. današnja pravila fudbalskog sporta su sledeća: Timovi su sa po 11 igrača

na svakoj strani i sa 5 rezervnih igrača po utakmici. Igrač koji se zameni više se ne može vratiti u igru. Pored golmana tim se sastoji od 4 odbrambena igrača, 3 vezna igrača i 3 napadača, ili 4 odbrambena igrača, 4 vezna igrača i 2 napadača. Teren (stadion) mora imati oblik pravougaonika, koji ne sme biti duži od 120 metara ni kraći od 90, ne može biti širi od 90 ni uži od 45 metara. Teren mora biti obeležen vidljivim linijama širine 12 cm, sa zastavicama na kopljima i na uglovima, koja moraju biti zaobljenog vrha (radi sprečavanja povrede fudbalera) i visine 1,50 m od zemlje. Središte terena je obeleženo sa krugom poluprečnika 9,15 metara. Golmanov prostor je obeležen linijom koja je 5,5 metara udaljena od gol-linije, a veći pravougaonik koji se proteže 16,50 m od gola i koji je širok 40,32 m naziva se kazneni prostor. Na odstojanju od 11 m nalazi se mesto za kazneni udarac tzv. penal ili jedanaesterac. Izvan kaznenog prostora, oko mesta za kazneni udarac upisan je luk prečnika 9,15 metara. Fudbalska lopta mora biti okrugla, sa omotačem od kože. Obim lopte može biti 68-71 cm, a težine je 396-453 grama, pod pritiskom vazduha 0,6-1,1 atmosfera. A standardna oprema koja se propisuje je: dres ili majica, gaćice, dokolenke, štitnici i kopačke. Po uvedenim pravilima, trajanje igre je sa dva jednaka poluvremena po 45 minuta, a odmor najviše 15 minuta. Pre početka utakmice, izbor strana i početnog udarca se dobija „bacanjem novčića". Sudija je glavni arbitar u meču: može dosuditi kaznene kartone, izbaciti igrača, vrši potpunu kontrolu na terenu, a mogu mu (radi žalbe) prilaziti samo kapiteni oba tima. Današnje dimenzije gola su: širina je 7,32 m, visina je 2,44 m, sa postavljenim mrežama na oba gola. Gol se priznaje kada šutirana lopta pređe preko gol-linije između stativa ili ispod

DRŽAVE SVETSKI ŠAMPIONI U FUDBALU
Seniorske reprezentacije (1930-2022)

Redni broj	Domaćin održavanja	Godina održavanja	Svetski šampion
1	Urugvaj	1930.	Urugvaj
2	Italija	1934.	Italija
3	Francuska, Italija	1938.	Italija
4	Brazil	1950.	Urugvaj
5	Švajcarska	1954.	Nemačka
6	Švedska	1958.	Brazil
7	Čile	1962.	Brazil
8	Engleska	1966.	Engleska
9	Meksiko	1970.	Brazil
10	Nemačka	1974.	Nemačka
11	Argentina	1978.	Argentina
12	Španija	1982.	Italija
13	Meksiko	1986.	Argentina
14	Italija	1990.	Nemačka
15	SAD	1994.	Brazil
16	Francuska	1998.	Francuska
17	Japan, J. Koreja	2002.	Brazil
18	Nemačka	2006.	Italija
19	Južna Afrika	2010.	Španija
20	Brazil	2014.	Nemačka
21	Rusija	2018.	Francuska
22	Katar	2022.	Argentina

Rezime (tabela država) osvajača svetskih prvenstava: **Brazil 6** (1958, 1962, 1979, 1994, 2002, 2014), **Italija 4** (1934, 1938, 1982, 2006), **Nemačka 4** (1954, 1974, 1990, 2014), **Argentina 3** (1978, 1986, 2022), **Urugvaj 2** (1930, 1950), **Engleska 1** (1966), **Francuska 2** (1998, 2018), **Španija 1** (2010). Najbolji igrač (SP-2022) bio je Argentinac Lionel Mesi.



Svetski šampion – mlada reprezentacija Jugoslavije (Čile, 1987)
Sleva: Boban, Petrić, Šuker, Pavličić, Leković, Pavlović, čuče sleva: Janković, Škorić, Mijucić, Jarni i Brnović (igrao je i R. Prosinečki).



Omladinska fudbalska reprezentacija Srbije Šampion Evrope (Marijampolj, Litvanija, 2013)
Za reprezentaciju su igrali: Rajković, Golubović, Veljković, Filipović, Antić, Maksimović, Milinković-Savić, Pavlovski, Đurđević, Luković, Mitrović. Selektor: Ljubinko Drulović.

prečke fudbalskog gola. Tehnika u fudbalu sastoji se od racionalnog izvođenja određenih pokreta radi rešavanja zadataka u igri sa loptom ili bez lopte. Elementi bez lopte su: trčanje, startna brzina, osnovna brzina, promene pravca brzine, kretanja, skokova itd. Elementi tehnike (igre) sa loptom sastoje se: od udaraca po lopti, vođenja lopte, zaustavljanja, primanja, driblanja, oduzimanja lopte, fintiranja, ubacivanje lopte i tehnike golmana. Najvažniji udarci izvode se sredinom risa (gornjim delom stopala), dok se snažni udarci izvode sredinom risa, zatim volej-udarac, spoljnim delom risa noge, unutrašnjom stranom stopala. Udarci se izvode u pravoj liniji ili lukom, sa promenjenom snagom udarca, ali i različitog intenziteta (ritma) tokom fudbalskih utakmica. A na OI u Riju, 2016, šampion je bila repr. Brazila.



Kup (Pehar Maršala Tita), po idejnom rešenju beogradskog akademskog slikara Branka Šotre, koji je napravljen 1947. godine od čistog srebra, sa dimenzijama: visina 47 cm, širine 23 cm i težine 16,8 kg. Dodeljivan je kao najveće prelazno odličje šampionu Fudbalskog kupa Jugoslavije, a svaki klub (pobednik) dobijao je mali pehar, koji je istovetan originalu, na kome je ugravirano ime pobednika. Prvi osvajač Kupa Maršala Tita bio je fudbalski klub „Partizan“, 1947.







Fudbalska reprezentacija Nemačke – šampion sveta (Rio de Žaneiro, Brazil, 2014)

Širi spisak: Nojer, Vajdenfeler, Ciler, Boateng, Durm, Groskrojc, Hevedes, Humels, Jansen, Lam, Mertesaker, Bender, Draksler, Ginter, Gorecka, Gece, Han, Kedira, Kros, Majer, Miler, Ozil, Podolski, Rojs, Širle, Švajnštajger, Klose. **Selektor: Joakim Lev.**



Omladinska fudbalska reprezentacija Srbije SVETSKI ŠAMPION (Novi Zeland, Okland, 2015)

Rajković, Gajić, Veljković, Babić, Antonov, Zdjelar, Sergej Milinković-Savić, Jovanović, Maksimović, Živković, Mandić, Gaćinović, Šaponjić. **Selektor: Veljko Paunović**.



Reprezentacija Italije – evropski šampion u fudbalu (London, stadion Vembli, 2021)

Đanluiđi Donaruma, Đorđo Kjelini, Leonardo Bonući, Emerson Palmieri, Aleksandro Frorenci, Brian K. Žoržinjo, Lorenco Pelegrini, Nikolo Barela, Lorenco Insinje, Federko Kijeza, Ćiro Imobile. Selektor reprezentacije: Roberto Manćini.

Spisak svih šampiona Evrope u fudbalu (1960-2021)

SSSR-1960, Španija-1964, Italija-1968, Zapadna Nemačka-1972, Čehoslovačka-1976, Zapadna Nemačka-1980, Francuska-1984, Holandija-1988, Danska-1992, Nemačka-1996, Francuska-2000, Grčka-2004, Španija-2008, Španija-2012, Portugal-2016, Italija-2021.

Napomena: Prvenstvo Evrope u fudbalu, trebalo je da se odigra 2020. godine, ali je zbog „Kovid-19“ odigrano 2021.

FUDO-DACHI (jap.), termin iz borilačkih sportova (karate, ju-jutsu, tekvondo) dijagonalan raskoračni stav. To je centralni otvoreni karate-stav ili „stav razgranatog stabla drveta“, i spada u borbene borilačke stavove (videti slike).







Na slikama: prikaz fudo-dachi, sleva: Taiđi Kase, 10. DAN

FUDO-KAN, mlađi karate stil ili praktična veština borenja, što je označeno sufiksom (do). Principi na kojima počiva Fudo-kan stil karatea, jesu principi svih japanskih borilačkih veština, modifikovani u dodiru sa drugim svetskim tradicijama. Fudo-kan se izdvojio iz poznate Shoto-kan škole G. Funakošija.

FUKS JENE (1882-1955), mađarski reprezentativac u mačevanju, bio je četvorostruki pobednik na Olimpijskim igrama 1908. i 1912. u borbi sabljom, u pojedinačnoj i ekipnoj konkurenciji.

FUL-KONTAKT (engl. full contact – pun dodir), novi oblik borilačke i sportske veštine, kao mlad sport pojavio se u SAD početkom 1970. godine XX veka. Iako mu je baza nastala od karatea, ful-kontakt se sve više odvaja od njega. U tom borilačkom sportu povrede su eliminisane, jer svi takmičari nose specijalne štitnike za noge, ruke i glavu. U vreme dok je Evropa tek upoznavala karate, u SAD je karate počeo da doživljava mnoge promene. Pored originalnog oblika karatea koji i dalje postoji, javljaju se i dva njegova nova oblika: laki kontakt karate (light-contact) i ful-kontakt karate (full-contact), ali u kojem se udarac ne zadržava. U vreme svog pojavljivanja, ful-kontakt je odmah stekao svoje vatrene pristalice, ali i veoma oštre kritičare. Prvi su zauzeli stavove da je to jedini pravi muževni borilački sport, u kojem nema izbegavanja borbe, nameštanja rezultata, sudijskih pristrasnosti i lažiranja, dok drugi smatraju da je ful-kontakt tradicionalni karate izvrgnut ruglu i da je time karate prebačen u kategoriju „cirkuskih“ sportova, tj. onih koji služe samo za zadovoljavanje najnižih strasti publike. Posebno su česte zamerke protivnika ful-kontakta karatea da su rukavice i štitnici za stopala oduzeli takmičarima pokretljivost, a u borbi – šarm. Uprkos svim otporima, 1968. godine je u San Antoniju (Teksas), organizovan prvi ful-kontakt karate turnir. Takmičari su na rukama imali rukavice, a na nogama štitnike, borilište je, slično bokserskom ringu, bilo ograđeno konopcima. Bilo je predviđeno da borbe zavise od kategorije, traju od deset do petnaest rundi, odnosno do nokauta ili predaje. Slična takmičenja održavana su tokom 1970. godine u više gradova SAD, ali ti turniri nisu bili od nekog većeg značaja. Novi podsticaj za razvoj ovog borilačkog sporta u SAD



Borilački sport ful-kontakt u SFRJ
Na fotografiji: insert ful-kontakta, karate udarac kakato-ushiro-geri. Izvodio mr Marko Nicović majstor karatea 9. DAN (snimljeno u Beogradu, 1970)

dao je šampionat u Okean Sitiju u državi Merilend (SAD), a tek 14 septembra 1974. godine u Los Anđelesu održan je prvi svetski šampionat. Organizator tog šampionata bio je Majk Anderson (Mike Anderson). Takmičenje se održavalo po kategorijama, a svetski prvaci su tada postali: Duenas (laka kategorija), Bil Valas (srednja), Džef Smit (poluteška), i Džoe Luis (teška). Na tom šampionatu se pred 12000 gledalaca kao i predstavnicima medijskih kuća takmičilo 26 karatista. Popularizacji novog vida karatea najviše je doprineo Džoe Luis, koji je bio višestruki svetski šampion, i koji se takmičio u mnogim zemljama sveta. U najinteresantnijem meču Džoe Luis je branio titulu svetskog prvaka sa Bilom Valasom, zvanim „Idol iz Memfisa“. U tom zanimljivom meču pobednik je bio

Bil Valas, koji je dotadašnjem aktuelnom svetskom šampionu Džoe Luisu u ful-kontakt borbi zadao neuobičajene udarce stopalom (ura-mavashi), izvedenim u kontri, iza glave. Takođe, i u revanš meču Bil Valas će pobediti Džoa Luisa. Od ova dva suparnika u borilištu, postala su i dva najbolja saradnika, koji su učili jedan od drugog i zajednički trenirali. Posle izvesnog vremena, njih dvojica su u saradnji sa stručnjakom za



Višestruki svetski šampion u ful-kontaktu, savateu i karateu, Francuz Dominik Valera, majstor karatea 9. DAN-a (prikaz ful-tehnika XXI vek).

organizaciju, Majkom Andersonom organizovali jedan ekskluzivni turnir u ful kontaktu. Tom prilikom poznati korejski majstor karatea Džon Ri uveo je specijalne štitnike za stopala i pesnice. Tada se u ekspanziju ful-kontakta uključila i poznata filmska i TV kompanija „Univerzal“, sa ciljem da brojnim gledaocima u SAD obezbedi spektakularan šou. Takođe, ta čuvena svetska medijska kuća ponudila je i finansijska sredstva za organizaciju tog premijernog spektakla, gde su majstori ful-kontakt karatea uspeli da taj sport potpuno afirmišu.

FUMIKIRI-GERI, režući udarac nogom u karateu, gde je udarna površina noge spoljnji brid stopala.

FUMIKOMI-GERI, gazeći udarac nogom. To je nožna vrsta tehnike u kojoj se izvodi udarac prema dole spoljašnjim ili unutrašnjim bridom stopala noge ili petom ka dole (karate, tekvondo itd).

FUNAKOSHI GICHIN (Shuri na ostrvu Okinava, 1868), idejni reformator modernog karatea i pokretač najpoznatije karate škole Shoto-kan. Sistematizovao je kate i tehnike, a znanja je crpeo iz mnogih drugih borilačkih veština: ju-jutsu-a, kendoa, judoa itd. U 1948.



OSNIVAČ ŠKOLE
SHOTO-KAN
Gichin Funakoshi
(1868-1957)

Njegovi prvi učitelji bili su slavni senseji sa arhipelaga Okinava: *Itosu Anko Yasucune* i *Azato Yasucune*. Sensei Gichin Funakoshi živeo je punih 89 godina. Njegovi naslednici su mu sinovi *Giko Funakoshi* i *Joshitaka Funakoshi*, koji su krećući stopama oca – postali najpoznatiji karatisti XX veka

godini formiran je Japanski karate savez, sa Gichinom Funakoshijem na svom čelu. Veliki reformator karatea G. Funakoshi bavio se i haiku poezijom, napisao i nekoliko vrednih knjiga, a mnoge svoje stihove haikaija prepevao je sa japanskog na kineski jezik. Živeo je 89 godina, a u svojoj poznoj starosti je redovno trenirao karate tehnike. Umro je 1957. godine i sahranjen u Kamakuri.

FURI-TSUKI, udarac seikenom (pesnicom), koja je u sprezi sa nekom drugom kombinacijom tehnika karatea.

FUTSAL (špan. fuebol de sala), jedna od verzija fudbala. Igraju ga dve ekipe sa po 5 igrača uključujući i golmana, sa loptom tvrđe izrade (četvorka). Pravila: *nema ofsajda, golman nosi rukavice bez prstiju. Broj izmena igrača je neograničen, a rezervu čini 7 igrača na klupi. Mečeve sude dvoje sudija (kazne su žuti i crveni kartoni). Posle 5 prekršaja dosuđuje se kazneni udarac, a posle 6 prekršaja ekipi koja ih je učinila – zabranjuje se „živi zid“, golman ne sme dodavati loptu rukom svom saigraču koji se nalazi 6 metara unutar prostora. Dimenzije igrališta su: 25-42 m x 15-20 m, dimenzije gola 3x2 metra. Igra traje 2x20 minuta. Sport je pri-*

znat od FIFE, i ovim sportom se u svetu bavi 30 miliona ljudi. Beograd domaćin EP, 2016.





Na slici levo, reprezentacija Srbije u futsalu iz 2016. godine, sa imenima igrača: Miodrag Aksentijević (golman), Nemanja Momčilović (golman), Marko Perić (kapiten), Aleksandar Živanović, Marko Radovanović, Dušan Milojević, Slobodan Janjić, Marko Pršić, Vladimir Lazić, Mladen Kocić, Miloš Simić, Miloš Stojković, Slobodan Rajčević. Selektor futsal reprezentacije Srbije: Aleksandar Kovačević Aca. Na slici desno: (EP, Beograd, 2016), najbolji igrač futsala na planeti Rikardo Filipe da Silva (Rikardinjo) iz Portugalije, rođen 1985.

G

GABELIĆ GARI (1940-1984), američki automobilski as hrvatskog porekla. Od 1970-1983. godine (Vilmington, Kalifornija, SAD), oborio svetske rekorde postignutih brzina sa automobilom koji je išao na reaktivni pogon, pod imenom „Blue Flame“ (Plavi plamen): 1970. godine (1014 km/h), 1983. godine (1070 km/h). Tragično izgubio život 1984.



Gari Gabelić i automobil „Blue Flame“ (Plavi plamen)

GAĐANJE NA LEDU (KARLING), igra bacanja čunjeva u cilj ili na daljinu. Igra datira iz XVI veka, pojavivši se u alpskim krajevima (Gornja Bavarska i područje Tirola). Godine 1920. igra je dobila svoja pravila, zatim već 1926. bila organizovana i prva takmičenja, koja su počela u Nemačkoj. Godine 1950. osnovan je gradu Insbruku Međunarodni savez za gađanje na ledu (IEV), Internationaler Eisstockschiessverband, a prvi članovi tog saveza su postali: SR Nemačka, DR Nemačka, Austrija, Italija, Švajcarska i Jugoslavija. Od jugoslovenskih zemalja, ova igra je pustila korene krajem XIX veka u Sloveniji, gađanje na ledu bilo je veoma popularno na Bledskom jezeru. Prvo prvenstvo Evrope je održano 1951. u Garmiš Par-



tenkirhenu, kao i drugo evropsko prvenstvo 1965. na Bledu i Jesenicama. Rekviziti koji su deo ove stare igre su: veliki čunj od belogoričinog drveta, koji se sastoji od okrugle polirane i metalom obložene ploče i prečnika 24 cm, od drške koja se može odvrnuti po potrebi prenošenja. Težina čunja je 5-6 kg za muške takmičare, a 4,5-5,5 kg za žene. Postoje dva načina takmičenja u gađanju na ledu: bacanjem na daljinu tj. približavanjem čunja cilju, tj. drvenoj kocki. Bacanje se izvodi na 300 m dugom igralištu (hodniku) koji ima početnu širinu 4 m, a završava širinom 16 m. Sredinom igrališta povučena je uzdužna linija s naznačenim mestom za odraz, odn. za bacanje čunja. Na udaljenosti 100 metara pa do granice igrališta ucrtane su na svakih 10 metara poprečne linije za ocenjivanje daljine pojedinih bacanja čunja. Ovakva takmičenja mogu biti pojedinačna ali i ekipna. Daljina

gurnutog čunja po zaleđenom igralištu meri se do mesta gde se čunj zaustavi ili gde pređe uzdužnu granicu igrališta. *Pobeđuje onaj pojedinac ili ekipa, kada se ostvare najveće sabrane dužine bačenog čunja iz određenog broja bacanja. Druga vrsta takmičenja u bacanju čunjeva u izbijanju i približavanjem čunja postavljenoj kocki izvodi se na nešto manjem igralištu 42 m x 4 m. Na oba kraja toga igrališta, na udaljenosti 2,5 m od poprečne linije igrališta ucrtan je prostor u koji se postavlja kocka koja je veličine 10 cm^3. Na krajevima igrališta oko označenog prostora stavlja se ograda (mantinela) za zaustavljanje ili odbijanje klizajućih čunjeva. Središno igralište između obeleženih prostora dugo je 21 m. Igra se pojedinačno ili ekipno (po 4 igrača ili igračice). Čunjevi se bacaju po zaleđenoj podlozi igrališta tako da se oni što više približe kocki, a istovremeno da se suparnički čunjevi izbijanjem što više odmaknu od kocke. Za pojedinačno gađanje na ledu je ucrtano po 5 koncentričnih krugova različitog prečnika (20, 40, 60, 80, 100 cm), a u sredini tih krugova je cilj (kocka), a oko cilja je na nekoliko mesta postavljeno nekoliko čunjeva, koje igrači moraju pomeriti (izbiti) da bi se sledećim svojim čunjevima što više približili kocki. Bodovanje u takmičenju se vrši nakon sabiranja i vrednosti osvojenih krugova, ali onaj krug koji je najbliži kocki ima najveću vrednost za poentiranje.*

GAGARIN JURIJ (1934-1968), heroj SSSR, kosmonaut koji je prvi 12. aprila 1961. obleteo Zemljinu kuglu u svemirskom brodu "Vostok" i tada postigao



prvi svetski rekord u trajanju leta u svemiru (108 min), prvi SR u visini leta u svemiru (327 km), i prvi SR u veličini mase podignute u svemir (4725 kg). Poginuo upravljajući avionom "MIG-15" kod Moskve, sa kopilotom Vladimirom Serjoginim.

GAJIĆ ZORAN (u Pančevu, 1958), jedan je od najtrofejnijih selektora naše muške odbojke. Vodio je reprezentaciju SFRJ i SRJ dva puta na Olimpijskim igrama. Bio je trener klubova u Rusiji.

GALEN KLAUDIJE (Pergam, Mala Azija, 129 – Rim 199), grčki lekar i medicinski pisac. Posle školovanja u Pergamu posvetio se medicini, a od 158. godine bio je lekar gladijatora u Pergamu, a naročito se istakao lečenjem ljudi u Rimu, gde je od 162. godine postao glavni lekar cara Marka Aurelija. Posle Hipokrata, Galen se smatra i najvećim medicinskim autoritetom antike. Bio je







lekar-anatom i osnivač eksperimentalne fiziologije, pisac mnogobrojnih medicinskih spisa i priručnika. Jedna od najpoznatijih njegovih knjiga je "Lekarska veština", u kojoj je sistematizovao celokupna znanja antičke medicine. Između ostalog pisao je i o fizikalnoj terapiji, pa je kroz tri traktata obuhvatio i telesne vežbe. Kroz prvi traktat on je pod naslovom *Vežbanje sa malom loptom*, preporučio kao dragocenu terapiju igranje loptom, smatrajući da je takav način jedan od najsavršenijih telesnih vežbanja, a drugom svom traktatu razrađuje temu *Da li je zdravlje stvar medicine ili gimnastike*. Treći njegov traktat je ujedno i najvažniji pod naslovom *Čuvanje zdravlja*, u kome Klaudije Galen opširno raspravlja o telesnim vežbama u prirodi i u zatvorenom prostoru, i gde je posebno istakao vežbe otpora.

GAMAE, gard u borilačkim sportovima: karate, tekvondo, kik-boks , sambo, judo itd. Gard je adekvatan stavovima.
GANKAKU-DACHI, gavranov stav iz veštine karatea (stav na jednoj nozi).
GANKAKU-KATA, majstorska karate kata *"gavran na steni"*, forma iz shotokan stila, koja vuče korene sa Okinave.
GAPRINDAŠVILI NONA TERENTJEVA (Zugdidi, 1941), sovjetska šahistkinja, jedna od najpoznatijih šahistkinja sveta. Sa 15 godina postala međunarodni majstor u muškoj konkurenciji. Višestruka je prvakinja sveta iz 1962. godine, najbolja na svetu 1965, 1969. Najslavniji uspeh je postigla u pobedi nad svetskom prvakinjom *Jelenom Bikovom*, koju je pobedila u Moskvi 1962. godine, kao i slavna partija koju je pokazala nad *Alom Kušnir* (1965. i 1969. godine – osvojivši svetsko prvenstvo u šahu). Nona Gaprindašvili je jedina žena na svetu, koja, uz titulu ženskog velemajstora (1976), poseduje i titulu muškog šahovskog velemajstora.



GARINČA FRANCISKO MANUEL (1933-1983), brazilski fudbalski reprezentativac i jedan od najboljih fudbalera sveta. Bio je član FK "Botafogo".





Sleva: Francisko Manuel Garinča, iz vremena kada je njegovo slavno ime punilo stranice svetskih časopisa, i desno sa svojim saigračem iz reprezentacije Brazila – Arantesom Peleom.

Garinča je igrao za reprezentaciju Brazila (1957-1966), sa kojom je osvojio tri svetska prvenstva (1958, 1962, 1966).

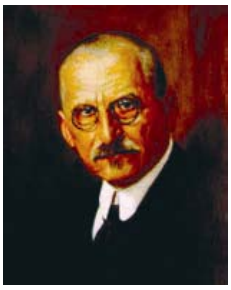
GAUDIN LUCIEN (1886-1934), poznati francuski reprezentativac u mačevanju, višestruki je olimpijski i svetski šampion, učestovao na Olimpijskim ig-





Gaudin Lucien, svetski šampion (floretom i mačem)

rama 1920, 1924. i 1928. godine. Nosilac je 4 zlatne i 2 srebrne olimpijske medalje. Na Prvenstvu sveta u mačevanju, 1921. godine osvojio je zlatnu medalju.
GAVRILOVIĆ BOGDAN (rođ. u N. Sadu, 1864, a umro u Beogradu, 1947), doktor matematičkih nauka. Kao pitomac Tekelijanuma studirao i doktorirao na Filozofskom fakultetu u Budimpešti. Bio profesor Velike škole u Beog-



Akademik, predsednik SANU
Prof. dr Bogdan Gavrilović,
bio reformator fizičke kulture
Kraljevine Srbije i Jugoslavije

radu i rektor u više izbornih mandata, član i predsednik Srpske akademije nauka. Zalagao se za reforme nastave u fizičkoj kulturi, školovanje nastavnika, kao i otvaranje gimnastičke škole. Bio je aktivista i predsednik Gimnastičkog društva "Soko" (1893-1896).
GEDAN (jap.), donji deo regije tela.
GEDAN-ASHI-UKE, blok nogom u visini donjeg dela tela (iz karatea).
GEDAN BARAI, niski karate blok izveden donjim delom podlaktice. To je nisko čišćenje rukom protivnikovog napada, koji on može izvoditi udarcima ruku ili nogu.

GEDAN-JUJI-UKE, spuštajući blok rukama u karateu, niski blok sa podlakticama koje su ukrštene. Veoma je efikasan u odbrani od protivnika koji vrši napad nogama u srednju regiju tela.





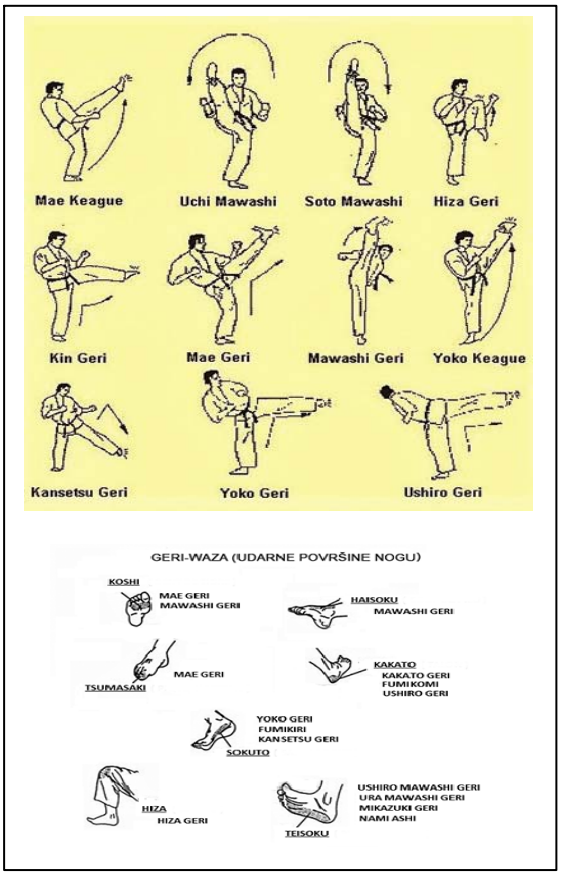
GEDAN-KAMAE, niski borilački stav iz karate sporta.
GEDAN-NI-KAMAE, niski položaj u borbi (iz japanske veštine kendo).
GEDAN-SOTO-UDE-UKE, u karateu – niski blok, spolja, podlakticom.
GEDAN-TEISHO-UKE, blok u karateu, koji se izvodi otvorenom šakom.
GEDAN-TSUKI, označava niski napad, odnosno udarac čelom pesnice (seikenom), u donji deo tela protivnika.
GEDAN-UKE, označava blok u visini donjeg dela tela (karate sport).
GEIKO, trening-vežba zatvorenog tipa, koja nije dostupna gledaocima.
GEKKEN, japansko mačevanje.
GEKKENEKA, mačevalac, briljantan specijalista za borbu mačem u Japanu.
GENČIĆ JELENA (1936-2013), profesor istorije i umetnosti, teniska i rukometna reprezentativka SFRJ. *Igračica rukometne reprezentacije, koja je na SP 1957. godine osvojila bronzu. Bila je 28 puta šamp-*





ionka države u tenisu, a od 1981. godine i savezni selektor ženske teniske reprezentacije Jugoslavije. Prvi trener Novaka Đokovića.

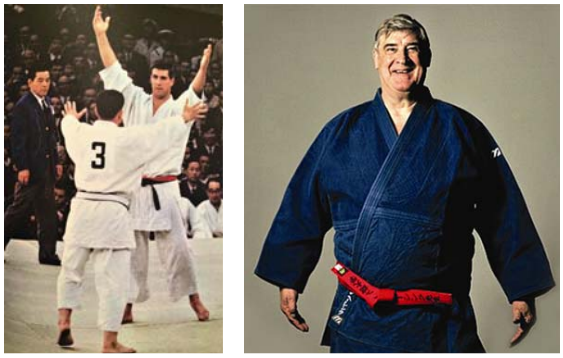
GEORGIJEVSKI DMITAR (rođen u Skoplju, 1936), bio je svetski šampion u sportskom padobranstvu i profesionalni pilot. U 1963. godini postigao je svetski rekord četiri padobranca bez zadrške noću sa 1000 m, srednje rastojanje 2,03 m; sa šest padobranaca noću bez zadrške sa 600 m, srednje rastojanje 6,57 m; sa osam padobranaca bez zadrške noću sa 600 m, srednje rastojanje 7,56 m; sa četiri padobranca bez zadrške noću sa 600 m, srednje rastojanje 6,6 m. Bio je član AK u Skoplju.
GERI, sve vrste tehnike koje se u karate sportu izvode udarcima nogu.
GERI-GAESHI, karate udarac koji se izvodi nogom u povratku.
GERI-WAZA, karate tehnika koja je prvenstveno bazirana udarcima i blokovima nogama. Kao udarne površine koriste se sve moguće udarne površine



obe noge, naziva se nožna tehnika. Svi udarci nogama se dele na četiri grupe: prema napred (direktni i kružni), pre-

ma nazad (direktni i kružni), udarci u stranu, i udarci koji se izvode ka dole. Udarne površine su: prednji deo stopala, brid stopala, peta, unutrašnji deo stopala, prsti noge, kao i koleno.

GESINK JOHANES ANTONIJUS (u Utrehtu, Holandija 1934-2010), poznati holandski majstor judoa. Prvi put se istakao kao devetnaestogodišnjak na stadionu "Kuberten", kada je dva puta pobedio najkvalitetnije judiste iz Azije. Judista Antonijus J. Gesink je osvajač i



Antonijus Johanes Gesink, olimpijski šampion u judou i dvostruki šampion sveta. Levo: iz 1964. godine, i desno majstor purpurnocrvenog pojasa 10. DAN (iz 2004).

dve zlatne medalje u judou na prvenstvima sveta u Parizu 1961. godine i u Rio de Žaneiru 1964. Iste godine na Olimpijskim igrama u Japanu (Tokio), Antonius Gesink osvaja prvo mesto, pobedivši tada i najslavnijeg japanskog judistu Akia Kaminagu. Takođe je bio višestruki prvak Evrope u judou u apsolutnoj kategoriji. Nosilac je i majstorskog zvanja 10. DAN-a (purpurnocrveni pojas) iz judo veštine, a bio je i poznati instruktor. Međutim, treneri najprestižnijeg japanskog Judo instituta "Kodokan" nisu više nikada dozvolili da ih naslednici slavnog Gesinka bilo kada pobede, tako da su opet povratili primat velesile u judou. Za zasluge u oblasti judoa, Gesink je član Borda *Internacionalnog olimpijskog komiteta od 1987.*

GETA, cipela izrađena od drveta ili metala, koja se koristi u karate sportu za uvežbavanje udaraca i vežbanja snage, a može se koristiti i za jačanje regije trbušnih i slabinskih mišića itd.

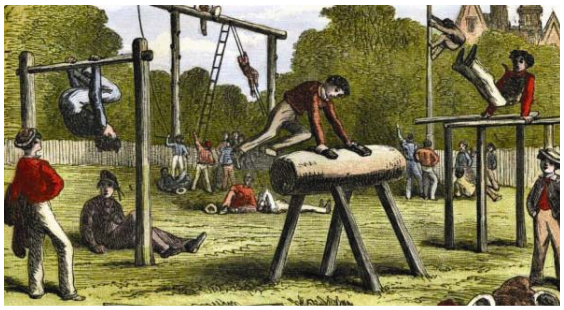
GIMNASTIKA (grčki gimnos – nag), veština vežbanja, odnosno celokupni je proces telesnog vežbanja. A pod današnjim pojmom gimnastike podrazumeva se poseban sistem telesnih vežbi i metodskih postupaka sa prvenstvenim ciljem – skladan telesni razvoj čoveka i usavršavanje njegovih motornih sposobnosti, jačanje zdravlja, postizanje dobre okretnosti, snage, brzine, pokreta, izdržljivosti. Gimnastičkim vežbama, davno p.n.e. bavili su se i antički narodi Kine, Indije, Egipta, ali i neki od tih naroda su uveliko koristili gimnastičke

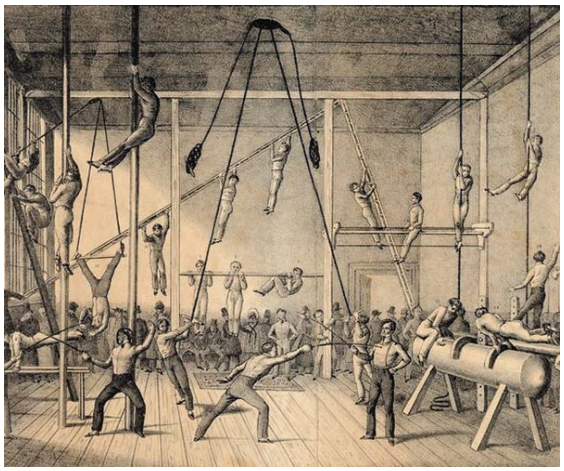


Gimnastika u starom Egiptu (period oko 1213. godine p.n.e)

vežbe i kao dopunski deo u lečenjima različitih bolesti. Ipak, gimnastika kao sistem telesnog odgoja razvila se prvo u Grčkoj, gde je doživela i svoj najveći procvat. U Grčkoj se ta disciplina negovala u gimnazijama, odakle će se preneti i u državne grčke ustanove, koje su se bavile i sistemom odgoja mladih ljudi. Najveću podršku gimnastici kod Grka dale su razne svetkovine u obrednom smislu, koje su se kasnije razvijale u narodne manifestacije ogromnih razmera (Panatenejske, Pitijske, Istamske, Nemejske i Olimpijske igre), na kojima su organizovana i druga različita takmičenja u: govorništvu, muzici, književnosti i poeziji, kao i u telesnim tak-

mičenjima: u rvanju, trčanju, boksu, plesu, jahanju i plivanju. Period u vreme renesanse doprineo je još većem oživljavanju klasične grčke gimnastike u cilju harmoničnog telesnog i umnog razvitka čoveka. Širok izbor sredstava i zahtevi modernog doba omogućili su razvoj specifičnih pravaca u gimnastici, s posebnim sadržajem i svrhom, koji su se vremenom razvili u samostalne vrste gimnastike, a među njima su najznačajnije: sportska gimnastika, moderna ritmička gimnastika, akrobatika, jutarnja gimnastika, korektivna gimnastika, habilitaciona gimnastika, pomoćna gimnastika. Sportska gimnastika je termin koji obuhvata sva takmičenja gimnastičara i gimnastičarki na raznim spravama u pojedinačnoj ili ekipnoj konkurenciji. U poslednje vreme organizuju se i prvenstva samo na pojedinim spravama. Takmičenja na kojima se gimnastičari takmiče na više sprava u više programa (obavezni i slobodni sastavi) zovu se gimnastički višeboji. Sportska gimnastika sastoji se od niza različitih vežbi koje gimnastičari i gimnastičarke, različitim kombinacijama spajaju u skladne i atraktivne celine, pa ih gimnastičke sudije prema Pravilniku o ocenjivanju objektivno i vrednuju. A u programu I Olimpijskih igara sportska gimnastika je po prvi put prezentovana 1896. godine u Grčkoj (Atina), a na prvenstvu sveta 1903. godine u Antverpenu, dok se na prvenstvu Evrope prvi put pojavljuje 1955. u Frankfurtu. Ženska sportska gimnastika prvi put se pojavila na Olimpijadi 1928. godine u Amsterdamu, a na Prvenstvu sveta se pojavljuje 1934. u Budimpešti, na prvenstvu Evrope 1957. godine u Atini. Gimnastičari se na olimpijskim igrama i svetskom prvenstvu takmiče u obaveznim i slobodnim sastavima u ekipnoj i pojedinačnoj konkurenciji. Ekipno takmičenje i njihov uspeh rezultiraju put ka kvalifikacijama u finalna takmičenja. A pojedinačno takmičenje (pojedinačni višeboj) je takmičenje od 36 najbolje plasiranih gimnastičara iz ekipnog takmičenja (maksimum je 3 iz iste zemlje). Gimnastičari i gimnastičarke se takmiče na svim spravama i u slobodnim sastavima, za naslov pojedinačnog prvaka sveta. Treća vrsta takmičenja je finale po spravama, na kojima se ogleda 8 najbolje plasiranih vežbača (maksimum 2 iz iste zemlje) za naslov prvaka sveta na pojedinim spravama. FIG-a je organizator svetskih prvenstava i takmičenja na olimpijskim igrama u sportskoj gimnastici. Konj za preskoke sastoji se od trupa (dužine 160-163 cm i širine 35 cm) u koji su ugrađene opruge što mu povećava elastičnost i daje gimnastičarima ili gimnasti-









čarkama mogućnost da izvode složene skokove sa višestrukim rotacijama, i metalnih čvrstih nosača (stubova). Trup se sastoji iz dva dela a presvučen je kožom. Sve gimnastičarke preskaču konja postavljenog u širinu, visine 120 cm, a gimnastičari u dužinu, visine 135 cm, upiranjem obema (žene, muškarci) ili samo jednom rukom (muškarci). Pri naskoku na konja koristi se odskočna daska visine 20 cm. Gimnastičari ili gimnastičarke mogu da izvode preskoke iz različitih, po strukturi kretanja formira-



Gimnatičarka (takmičenje na gredi)



Gimnastička sprava (konj bez hvataljki)

nih grupa: premeti napred, premeti napred izvedeni sagibanjem – opružanjem (Jamašite), premeti strance, salta napred i Kuervo, salta natrag (Cukahare) i preskoci izvedeni rondatom – Jurčenko (svi mogu da budu izvedeni bez ili sa okretom oko uzdužne ose tela bilo u prvoj ili drugoj fazi leta, bilo u obe). Sprava dvovisinski razboj sastoji se od dve horizontalno i paralelno, na različite visine postavljene pritke (donja 155-160 cm; gornja 235-240 cm, mereno od tla). Debljina strunjača iznosi 20 cm. Razmak između pritki regulišu gimnastičarke (90-140 cm mereno po vertikali). Sastavi su komponovani od vežbi iz različitih strukturalnih grupa, koje se izvode velikim zamasima i amplituda-

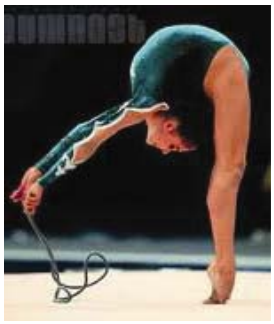




Takmičenje na razboju (za muškarce i žene)

ma ispod donje i iznad gornje pritke (šipke), izvan i unutar pritki, višestrukim prelascima s pritke na pritku i višestrukim promenama pravca kretanja. Poželjno je izbegavati dodatna upiranja, prekide zbog pauze za koncentraciju, kao i vežbe koje se izvode uz pritku (šipku). Razboj se sastoji od dve paralelne, horizontalno postavljene pritke, učvršćene na četiri metalna stuba. Pritke su elipsastog preseka, postavljene na visinu od 175 cm, mereno od gornje površine strunjače. Po propisu, strunjače moraju biti debljine 20 cm. Širina pritki može da se podešava od 42-64 cm, po slobodnom nahođenju gimnastičara koji se sprema za nastup

na takmičenju. Na razboju se zahteva vežbanje zamasima, sa velikim amplitudama u uporu, potporu i visu, ali i izvođenje elemenata snagom – vučenja i izdržaji. Poslednjih decenija, vrhunski gimnastičari sve više izvode vežbe u kojima se, posle velikog zamaha, sprava napušta, a posle leta, u toku kojeg se izvode različite rotacije, sprava po-

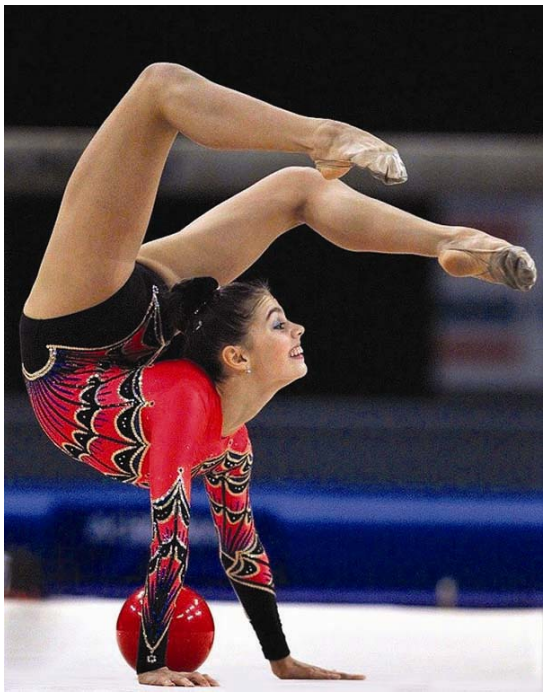






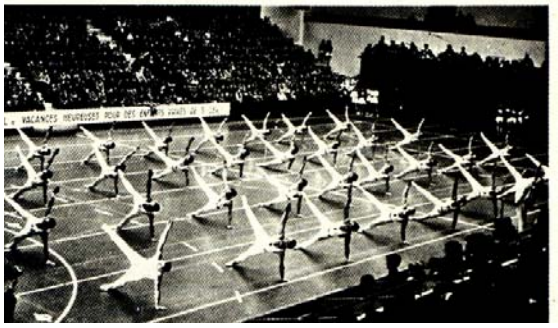
Alina Kabajeva Maratovna, svetska i olimpijska šampionka i ruska reprezentativka u ritmičkoj gimnastici, u izvođenju performansa na rekvizitu vijača (konopac). Donja slika: gimnastička vijača.

novo hvata. Kad je u pitanju ritmičko-sportska gimnastika, to jeste sportska grana kojom se isključivo bave ženske gimnastičarke. Ova grana zahteva izvođenje specifične tehnike pokreta i kretanja, sa ili bez rekvizita, usklađenih sa muzičkom pratnjom i dovedenih do savršenstva. Moderna ritmička gimnastika ima svoj koren u tzv. ritmičkim školama, koje su se u XIX veku počele razvijati u Evropi i SAD, a čije se tradicije gaje sve do danas po celom svetu. Svaka od tih škola ima izvesne specifičnosti u sistemu, sredstvima i metodama rada, prema osnovi od koje polazi. Jedno od sredstava je lopta, koja je sastavni deo vežbačica i takmičarki u ritmičkoj gimnastici. Lopta je izgrađena od gume ili plastike, prečnika od 18-20 cm, težine do 400 gr. Osim obaveznih elemenata težina moraju biti izvedena različita vrsta izbacivanja, tri različita aktivna udaranja od kojih jedno ritmičko, tri različita kotrljanja od kojih jedno dugo po telu, razne vrste kruženja i kretanja u vidu osmice i ravnoteže na delu tela. Sprava vijača (ili konopac) je u obaveznom sastavu rekvizita ritmičkih gimnastičarki. Njena dužina se određuje prema visini vežbačice i izrađena je od kudelje ili sintetičkog materijala. Krajevi vijače (konopca) obavijeni su materijalom ili vezani u čvor. Osnovna



tehnika vijačom sastoji se iz skokova kroz otvorenu vijaču držanu obema rukama, okretanje vijače u raznim pravcima (napred, nazad, bočno) i poskoka sa istim načinom okretanja i držanja vijače. Osim toga mogu se izvoditi razne vrste zamaha, kruženja, vrtenja i kretanja vijače u vidu osmice kao i izbacivanje jednog kraja ili cele vijače. Sledeća sprava je obruč, koji je izrađen od drveta ili plastike, prečnika od 80-90 cm, težine 300 gr. Osim obaveznih elemenata težina A i B moraju biti izvedena tri različita kotrljanja, jedno po tlu i jedno po telu, različite rotacije od kojih jedno oko ose obruča, tri različite vrste prolaska kroz obruč. Greda je

sprava na kojoj vežbaju isključivo gimnastičarke. Sastoji se od drvene grede presvučene poliuretanskom masom i sintetičkom oblogom koja sprečava klizanje. Dugačka je pet metara, a površina na kojoj gimnastičarke vežbaju širo-



Gimnastička manifestacija u velikoj dvorani (20. vek)



Gimnastičarke u vežbi sa trakom, na velikom stadionu

ka je samo 10 cm. Postavljena je na dva metalna nosača ("noge") visine je 120 cm. Sastavi bi trebalo da budu komponovani od vežbi iz različitih strukturalnih grupa: akrobatskih i gimnastičkih, koje treba povezati u serije kao i međusobno kombinovati. Podijum (ili površina za vežbanje na tlu) je sastavljena od specijalne konstrukcije i sa elastičnom površinom koja gimnastičarima i gimnastičarkama omogućava da složene akrobatske ili gimnastičke skokove izvode velikim amplitudama. Površina za vežbanje iznosi 12x12 metara. Uovičena je belom linijom širine 5 cm koja ulazi u sastav terena. Svako izlaženje izvan površina za vežbanje povlači gubitak bodova. Ritmičke gimnastičarke sastave vežbi izvode na tlu uz muzičku pratnju (jednog instrumenta ili orkestarsku, bez vokala) koja mora da bude snimljena na audio kaseti ili CD-disku. Sastavi bi trebalo da budu komponovani od vežbi iz različitih strukturalnih grupa: akrobatskih (sa i bez faze leta, izvedenih napred, strance ili nazad) i gimnastičkih vežbi. Čunjevi su izgrađeni od drveta ili plastike, dužine od 40-50 cm, težine su 150 gr (svaki). Osim obaveznih elemenata, u vežbanju, moraju biti zastupljene i različite vrste malih krugova. Čunjevi se mogu držati za glavu, telo ili vrat. Rekvizit traka izrađena je od satena ili sličnog materijala, dužine 6 m, širine od 4 do 6 cm i pričvršćena za štap dužine 50-60 cm prečnika 1 cm u najširem delu. Pored



Gore, levo: gimnastičar u vežbi na tlu, dole, levo: jedna od najuspešnijih gimnastičarki SFRJ i regiona Milena Reljin (snimak iz 80. godina XX veka). Slike desno: gimnastičarke sa svojim rekvizitima.

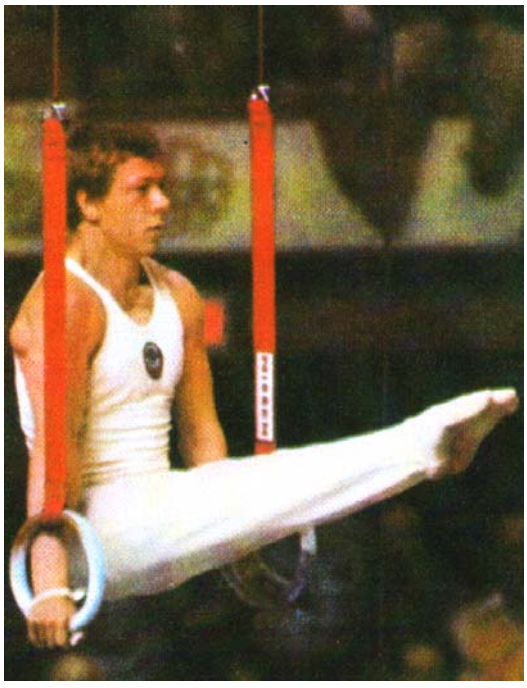
obaveznih elemenata težine, u vežbama trakom moraju biti izvedene tri različite spirale od kojih je jedna sa težinom u okretu, tri različite "zmije", različite vrste zamaha i kruženja, različite vrste izbacivanja (izbacivanje trake i štapa, tipa bumerang i mala izbacivanja). Ti elementi treba da budu izvedeni različitim brzinama i amplitudama. Kod izvođenja "zmija" traka treba da ima 5-6 zubaca ravnomerno raspore-

đenih celom dužinom trake. Trajanje svake vežbe za sve rekvizite je od 1 minut do 1,30 minuta. Pregled sprava na kojima vežbaju gimnastičari su: parter (podijum – prostor za vežbanje na tlu), konj s hvataljkama, krugovi, konj za preskoke (postavljen u dužinu), razboj i vratilo. Gimnastičarke vežbaju i na konju za preskoke (postavljenom u širinu), dvovisinskom razboju, gredi i parteru. Konj sa hvataljkama se sastoji





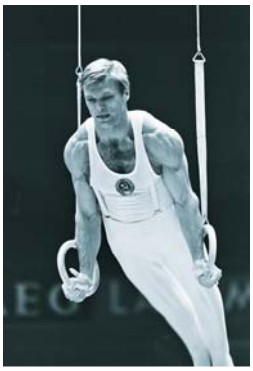
od drvenog trupa presvučenog kožom i fiksiranog na četiri ili na dve metalne "noge". Dužina trupa je 160 cm, gornja ivica je na visini 105 cm od gornje površine strunjače, čija debljina iznosi 10 cm. Na trupu se nalaze dve drvene hvataljke, postavljene paralelno na razdaljini koju je moguće podešavati (raspon je 40-45 cm). Na konju se vežba isključivo u uporu i korišćenjem zamaha, dok su statički elementi zabranjeni. Zamasi mogu biti kružni i klatnasti. Iz kružnih zamaha proizilaze kola (odbočna i Tomas) koja dominiraju sastavima na ovoj spravi. Iz klatnastih zamaha proizilaze striževi i premasi koji su, takođe, obavezni delovi sastava. Vežbanje na konju s hvataljkama odlikuju elegancija i ritam. Krugovi se sastoje od dve drvene karike preseka 28 mm, unutrašnjeg prečnika 18 cm, koje su na jednakoj visini i rastojanju od 50 cm (preko kožnih kaiševa i čeličnih sajli), a pričvršćene su za metalnu konstrukciju. Visina krugova je 255 cm od gornje površine strunjače. Debljina strunjača je 20 cm. Krugovi su disciplina u kojoj, kao ni u jednoj drugoj, dominira snaga, koja se demonstrira kako vučenjima i izdržajima, pa i elementima zamaha jer je njihovo izvođenje otežano zbog osl-



onca koji nije fiksiran pri trajanju vežbi. Gimnastičarima u izvođenju navedenih vežbi dobrim delom omogućuje upotreba i specijalnih zaštitnih kožica koje pri hvatu čine i svojevrsnu "kandžu", učvršćuju hvat i time sprečavaju "okidanje" i pad sa sprave. Sledeća sprava je

konj za preskoke. Da bi se prepoznao dobar preskok potrebna je munjevita procena. Skok mora da sadrži visok stepen teškoće, da bude "izvrsne" visine i udaljenosti od konja i da sadrži takvu preciznost tako da se prilikom doskoka gimnastičar prosto "zabode" u tlo bez posrtanja. Dozvoljava se samo jedan preskok, osim u finalu vežbi po izboru kada se traže dva različita preskoka. Neophodna gimnastička sprava je vratilo, koje se sastoji od čelične pritke (šipke) preseka 28 mm i dužine 260 cm. Postavljena je horizontalno, izme-







Boris Anfijanovič Šaklin (Ishim, 1932), slavni sovjetski gimnastičar i jedan od najboljih na planeti. Višestruki je olimpijski i svetski šampion: na OI (Rim, 1960), osvojio je zlatne medalje u višeboju (pojedinačno) na razboju, konju s hvataljkama, vratilu i preskoku konja, a na OI (Tokio,1964. godine osvajač zlatne medalje (na gredi). Dobitnik je i posebnog priznanja Heroj SSSR.

đu dva stuba koja su pričvršćena za tlo čeličnim sajlama sa zatezačima, na visinu od 255 cm, a mereno je od gornje površine strunjače. Debljina strunjače mora da bude 20 cm. Vratilo je disciplina gimnastičkog višeboja na kome se vežba isključivo zamasima velike amplitude, dok su statički elementi strogo zabranjeni. Poslednjih decenija, vrhunski gimnastičari sve više izvode vežbe u kojima se, posle povećanog zamaha, sprava napušta, a posle leta, u toku kojeg se izvode različite rotacije, sprava ponovo hvata. U ukupnu opremu gimnastičara spadaju i gimnastičke pantalone, atletska majica i čarape, gimnastičke patike, sportske gaćice (za vežbanje na tlu i preskocima), ali u nekim takmičenjima vežbači mogu da budu i bosi. A dodatnu opremu gimnastičarki





Larisa Semjonova Latinina (Herson, SSSR, 1934)
Najbolja gimnastičarka planete, na OI osvojila ukupno 18 medalja: 9 zlatnih, 5 srebrnih i 4 bronzane, desno iz 2011.

(žena) čine: gimnastički triko dugih rukava, čarape, kao i gimnastičke patike. Oprema može da bude i raznobojna, ali u ekipnim takmičenjima mora biti jednoobrazna. Kod gimnastičarki zglobovi mogu da budu učvršćeni i specijalnim bandažima ili kožice za zaštite dlanova. Prostorije u kojima se organizuju gimnastička takmičenja su zatvorenog tipa (sale, hale), u kojima temperatura ne može biti niža od 20 stepeni. Objekti moraju biti osvetljeni propisnim osvetljenjem sa minimumom od 300 luksa. Kompletan prostor, kako za takmičare i za gledaoce mora biti propisno obeležen, a svi metalni delovi u sali moraju biti posebno zaštićeni zbog mogućih povreda takmičara. Sve sale moraju biti opremljene priključcima za ozvučenje, telefone i kompjuterske uređaje (merачke sprave, priključci za novinare, radio i TV izveštače itd.). Gimnastičke sudije vrednuju sastave na svim spravama gimnastike. To čine objektivno i bez pristrasnosti. Sve sudije mo-

raju da imaju državne ili međunarodne licence za odgovarajući četvorogodišnji olimpijski ciklus. Kao što takmičari gube bodove zbog svojih grešaka, tako isto i sudije (zbog neobjektivnosti) dobijaju žute ili crvene kartone. Sve sudije pre takmičenja moraju da prisustvuju seminaru i sudijskom žrebanju i oni ne smeju da kontaktiraju sa drugim osobama na takmičenju, sem sa ekspertom i vrhovnim sudijom. Sudije moraju da nose odgovarajuću i propisnu sudijsku odeću. Sastav sudijske komisije u gimnastici za žene čine ekspert, naučnotehnička saradnica (oni procenjuju težinu i određuju početnu vrednost sastava), a šest bodovnih sudija ocenjuje i izvođenje vežbi gimnastičarki. U gimnastici za muškarce sudijsku komisiju čine šest bodovnih i jedan vrhovni sudija, tehnički kontrolor i tehnički asistent na takmičenju.

GLADIJATORI, specijalni, složeni uređaji na kojima može istovremeno vežbati više sportista. Na konstrukciji koja je najčešće u obliku prizme montirane su stranice s različitom namenom za ve-





žbanje u ležećem, stojećem i sedećem stavu, gde vežbači podižu, odguravaju i privlače poluge, koje pomoću mehanizma daju otpor (u svrhu razvijanja različitih mišićnih partija ili za rekreaciju).

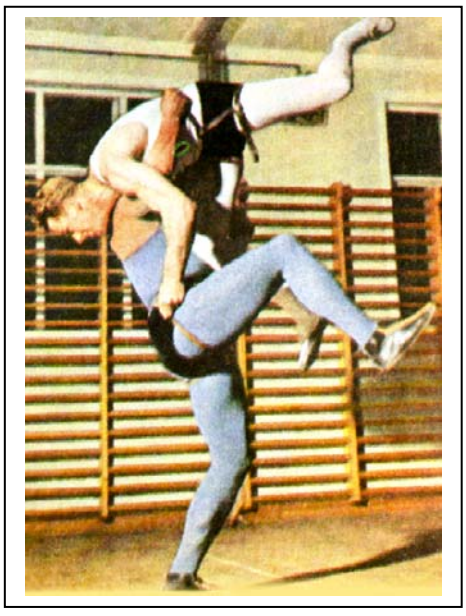
GLANZ ŠANDOR (1908-1974), mađarski reprezentativac u stonom tenisu, pobednik na međunarodnim takmičenjima Australije, Engleske, Nemačke i Mađarske u igri parova. Na SP osvojio je ukupno 14 medalja (4 zlatne, 4 srebrne i 6 bronzanih).

GLIGORIĆ SVETOZAR (Beograd, 1923–2012), vrsni šahovski velemajstor i jugoslovenski reprezentativac u šahu. Jedan je od vodećih savremenih šahista i višestruki prvak SFRJ, a naslov šahovskog majsora osvojio je sa šesnaest godina (1939.). Učestvovao je u Drugom svetskom ratu kao borac i u tom periodu on nije nastupao. Posle oslobođenja predano se posvećuje šahovskoj tabli i počinje da ređa izuzetne uspehe, probivši se među najbolju šahovsku klasu sveta. Pobeđivao je na čitavom nizu šahovskih turnira: (Ljubljana 1946, Varšava 1947, Mar de Plata 1950 i 1953, Bad Pijermont i Staunton-turnir 1951. itd.). Titulu velemajstora šaha stekao je 1951. Njegovi uspesi su se počeli redati u Portorožu 1958. godine gde je bio na 2. mestu. Bio je i u grupi Roberta Fišera na turniru kandidata. U to vreme je Svetozar Gligorić uživao glas i najjačeg velemajstora u svetu izvan SSSR. Nastavljao je pobeđivati na mnogim turnirima šaha (*Bognor Redžis Dalas 1957, Toremolinos i Sarajevo 1961, pa ponovo Sarajevo, 1962, sledi Enšid 1962, 1963. itd). Najuspešniji su mu turniri bili u Cirihu 1959 (2) i u istom gradu 1961 (3), na Bledu 1961 (3-5), u Havani 1962 (4-5), Moskvi 1963 (3), dok je na velemajstorskom turniru u Los Anđelesu 1963 (6).* Susreo se i sa Mihaljom Taljem, ali je izgubio od njega u četvrtfinalu. Međutim, i dalje je osvajao ili delio prva mesta u mnogim turnirima sveta *(Kopenhagen 1965. godine, Tel Aviv 1966, Hag i Dinde 1967, Portimao i Beograd 1969, Berlin 1971, itd). Vrlo dobre rezultate postigao je i na svim značajnim međunarodnim turnirima.* Od IX šahov-



ske olimijade (Dubrovnik 1950), bio je stalni član jugoslovenske olimpijske reprezentacije (dvanaest nastupa uvek na prvoj ploči), a bio je i istaknuti šahovski novinar, televizijski komentator o šahu, teoretičar i pisac knjiga iz problematike šaha u nekadašnjoj državi SFRJ kao i u svetskim okvirima. U februaru mesecu 2008. godine, Svetozar Gligorić je obeležio 85-godišnjicu života, tako što je njemu u čast, u Pančevu održan veliki turnir sa 85 šahista iz Srbije.

GLIMA-RVANJE (islandski glimurbrögd), staro narodno rvanje na Islandu, koje datira od XIV veka. U glima-rvanju rvač hvata desnom rukom pojas, a levom rukom nogavicu svog protivnika, pokušavajući da ga obori brzim i



snažnim pokretima. Slični stilovi rvanja postoje još u Švedskoj i Finskoj, kao i neki oblici srednjovekovnog rvačkog takmičenja u Švajcarskoj i Nemačkoj.

GOHON –KUMITE, zadavanje serije od pet udaraca rukom uz pet iskoraka (dogovoreni sparing u karateu).

GOJU-RYU, stil karatea koji prezentuje poznata karate škola arhipelaga Okinava. Osnivač Goju-ryu bio je jedan od najpoznatijih majstora karatea Chojun Miyagi (1888-1953), a njegov naslednik je postao Gogen Yamaguchi. Ime škole je uzeto od japanskih reči goken – jaka pesnica i yuken – meka pesnica. Stil karatea, koji vodi Goju-ryu škola, podrazumeva upotrebu principa snage. Škola je popularna u zapadnom Japanu.

GOJU-SHIKO, poznatija karate kata sa imenom "kata 54 koraka pijanog čoveka". Ova kata ima više svojih oblika: goju-shiko-sho, goju-shiko-dai itd. To je klasična majstorska kata sa kojom nastupaju takmičari u sportskom karateu i na raznim rangovima takmičenja.

GOJU-SHIKO-DAI, prva savremena goju-shiko kata. Ona se izvodi u standardnom Shoto-kan stilu karatea.

GOJU-SHIKO-SHO, druga savremena goju-shiko kata, majstorska kata iz Shoto-kan stila karatea, nastala je iz klasičnog stila kate goju-shiko.

GOLF (engl. prema škotskom jeziku gouf – udarac), sportska igra na otvorenom terenu, u kojoj takmičar nastoji da sa što manje udaraca palicom ubaci golf-lopticu u niz rupica koje su raspoređene po golf-igralištu. Jedna slična igra po imenu *paganica*, igrala se u antičkom Rimu, a u XIII veku slično golfu igrala se *kambuka* u Škotskoj, *het kolven* u Holandiji i *jeu de mail* u Francuskoj.



Razvoj golfa u svetu, i najpoznatije igralište za golf iz XVI veka, nalazi se u St. Endruzu (gradiću u Škotskoj, donje slike).

Kolevkom savremenog golfa smatra se Škotska, gde je u gradiću St. Endruzu 1552. osnovan prvi golf klub *St. Endruz*,

koji je modifikovao pravila igre 1754. Golf se kao sportska igra pojavljuje i u Francuskoj 1860, u Švajcarskoj 1883, u Kanadi i SAD 1885. Na početku XX veka golf se širi ka južnoj Americi i Australiji, da bi se proširio na sve kontinente. Na prostorima bivše Jugoslavije golf se igrao u periodu 1920-1939. godine, a najpoznatiji tereni bili su u Košutnjaku u Beogradu. Prvi svetski golf turnir održan je 1956. godine i na njemu je učestvovalo 26 zemalja iz celog



Igrač golfa izvodi osnovni udarac



Rekviziti na golf-igralištu, i golfer u akciji

sveta. Na nivou međunarodnih susreta, golf se pojavio i na manifestacijama: Kup Voker za amatere (1922), Kup Rajder za profesionalce (1927) u Kup Kertis za žene amatere (1932). Na programu Olimpijskih igara, golf se kao sportska disciplina pojavljuje samo 1900. godine u Parizu (pojedinačno takmičenje za žene i muškarce) i 1904. u Sent Luisu (pojedinačno za muškarce), ali ne kao službena olimpijska disciplina. Igralište golfa je prostrano i neravno zemljište, od 5 do 20 ha čija je površina podeljena na 9 ili 18 odseka. Na njemu postoje proizvoljno raspoređene rupice koje su sve udaljene jedna od druge između 100 i 500 m. Rupice su prečnika do 10 cm i 11 cm duboke i unutra su obložene pocinkovanim limom. Na ravnoj površini, od oko 4 m^2, oznakama je obeleženo mesto starta, s rupicom u sredini, gde igrač izvodi svoj prvi udarac. Odatle vodi 20-50 m širok pojas s pokošenom travom (fairway),



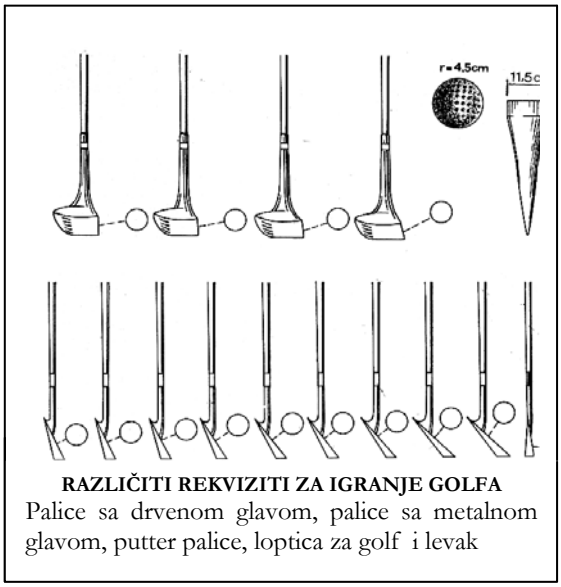
Putanja kretanja u toku igre, na golf-igralištu





koji se poput široke staze provlači kroz kompleks igrališta i završava velikom livadom (green). Trava na toj livadi, na sredini koje je poslednja rupica i cilj, mora se svakodnevno kositi. Čitav pojas (farway) je uobičajeno okružen pojasom nedirnute prirode (visoka trava, drveće ili šumarci ispresecani potocima, peščanim uvalama, močvarom ili jezerom), tj. prirodnim ili veštačkim preprekama koje igrač golfa mora ponekad savladati da bi pronašao lopticu i uputio je dalje do cilja. Prva igrališta za golf u Škotskoj imala su tu privilegiju da su bila lako održiva, jer su imala oskudnu peskovitu vegetaciju, dok su igrališta sa bujnom vegetacijom podrazumevala veću brigu oko održavanja. Takođe su tereni golfa zahtevali drenažu padavina i velika druga ulaganja, i upravo je to je-

dan od razloga što su se golfom bavili isključivo privilegovani i imućniji građani. U vreme održavanja takmičenja sve rupice moraju biti obeležene zastavicama. Nekad su se za golf upotrebljavale drvene ili kožne loptice, a danas se one prave od livene vulkanizirane gume prečnika 4,5 cm i težine 42,5 g.



RAZLIČITI REKVIZITI ZA IGRANJE GOLFA
Palice sa drvenom glavom, palice sa metalnom glavom, putter palice, loptica za golf i levak

Palica za golf postoji više tipova kao i dimenzija, sa različitim težinama. One su namenjene igračima golfa sa različitom telesnom masom i visinom. Palice su elastične, drvene ili metalne cevi težine oko 1/2 kilograma i dužine 85-110 cm. Gornji deo palice obavijen je kožom, a donji deo ima drvenu ili metalnu glavu u obliku savijene pljosnate lopatice kojom se loptica udara, odnosno kojom se vadi iz terena. Igrači golfa raspolažu sa više vrsta palica, a koju će kada upotrebiti zavisi od položaja loptice. Za početne udarce koriste se drvene palice (woods), a za udarce u daljinu (200-220 m) metalne palice (irons). Sve palice (najviše 14 njih) nosi dečak (caddie), koji prati takmičenje. Igra počinje sa startne čistine, odakle igrač udarcima palice tera lopticu od rupice do rupice, sve do one krajnje rupice koja je na igralištu krajnji cilj. Za jedan obilazak terena igraču je ponekad potrebno i 3 časa hoda. Postoje dva načina igranja golfa: prvi način je u kome igrač ide za tim da poteravši loptice po svim stazama "osvoji" najveći broj rupica (match play) i način igre u kome igrač ide za tim da sa što manje udaraca ubaci lopticu u određeni broj





Svetski igrači golfa: **Tajger Vuds**, Fil Mikelson, Peterson, Snid, Harington, Akslej, Hogan, Mediate, Lav, Niklaus, Pater, Džons, Nelson, Parnevik, Strelman, Niks, Imida, Palmer, Hilfiger,Garsijlejer, Lape, Hejgen, Imelman, Sing, Roze, Sarazen, Balesteros, Faldo, Katajama, Šopra, Romero, Kartel, Els...

rupica (stroke play). Igrač može u toku igre sam peskom osigurati ležište loptice ili joj podmetnuti poseban stalak (tee), ali posle, u toku igre, ne sme lopticu dotaći rukom. Budući da je smer obilaska rupica određen, mogu na njemu istovremeno igrati dva takmičara ili više njih. U golfu postoje partije udvoje, utroje (jedan protiv dvojice koji igraju zajedno), učetvoro (po dva para, svaki par samo sa po jednom lopticom). Zatim postoje golf-partije sa 4 loptice (dva igrača igraju svojom najboljom lopticom protiv najbolje loptice protivnika). Igrač ne sme tražiti niti primiti savet ni od koga, osim od svog nosača palica, a ako igra u paru, od svoga suigrača i od njegovog nosača. Privlačnost i prednost golfa je i u ambijentu koji relaksira, bez nervoze, bez žurbe. Uz to, igrači stiču dobru kondiciju, provlačeći se ili penjući po terenu tražeći lopticu u pesku, travi, žbunju ili vodi. Kao i mnogi drugi sportovi i golf kao sportska igra zahteva dugotrajne treninge da bi efekat bio što uspešniji.

GOLUBARSKA SPORTSKA TAKMIČENJA, atraktivno nadmetanje golubova umetničkog leta sa letačkog kaveza. Po *EFU* pravilniku (Evropska unija prevrtača), postoje vrste takmičenja: *Mardin, Birmingenski roler, Orijentalni roler, Vršački prevrtač, Kelebek, Wita, Wamen.* Propozicije: *let puštena dva goluba iz kaveza sa livade traje 60 min. za „Rolere" i 30 minuta za „Obrušivače", „Vrtače" i „Igrače", kada se golubovi moraju vratiti u kavez. Reprezentacija Srbije učestvovala je na FK turniru (Haps u Holandiji, 2009), šampioni su bili „prevrtači" S. Dozeta, M. Majera i N. Narančića iz Vrša, a na PE (Vršac, 2010), golubovi takmičarskog leta osvojili su prva tri mesta: 1. S. Popov (401), 2. H. Anvander (125), 3. Č. Stojšić (108). Srpski klub prevrtača Vršac bio je šampion Srbije. Na prvenstvu Srbije i regija (2020) vreme leta: seniorski prvak M. Đorđević iz Beograda (14, 18 č), D. Aksentijević, Kruševac (14,1č), a juniorski prvaci Srbije su B. Žugić iz Inđije i Ž. Vasić, Jelenča (Šabac).*

GONČARENKO OLEG (1931), sovjetski reprezentativac u brzinskom klizanju, *svetski šampion (1953, 1956, 1958), prvak Evrope (1957, 1958), 3. na OI 1956.*

GONZALES PANČO (1928-1995), teniski reprezentativac SAD, Meksikanac, najbolji igrač sveta od 1954-1961.

GOR SPENSER (1850-1906), engleski prvi šampion Vimbldona 1877.

GORGOS, grčki atleta iz Elide, četvorostruki olimpijski pobednik u pentatlonu, diaulosu i u trci sa oružjem

GRAN-PRI, veliko takmičenje (sport).

GREND SLEM (engl.), naziv je za pobede igrača ili igračkog para, koji u istoj godini pobede na četiri najveća teniska turnira u svetu i to: Vimbldon, US-open, Australijan-open, Rolan Garos.

GRILS BER (1974, Irska), poznati britanski istraživač, osvajač Mont Everesta (1998). Najveća TV-zvezda iz serije *"Preživljavanje"*, sa britanske TV stanice "Diskaveri", gde je kroz 55 epizoda pokazao neverovatnu izdržljivost u raznim okolnostima u prirodi, prašumi, peščarama, močvarama, sa sposobnošću izv-




anrednog plivanja, ronjenja i penjanja na nepristupačne vrhove. Živi sa porodicom na ostrvu Vajt u V. Britaniji. Bio je i na Staroj planini u Srbiji (2021).

GRIN ENDI (1962), pilot Britanskog kraljevskog vazduhoplovstva (RAF). Sa supersoničnim automobilom "tras-ssc" postigao brzinu od 1228 km/h (1997. g).

GRIŠIN T. EVGENIJ (u Tuli, 1933), sovjetski reprezentativac u brzom klizanju, *Šampion je OI 1956. godine u trci na 500 m i 1500 m, 1. mesto na OI 1960. godine u trci na 500 m, i srebrna medalja iste godine. Šampion Evrope u višeboju (1956). Bio prvi čovek u svetu koji je razdaljinu od 500 metara klizao čak ispod 40 sekundi.*

GUSANIJADA, tradicionalno takmičenje *„Belog Pere"* u sportskim borbama odabranih najboljih gusana. Ova sportska manifestacija se redovno održava u banatskom mestu Mokrin nedaleko od Kikinde. A sličnost ovog sportskog takmičenja je sa „borbom petlova", koja je tradicionalno vezana za Latinsku Ameriku, s tom razlikom što u „borbama petlova" vlasnici im pričvršćuju na noge oštre mamuze, dok u „Gusanijadi" vlasnici prezentuju svoje najbolje guskove (prirodno bez dodatnih nehumanih mamuza). Najbolji mokrinski gusani (šampioni u poslednjih 10 godina) bili su: *Pikaso, Acika, Vigec, Burence, Zombi, Brale, Dik, Majstor, Margitares, Cezar*... Važna je i pažnja vlasnika sa svojim najboljim gusanima-takmičarima. Nekada su tak-

mičarski gusani živeli i na salašima, ali sada im vlasnici obezbeđuju bolji sportski ambijent: pored odgovarajućeg bazena, gusani se izvode u šetnju, brine se o njihovoj čistoći, zdravlju i kondiciji. Šampion gusak *Živa* (2021), vlasnik Miloš Kovačić, šampion (2022) bi je gusak *Rodac* vlasnika Aleksandra Adamova. A

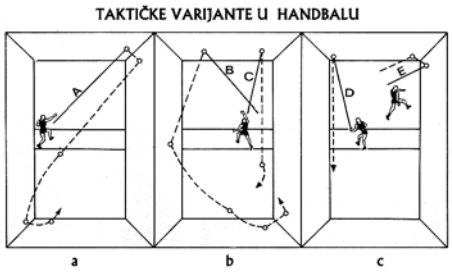


u 2023. godini održana je i *„37. gusanijada"* u Mokrinu. Svetski šampion bio je gusak *Batak*, vlasnika Nikole Nikića, a gusak *Spasoje* šampion-jednogodac, vlasnika Milana Dražića (videti slike).

H

HANDBAL (engl. igranje lopte rukom), sportska igra odbijanja lopte rukom o zid. Ova sportska igra vodi poreklo iz Irske, a najrasprostranjenija je u SAD, s tom razlikom što je u Irskoj ostala autentična. Originalni irski handbal igra se tvrdom loptom koja se može šutirati i nogom. Igralište za handbal dugačko je 20 m, široko 8 m, visokom 10 m. Koreni tog irskog sporta dosežu u period X veka, a od XIX veka priređuju se masovna takmičenja za nacionalno prvenstvo Irske. Reformator handbala bio je Irac Vilijam Bag iz grada Tiperarija, koji je sredinom XIX veka usavršio tehniku udaranja lopte. Sportsku igru handbal preneo je u SAD čuveni irski igrač Fil Kasti, koji je 1882. godine boravio u Njujorku, tako da se od njegove posete handbal odomaćio u SAD. A 1887. godine održano je prvo prvenstvo sveta u handbalu, gde je Fil Kasti pobedio irskog prvaka Džona Lavlora, a naslov svetskog prvaka Kasti je držao do kraja 1900. godine. Ali posle te godine, Amerikanci su uneli dosta svojih promena u američkom handbalu, tako da je on postao tipična američka igra. Nova pravila su nalagala da se igra gumenom loptom naduvanom vazduhom prečnika 5 cm, težine oko 65 g. Udara se samo rukom, dlanom ili šakom. Za zaštitu dlanova preporučuju se kožne rukavice. Na takmičenjima je i obavezno nošenje rukavica, da bi se sprečilo vlaženje lopte. Igra se pojedinačno, u parovima, i pojedinac protiv para, u dvorani (četvorozidni handbal) ili na otvorenom (jednozidni handbal). Glavni deo igrališta je zid (zvani prednji ili čeoni zid), o koji lopta mora udariti pri svakom odbijanju. A u igri pojedinaca, igra-





a) Ugaoni servis (A), b) dvostruki servis (B) i jednostruki servis (C)
c) pojedinačni servis (D) i ugaoni udarac (F)

či naizmenično udaraju loptu; u igri parova, svaki partner, po pravilu, čuva svoju polovinu igrališta. Bodovi se računaju samo onoj strani koja servira. Njenom greškom servis prelazi protivničkoj strani. Ko prvi sakupi 21 bod, dobija kolo, a pobeđuje onaj koji prvi osvoji dva kola. *Četvorozidni handbal*, igra se u prostoriji čije standardne dimenzije iznose 14 m x 7 m x 7 m (može i veličina 12 m x 6 m x 6 m). Dve poprečne

linije, jedna na sredini igrališta, druga 1,5 m ispred nje – omeđuju prostor za serviranje. S obe strane tog prostora označeno je područje gde se (u igri parova) mora, za vreme izvođenja servisa, nalaziti partner igrača koji servira. *Pri izvođenju servisa igrač najpre baci loptu o pod, a zatim je, kad ona odskoči, udari jednom rukom tako da se odbije od prednjeg zida do iza centralne linije, ne dotakavši prethodno ni tavanicu, ni zadnji zid, ni zidove sa strane uzastopce. U protivnom slučaju servis je „kratak", a protivniku je ostalo na volju da vrati ili ne vrati takvu loptu. Nakon dva kratka uzastopna udarca igrač gubi servis. Ispravno servirana lopta može se vratiti pre nego što dotakne pod (volej), ili nakon prvog odskoka. Ispravno vraćena lopta mora udariti prednji zid pre nego što dotakne pod, ali prethodno sme udariti o tavanicu, o zadnji zid do visine od 3 m, pa i o oba zida sa strane i to uzastopce. Jednozidni handbal igra se na standardnom igralištu dužine 11,5 m, a širine 7 m. Visina zida je 5,5 m. Linija preko koje se mora prebaciti servirana lopta nalazi se na 5,5 m od zida; tri metra iza te linije označena je zadnja granica prostora za servisiranje. Ako servirana linija dotakne pod ispred prve linije, servis je „kratak", a ako dotakne pod iza zadnje linije (ali unutar obe produžene poprečne linije), servis je „dugačak". Nakon dva uzastopna kratka ili dugačka servisa, igrač gubi servis, a takođe ga gubi ako servirana lopta ode van igrališta. Handbal spada u sportsku igru koja služi za sticanje sportske kondicije, za takmičenja, ali i za razonodu. Jednozidni handbal u SAD je veoma omiljen, igra se po parkovima, kupalištima i školskim dvorištima. Početkom XXI veka, handbal je i u Srbiji u uzlaznoj putanji, kao sport.*

HANDIKAPER, u konjičkom sportu označava funkcionera koji u galopskim trkama konjima određuje teret, a u kasačkim distancu. Handikaper je vrstan i objektivan stručnjak koji temeljno prati fizičku formu takmičarskih grla.

HANE-GOSHI, judo-tehnika koja ima isti ulaz kao za *uchi-mathu*. Momenat za napad je kad uke krene udesno, u tom trenutku tori radi direktan ulaz s okretom, s tom razlikom što svoju polusavijenu nogu stavlja ispod potkolenice ukea, uz kontakt bokom i grudima, tad tori brzo baca ukea na strunjaču.





Izvođenje judo tehnike **hane-goshi**: ulazak i slika desno – bacanje

HANT DŽEMS (Epson, 1947), britanski reprezentativac u automobilizmu, svetski šampion 1976, *bivši šampion Gran pri Holandije, Španije, Francuske, Nemačke, Kanade i SAD.*

HAPKIDO, korejska borilačka veština bez upotrebe oružja. Veštinu je osnovao koreanski sensei Jung Shul Choi, i koji je u hapkido uneo elemente judoa, tekwondoa, korejskog karatea i tradicionalne korejske veštine te-kion. Hapkido je popularan u Koreji i SAD, ali kod drugih populacija nije prihvaćen. U veštini hapkidoa se uče tehnike blokova, bacanja i padova, a tehnički elementi se dopunjuju upotrebom raznih predmeta: kišobrana, štapa itd. Oprema u hapkidou je slična karate opremi, s tom razlikom što je donji deo crne boje. Sedište: *International Hapkido Association,* Koreja.

HAZENA, poreklom iz Češke, ženski rukomet (1924. godine). Prvo SP održano 1930. Videti pod terminom *rukomet.*

HEIAN, "mirni um", naziv grupe učeničkih kata japanskog porekla. Ime nosi po slavnoj samurajskoj porodici iz perioda dominacije porodice Heian.

HEIAN-GODAN, peta učenička kata.

HEIAN-YONDAN, 4. učenička karate kata Shoto-kan stila

HEIAN-NIDAN, druga učenička kata iz Shoto-kan stila karatea.

HEIAN-SANDAN, treća učenička kata iz Shoto-kan stila karatea.

HEIAN-SHODAN, prva heian karate (učenička) kata Shoto-kan stila.

HEIKO-DACHI, karate stav sa paralelnim nogama. To je centralni uspravni otvoreni stav sa raširenim paralelnim stopalima u širini kukova i ramena. Ruke su raširene, pesnice stisnute, a težina oslonca raspoređena je na obe noge.

HEISOKU-DACHI, ili shizen-tai stav. To je stav koji je nezamenljiv pri nekim klasičnim ritualima (pozdravima). Kod ovog stava su stopala priljubljena jedno uz drugo, a ruke su prislonjene uz telo, telesna težina raspoređena na obe noge.

HENI SONJA (1912-1969), norveška klizačica reprezentativka, šampionka OI godine 1928, 1932, 1936. Na PS osvojila





prva mesta (period 1927-1936). Na PE osvajala je prva mesta u periodu 1931-1936. Ukupno je osvojila 19 zlatnih medalja. Bila je prvi osnivač u svetu *revije na ledu*, koju je vodila od 1937-1956. Posvetila se glumi. Umrla u Oslu 1969.

HENKO-WAZA, uvežbavanje pređene tehnike (napada ili odbrane) u zavisnosti od dela borbe u karateu (na početku, na sredini ili pri njenom kraju).

HERMOGENOS, čuveni grčki atleta iz Ksanta, osvajač 8 medalja na antičkim Olimpijskim igrama između 81. i 89. godine. Pobednik na 115. Olimpijadi u trčanju stadija (192,27 m) i diaulosa (384,54 m) kao i u trci sa oružjem. Na 216. Olimpijadi u diaulosu i u trci pod oružjem i na 217. Olimpijadi u trčanju stadija i diaulosu kao i u trci pod određenim i propisanim oružjem.

HET TRIK (engl. hat trick), tri uzastopna uspeha postignuta od jednog takmičara ili ekipe u sportskom takmičenju. *U nogometu, hokeju – uspeh igrača koji je postigao tri pogotka uzastopce, u toku jednog poluvremena. Džokej, koji je s jednim konjem postigao tri uzastopne pobede na hipodromu, u jednoj godini. U automobilizmu, na tradicionalnim godišnjim trkama – tri uzastopne pobede vozača u istoj državi tokom jedne kalendarske godine* itd.

HIMALAJI, najviši planinski sistem na Zemlji, dužine 2400 km, širine 250 km, između severnoindijsko-nepalske udoline i Tibetanske visije, sa oko 14 vrhova, među njima su najpoznatiji u alpinizmu: *Maunt Everest ili Čomolungma (8848 m), Čogori (8611 m), Kangčendzenga (8598 m), Lotsje (8511 m), Makalu (8481 m), Daulagiri (8167 m), Nanga Parbat (8125 m), Anapurna (8091 m), Gašerbrum (8.038 m).*

HIPOKRAT (ostrvo Kos 460 g. p.n.e. a umro u Larisi 377. g.p.n.e.), poznatiji starogrčki lekar. Iako je u njegovo vreme preovladavalo praznoverje, on je davao prednost naučnim istraživanjima. Hipokrat je napisao mnogo medicinskih dela, a danas je ostalo sačuvano oko 100, koji se svrstavaju u *Corpus hippocraticum*, u kojima su izneta istraživanja o telesnom odgoju i jačanju zdravlja. Kao jedan od prvih, Hipokrat je proučavao vrednost stalne gimnastike za zaštitu zdravlja, ali je savetovao Grcima da se gimnastikom bave samo u vremenu kada nema velike vrućine, takođe se zalagao za menjanje intenzivnosti telesnog vežbanja. Napisao je da jutarnju šetnju treba započeti u sporijem tempu, a kasnije je ubrzavati. Za vitkost tela, Hipokrat je preporučio trčanje, i kroz pisane tragove je kritikovao neumerenost u jelu i piću, a protiv lošeg varenja

savetovao je vijugavo trčanje stepenicama i zalagao se za znojenje izazvano gibanjem. Takođe je preporučivao i pravilne vežbe disanja i masažu pomoću peska. Čvrsto je bio uveren da svaku gimnastičku aktivnost treba završiti kupanjem u vodi različite temperature i masažom. Smatrao je da lekovi i nisu pravi lek, već je to priroda: „lekar se stara, a priroda leči". Hipokrat je mnogo polagao na moralno-etičku stranu lekarskog poziva, pa je u tom pogledu ostavio čovečanstvu i čuvenu svoju zakletvu, a takođe su mu vrlo čuveni i filozofsko-medicinski aforizmi, kao npr. „Život je kratak, a umetnost lečenja duga; povoljna prilika za lečenje bolesti brzo izmiče; isprobavanje je opasno, a ocenjivanje i rasuđivanje teško." Čuvena *Hipokratova zakletva* pronađena je u jednom od spisa koji se pripisuju Hipokratu, dakle, još od toga vremena bila je etičko načelo lekarskog poziva. *Njome se lekar obavezuje da će poštovati svoje učitelje medicine, prenositi svoje znanje na one koji uče medicinu (i koji su položili zakletvu), da će uvek raditi onako kako je korisno po zdravlje bolesnika, da neće vršiti pobačaje ni iskoristiti svoj položaj za lično zadovoljstvo, i da neće otkrivati tajne koje bude saznao tokom vršenja svoga poziva.*

HIROKAZU KANAZAWA (rođ.1931, umro 2019). Prvak sveta u katama, lider Shoto-kan karate škole i glavni instruktor S.K.I.F, majstor karatea 10. DAN-a.



H. Kanazawa naslednik je poznatog senseija Shigera Egamija (1912-1981) i Masatoshija Nakayame (1913-1987). Kanazawa je autor mnoštva knjiga iz karatea, među prvima je izdao i seriju kata na video kaseti *(VHS sistema)* krajem 20. veka.

HIRONISHI, veliki japanski majstor karatea, predstavnik Shuri-te škole sa Okinave. Bio je učenik reformatora modernog karatea Gichina Funakoshija.

HIROSHI KINJO, poznatiji karate majstor, predstavnik Shuri-te škole.

HIRSCHFELD EMIL (1903-1968), nemački reprezentativac u atletici, koji je 1928. godine prvi u svetu bacio kuglu preko 16 m (16.04 m), pa je taj rezultat bio svetski rekord toga doba. A na Olimpijadi (Amsterdam, 1928), atletičar Hirschfeld je osvojio bronzanu medalju.

HIT-TRKA, takmičenje iz konjičkog sporta, kasačka trka na stazi od 1600 m. Konji treba da trče najmanje dva, a najviše četiri hita u toku istog dana. Šampion je konj koji pobedi dva puta u prva dva ili prva tri hita, ali ako u tri hita budu različiti pobednici, može se trčati i četvrti hit. Međutim, pobednički konj može se odrediti i sabiranjem poena.

HITAC, terminološki izraz iz atletike, ili naziv za bacanje sprave (kugla, disk, koplje) u bacačkim disciplinama, ali gde svaki bacač ima pravo na 6 bacanja ako učestvuje na više od 8 takmičenja, svaki bacač ima pravo na tri pokušaja, a najboljih osam bacača ima pravo da se takmiči u finalnom delu.

HITSUI-GERI, karate udarac koji se izvodi kolenom (hizom). Pogledati slike.











HIZA (jap. koleno), kao udarna površina u borilačkim sportovima (karateu, tekvondou, kik-boksu, ful-kontaktu, jujutsu itd). Kolenom (hizom) se izvode udarci u delove tela protivnika (genitalije, rebra ili lice), ako je napadač u pognutom položaju. Pojedine karate kate u



Karate udarac kolenom hiza-hitsui-geri

svom embusenu (šemi pravca kate), takođe imaju udarac kolenom (npr. heian-jondan, 4. učenička kata). Za izvođenje udarca kolenom (hiza) mišićne partije su koncentrisane oko kukova. Treba strogo voditi računa da se drže pravilno prsti noge (moraju biti okrenuti ka dole) da ne bi došlo do težeg povređivanja (videti slike u terminima hitsui-geri i hiza).

HIZA-GASHIRA, čašica koja se nalazi u sklopu kolena (udarna površina).

HIZA-GERI, udarac kolenom u verziji: hiza-mae-geri (direktni prema napred), hiza mawashi geri (kružni karate udarac prema napred, u telo protivnika).

HIZA-GERI-MAWASHI, karate udarac koji se izvodi nogom prema napred, kružno, čekićem (čašicom) kolena.

HIZA-GURUMA, nožna tehnika iz judoa, izvodi se tako što se protivnik izvuče iz ravnoteže, tako da mu oslonac tela bude na nozi na koju se deluje hiza-gurumom. Tabanom noge se pritisne koleno protivnika i on se izbacuje iz ravnoteže rotiranjem tela snažno. U nožnim bacačkim judo-tehnikama postoji desna i leva hiza-guruma (vidi slike).





HIZA-KUTSU-DACHI, označava karate stav gde je jedna noga ispružena pod uglom od 45^0 u odnosu na podlogu, dok je druga noseća noga, blago povijena u kolenu.

HIZAMAZUGO, pozdrav iz borilačke veštine kendo, koji se uvek izvodi u klečećem položaju (prikaz na slici).



HIZATSUI, karate udarac kolenom leve ili desne noge zvani "čekić".

HIZA-TSUKI-SEIZA, klečanje na kolenima. Izvodi se kao ritualni deo borilačkih sportova u karateu, judou, kendou itd. Koristi se i prilikom "seize" ili meditacije u borilačkom klubu.

HODOKU, odbijanje oštrice sablje.

HOHO, udarac unutrašnjom stranom šake "udarac kuke", gde su udarne površine palac ili pak kažiprst ruke (levedesne), koristi se u borbenom karateu.

HOJA DE LA OSKAR (1973), američki reprezentativac, šestostruki svetski šampion u boksu u pet različitih kategorija (od 43 borbe osvojio je 38 pobeda), osvajač je zlatne medalje na Olimpijadi u Barseloni, 1992. Njegovo povlačenje sa ringa se desilo krajem 2008. godine.

HO-JITSU, veština iz korišćenja vatrenog oružja. Pucanje iz pušaka koje su drevne i prevaziđene. Puške su se punile samo sa prednje strane kroz cev, a veština je popularna u Japanu i u ovo vreme XXI veka.

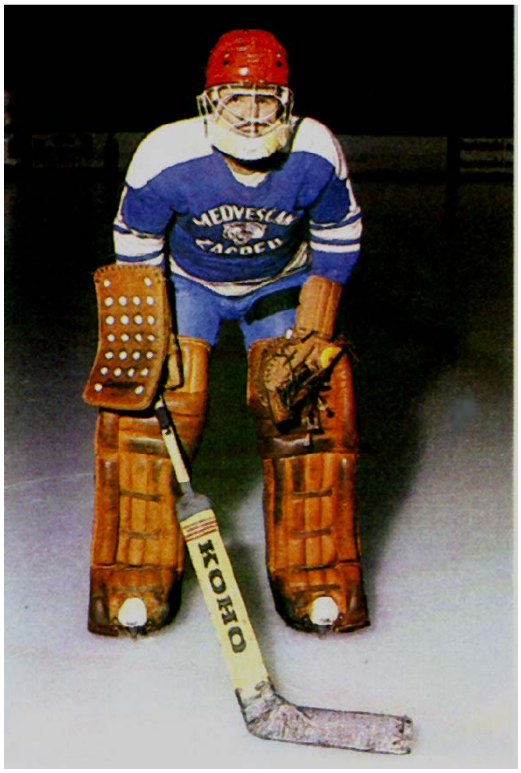
HOJO-JUTSU, stara veština i tehnika vezivanja protivnika. Skoro nepoznata japanska borilačka veština. Stari učitelji samuraja su bili izuzetno pedantni, pa su napisali i pravila, kako u slučaju zarobljavanja protivnika, treba izvršiti njegovo vezivanje da on ne pobegne. U Japanu postoje klubovi gde se trenira veština hojo-jutsu, iz savladavanja tehnike brzog vezivanja čoveka. Akcenat na tu tajanstvenu veštinu, danas su u Japanu stavili policajci, kojima je ovo znanje i te kako važno, radi što efikasnije imobilizacije svakog delikventa.

HOKEJ NA LEDU (engl. hockey on ice), ekipna sportska igra palicom i pločicom, u kojoj igrači na klizaljkama nastoje ubaciti pločicu (pak) u protivnički gol. Rezultati istraživačkog rada sugerišu da ta igra vodi poreklo iz Kanade, a Kanađani su je nasledili od mnogo starijih starosedelaca Indijanaca. Međutim, slične igre su već postojale u Evropi (u državi Holandiji *colver*, u Irskoj *hurling*, u Škotskoj *shiny*), o čemu postoje tragovi kroz pisane dokumente, crteže i bakroreze, u periodu XVI-XVIII veka. O donošenju te igre u Kanadu, tvrdi se da su je doneli kanadski studenti u Montreal, (Robertson i Smit), sa svojih studija u Engleskoj. Takođe, oni su postavili i prva pravila te igre, te se smatra da su je i modernizovali iz kombinacije lakroša, nogometa i ragbija. Takođe su oni i organizovali prve utakmice hokeja na ledu 1880/81. godine, koje su se odigrale između ekipe Mekgil univerziteta i Atletskog udruženja u Montrealu. Pošto je oštra klima u Kanadi, počeli su se za hokej na ledu graditi zatvoreni i pokriveni stadioni sa klizalištima, a takođe i u SAD. Godine 1883. održan je u gradu Montrealu prvi turnir u hokeju na ledu, a 1895. utakmice se igraju i u SAD. Hokej na ledu, kao sportska ekipna igra prelazi u Evropu: Englesku, Francusku, Švedsku, Švajcarsku itd, u periodu od 1895-1907. Početkom 1908. godine osnovana je i Međunarodna liga za hokej na ledu (LIGH), a iste godine je organizovan i prvi internacionalni turnir u toj sportskoj igri. Prvenstvo Evrope je po prvi put organizovano u Avansu u Švajcarskoj, 1910. godine. Tada su i evropska pravila usaglašena sa kanadskim, pa je osnovan i zajednički Savez (za kanadski hokej na travi, hokej na ledu i bandy). U 1924. godini hokej na ledu, kao sportska igra uvršten je u redovan program Olimpijskih igara, posle čega se hokej na ledu počeo širiti i u druge evropske zemlje: Italiju, Čehoslovačku, Švedsku, Nemačku i Mađarsku. Na području jugoslovenskog prostora u



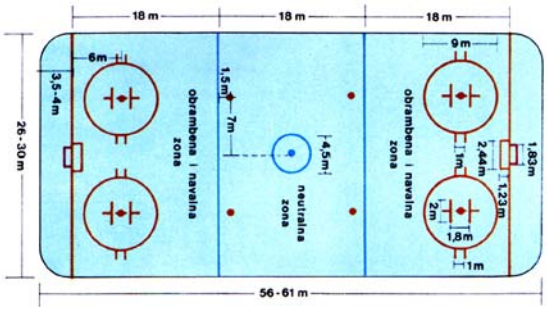
Hokejaš u opremi (s kraja XIX veka). Na slici gore, desno: hokej s kraja XVIII veka, donja slika: hala za hokej u Grenoblu, Francuska.

Srbiji, hokej na ledu kao igra stigao je prvo u varošicu Bečej u Bačkoj, 1934. godine, a 1938. osnovan je i Beogradski hokejaški klub, zatim se osnivaju i hokejaški klubovi u Novom Sadu i Subotici. Igrači reprezentacije Kraljevine Jugoslavije, pojavili su se po prvi put na Prvenstvu sveta u hokeju na ledu, 1938. godine, koje se održavalo u Cirihu. Od 1963. godine reprezentacija SFRJ je nastupala redovno na svetskim prvenstvima, a od 1964. godine prvi put je učestvova na OI u gradu Insbruku. Iz starijih arhiva u vezi sa opisom hokejaške igre, kaže se da se prvobitni hokej igrao na



Golman u hokeju na ledu, u kompletnoj opremi: kaciga, maska za lice, štitnici za lakat, štitnici za grudi, spoljni deo rukavice, unutrašnji deo rukavice, štitnici za noge, u zaštitnoj odeći – otpornoj na udarce i padove.

smrznutim barama, jezerima i rekama, da bi ti improvizovani tereni bili zamenjeni halama sa veštačkim ledom. Dimenzije zaleđenog stadiona za hokej su u pravougaonom obliku 56-61 m x 26-30 m, koji je zaobljen na uglovima igrališta. Ograda oko stadiona je od mantinele visine 1-1,22 m. U novije vreme se ugrađuju ograde od jednobojnog glatkog pleksi-stakla. Površina klizališta za hokej, podeljena je plavim linijama koje su širine 30 cm, na tri jednake zone. Paralelno s užom stranom klizališta, 3,5-4,5 m od oba kraja, crvene linije široke 5 cm označavaju golmansku liniju. Deo klizališta u kojem se ekipa brani, zove se odbrambena zona, a deo klizališta u kome ekipa napada, zove se zona navale. U sredini igrališta, paralelno sa golmanskim linijama, crvena linija, široka 30 cm, deli klizalište na dva jednaka dela. Pet krugova poluprečnika 4,5 m sa jednim plavim u centru i po dva crvena ispred svakog gola, sa dve male crvene kružnice poluprečnika 30 cm, sve to u neutralnoj zoni označava mesta za ubacivanje pločice u igru (buli). Na sredini uzdužne linije, ispred zapisničkog stola, polukrugom je obeležen sudijski prostor (poluprečnika 4,5 m). Na sredini golmanske linije, sa svake strane klizališta, postavljaju se golovi od metalnih cevi debljine 5 cm i širine 1,83 m sa visinom 1,22 m, mereno s unurašnje strane, sa mrežama od konopa. Ispred golova je obeležen crveno obojenim polukrugom (poluprečnika 1,8 cm) ozna-



Igralište za hokej na ledu (sa dimenzijama)

čen golmanski prostor. Na uzdužnoj strani klizališta iza ograde su, s jedne strane, mesto za rukovodstvo takmičenja i klupe za kažnjene igrače. Na suprotnoj strani su klupe za rezervne igrače. U sastav ekipe može se prijaviti po 17 igrača, ali u igri istovremeno može

da učestvuje samo 6 igrača: golman, desni i levi odbrambeni igrač, srednji napadač (centar), desno i levo krilo. Po ostalih 11 igrača su rezervni igrači, koji u toku igre, u svako doba mogu zameniti svoje suigrače. Svi igrači moraju da nose brojeve na leđima i na rukavima nadlaktice. Kapiten hokejaške ekipe ima oznaku „C“, a dva njegova zamenika su sa oznakom „A“, i za vreme trajanja utakmice jedan od njih mora obavezno biti na ledu. U propisanu opremu igrača ulaze: klizaljke s cipelama, štitnici za ramena, za noge, za Ahilovu tetivu, za laktove, za stomak, za lice, rukavice, suspenzor, kaciga, štitnici za ruke, dres, čarape, palica i pločica, a u poslednje vreme postoje i štitnici za naočare. Klizaljke za hokej na ledu su posebne pričvršćene za cipele i odobrene od LIHG.

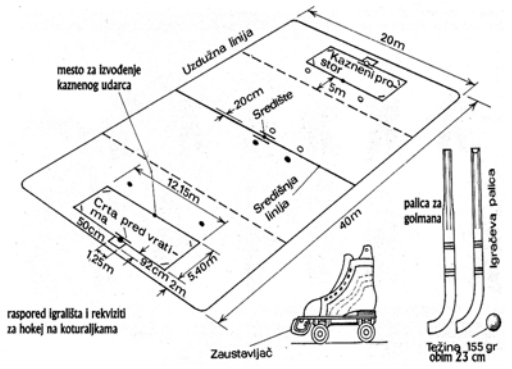


Takmičenje u hokeju na ledu

Hokejaška palica je od drveta ili od neke plastike, a palica mora da odgovara konstituciji igrača. Palica je dužine oko 135 cm, dužina lopatice je 35 cm, širina lopatice je do 7,5 cm, dok je samo veća širina palice dozvoljena golmanu i ona iznosi 9-11,5 cm. U poslednje vreme postoje palice sa velikim brojem uglova. Pločica (engl. puck, pak) je od vulkanizirane gume, okrugla i pljosnata sa prečnikom 7,62 cm i visine 2,54 cm, težine 156-170 gr. Dozvoljena oprema u hokeju na ledu strogo je određena međunarodnim pravilnikom i ne sme se koristiti nikakva oprema koja bi bila izrađena od metala. Igra hokeja na ledu počinje onog trenutka kada sudija ubaci pločicu u srednji (plavi) krug igrališta između dva igrača protivničkih timova. Lopatice tih igrača moraju biti međusobno udaljene 30 cm, a palice se ne smeju pomeriti sve dok pločica ne padne na led. Zbog napora same igre, dopušteno je da se igrači svakog časa međusobno mogu zamenjivati u toku igre. Utakmica se deli na tri dela po 20 minuta (prekidi se ne računaju), s odmorima od po 10 minuta. Ekipe menjaju strane posle svake trećine igre i u polovini treće trećine, a isto tako i u svakoj polovini produženja igre. Igrači obe ekipe nastoje da postignu pogodak ubacivanjem pločice u gol protivnika. Može se igrati iza oba gola, jer ima prostora. Dopušta se gađati sa svake daljine, ali samo s palicom, i uterivanje pločice cipelom, klizaljkom ili rukom nije dopušteno. Na vlastitoj polovini igrališta dopuštena je izvesna grublja igra prema protivniku tzv. guranje kukovima (bodiček), ili ramenom, ali sa najviše 2 koraka zaleta. Golman ima pravo da svoj gol brani od pločice svim mogućim načinima, pa i rukama, ali uhvaćenu pločicu mora u roku od najviše 3 sekunde ispustiti na led, ali ne ispred sebe, već samo u ugao klizališta. Hokej na ledu je veoma naporna igra, u kojoj mora doći do izražaja izdržljivost igrača, pokretljivost sa refleksima, veština brzog klizanja, okretnost i smisao za brze i mudre akcije, pa i za veštinu koordinisanog dodavanja pločice svojim suigračima. Pločica se palicom može udarati, gurati, driblati, dizanjem pločice s leda itd. Takođe, igrači pločicu mogu pomerati i klizaljkom. Pronalaženje najslabije tačke na protivničkom golu nazivaju se „bendi udarci“. Udarci mogu biti čak slični kao i u tenisu: forhend, bekhend, prebacivanje (lobovanje), kao i kratki udarci.

HOKEJ NA KOTURALJKAMA (engl. roller hockey), takođe ekipna igra sa velikom sličnošću kao hokej na ledu ili hokej na travi. Takođe su slična pravila, kao i oprema u prethodnim vrstama hokeja, s tim što se ova sportska disciplina igra na betoniranom igralištu na koturaljkama, gde svaka strana ima po pet igrača (igračica). Igra je prvi put organizovana 1904. godine u Velikoj Bri-





raspored igrališta i rekviziti za hokej na koturaljkama

taniji, iza koje je stao Amaterski savez za koturaljkanje, a 1924. godine je osnovan u gradu Montrou Međunarodni savez za koturaljkanje (FIRS Federation Internationale de Roller Skating), i od osnivanja saveza do 1939. godine, Velika Britanija je osvajala prva mesta. Zatim ta sportska igra počinje da se igra u Švajcarskoj, Španiji, Portugaliji, Holandiji, Nemačkoj i Italiji, a na području jugoslovenskih zemalja od 1953. Ipak, u odnosu na druge zemlje, na prostorima Jugoslavije i Srbije, ovaj sport se nije dovoljno afirmisao, uglavnom iz razloga nedostatka igrališta. Hokej na koturaljkama se odvija na igralištu koje je betonska ploča dimenzija 40 m x 20 m. Na užim stranama igrališta su drvena vrata širine 125 cm i visine 92 cm. Od rekvizita potrebni su: koturaljke, lopta i palice. Lopta je izgrađena od plute i prekrivena je tvrdom crnom gumom, sa obimom 23 cm i težinom do 156 g. Palice su veoma slične kao i u tenisu na ledu i travi, s tim što su s obe strane savijenog dela pljosnate, tako da se lopta može udarati jednom ili drugom stranom. Golmani imaju specijalnu opremu koja ih štiti od udarca lopte ili palica, a igrači nose samo štitnike za potkolenice, kolena i imaju lako postavljene rukavice. Trajanje ove igre je 2x20 minuta efektivnog igranja sa odmorom od 5 minuta. Utakmicu vodi glavni sudija, a pomažu mu i golne sudije, merilac vremena i zapisničar.

HOKEJ NA TRAVI (engl. field hockey), kao igra palicom i loptom, spada u jednu od najstarijih sportskih igara, o čemu svedoče i crteži iz drevne egipatske grobnice u dolini Nila, koji datiraju iz 2000. godine p.n.e. Prva pisana dokumenta o toj igri potiču iz Persije 550 godina p.n.e. Stari tragovi o toj zanim-


Hokej na travi (stari Egipat)

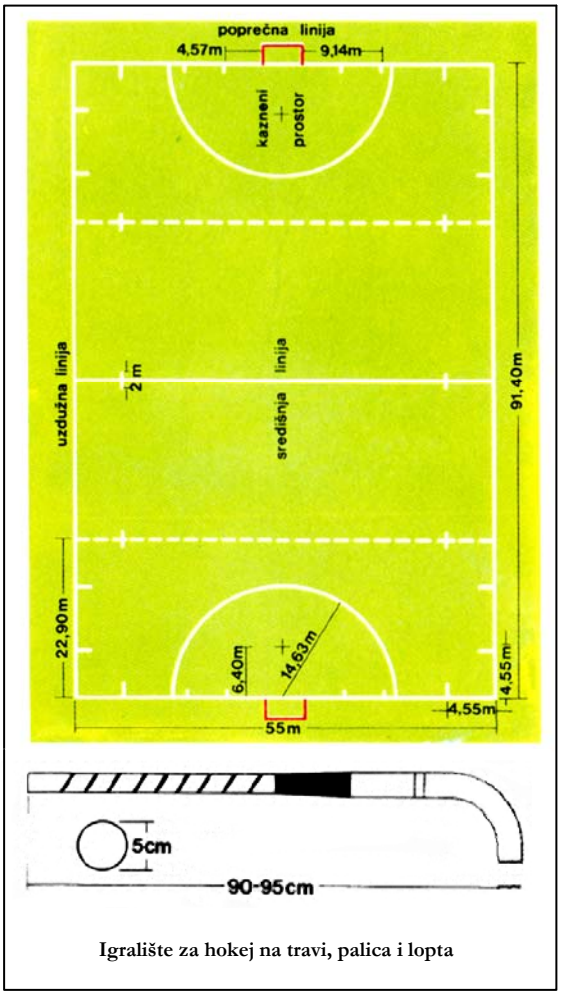
ljivoj igri pronađeni su i u Indiji. Upravo su iz stare Persije konture te igre doprle i u Grčku, o čemu svedoče stari atinski crteži iz V veka p.n.e. Igra štapovima i loptom se može naći u istorijskoj građi mnogih naroda, ali je ona u Indiji doživela najveći procvat, pa su i danas Indijci jedna od najjačih nacija u hokeju na travi. Početak modernog hokeja na travi treba potražiti u engleskim

školama, a prva pravila štampana su u Herou 1852. godine. Ova igra se među mnogim narodima zove i fudbal sa štapom. Sastav timova je sa po 11 igrača, na terenu veličine 54,9x91,4 m. Golovi su 1,13 m visine i 3,7 m širine. Uz pomoć dugačkih palica sa povijenim drvenim glavama takmičari pokreću loptu napred, dodavajući je saigračima ili sa njom uspešno driblajući, trčeći pokušavaju da postignu gol. Palica je izrađena od dudovog drveta i ona vodi poreklo iz Indije. Ima blago povijenu glavu. Ovakva palica za hokej na travi koristi se istovetna širom sveta. Njena drška je izrađena od drveta sa plutanom ili gumenom presvlakom. Lopta je bele boje sa obimom od najmanje 22,4 cm do 23,5 cm. Standardna oprema za igranje hokeja na travi sastoji se od majica sa kratkim rukavima, čarapa do visine kolena i štitnika za cevanice koje se nose ispod čarapa. Donji deo kod standardne obuće ima višestruko gumirane klinove u obliku glava. Golmani nose specijalne, na palčevima tvrde tzv. „šlicere". Koriste ih za udaranje nogom i ti udarci se nazivaju šlicer-udarci. Takođe nose i štitnike na nogama i rukavice i obavezno plastične kacige za lice, kao i štitnike za



Na slikama: hokej na travi za igrače i igračice (XX i XXI vek)

grudi. Igra se sastoji od dva poluvremena od po 35 minuta. Nema tajm-auta izuzev ako sudije dozvoljavaju rezervnim igračima neograničen ulazak u igru, a meč započinje tim koji nije birao stranu igrališta dodavanjem lopte unatrag sa sredine igrališta, i igra se bod sistem. Ovakav hokej može da se igra i na terenu za fudbal sa 11 igrača, pa se takav hokej naziva „veliki hokej na travi".



Igralište za hokej na travi, palica i lopta

HOKEJ U DVORANI, DVORANSKI HOKEJ (nem. Halle hockey), igra iz oblasti sportskih grana, koja je nekada služila kao dopunski sport hokeju na travi i igra se u toku zimske sezone. Posebno se razvio u zemljama zapadne i severne Evrope, gde je veoma popu-





laran. Kod ove sportske discipline, mada je skoro istovetna ostalim vrstama hokeja, igra se na smanjenom prostoru, ali bez ofsajda, ukotrljavanja i bulija, i sa

smanjenim brojem igrača, koji se tokom cele utakmice mogu smenjivati. Ova vrsta hokeja privlači veliki broj gledalaca. Na jugoslovenskom prostoru, ova zanimljiva igra se počela primenjivati između 1954-1956. godine. Pravila dvoranskog hokeja se skoro ne razlikuju od pravila igranja hokeja na travi, jedino su cipele nešto drugačije. Osnovna pravila se razlikuju u tome što se lopta (pločica) sme samo gurati i to najviše do 10 cm visine (osim pri pucanju na gol, kada visina nije ograničena). Jedan tim se sastoji od najmanje 4, a najviše 6 igrača (golman, dva odbrambena i tri napadačka igrača). Igra traje 2 x 20 minuta s 5 minuta odmora. Trajanje igre i izmene igrača kontroliše merilac vremena. Igralište je pravougaonog oblika u hali dimenzija 36-40 m x 18-20 m. Pucački je prostor označen polukružnom linijom koja je udaljena 9 m od gola, koji je dimenzije 3 m širine i 2 m visine, što je potpuno isto kao kod hokeja na travi.

HOLMEROVA STAZA, sportski objekat izgrađen na slobodnom terenu i najčešće u šumi, služi za trening u trčanju. Gornji sloj je od suvih iglica četinara ili od suvog lišća pomešanog sa zemljom. Širina Holmerove staze je 1,5-2 m, a dužina je od 500-1500 m u zatvorenom krugu.

HOLMS LARI (1949), američki bokserski profesionalac. Bio je svetski šampion u teškoj kategoriji (1978-1983), pobedio je i Mohameda Alija (1980). Titulu izgubio od boksera Leona Spinksa.

HOMOLOGIRANJE (grč.), ujednačavanje, usaglašavanje, priznavanje nekog sportskog rekorda od nadležne sportske federacije, a na osnovu pravovremenom dostavljanju formulara ili zapisnika (nacionalni, evropski rekord, SR).

HOPLITODROMOS, sportska disciplina ant. OI (*trčanje pod ratnom opremom štitom, šlemom, kopljem i štitnicima za noge).*

HORNUSEN, drevna sportska švajcarska igra, traje 45-60 minuta sa po 3 igrača sa svake strane. *Igralište je pravougaonik 300mx10m. U igri se koristi jajolika ploča (drvo, ebonit, ili kaučuk) dimenzija 60 mm i debljine 27 mm. Ploča se ubacuje u igralište pomoću štapa, a protivnički igrači je hvataju spec. drškama. Poen ostvaruje ona ekipa koja uhvati jajoliku ploču pre pada na igralište (1 poen), u protivnom, ako leteću ploču ne spreči pre pada na svoj teren, gubi 1 poen.*

HORVAT STEVAN (Svetozar Miletić, 1932 – Novi Sad, 2018), reprezentativac SFRJ i rvač grčko-rimskim stilom, magistar kineziologije. Rvanjem se počeo baviti od 1946. godine u klubovima Radnički (Sombor), subotički Spartak, i od 1952. godine bio u beogradskom Partizanu. Ukupno je nastupao 1300 puta.

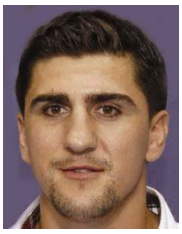


Od 1954-1965. godine bio je šampion jugoslavije u grčko-rimskom stilu, a tri puta prvi u slobodnom stilu, Svetsku titulu osvaja 2 puta u lakoj kategoriji: (1963) u Halsingborgu i (1966) u Toledu. Osvajač je srebrne medalje na OI u Sijudad Meksiku 1968. Pobednik MI (1959), dobitnik je trofeja fer-pleja (1967), dodeljeno od Međunarodnog udruženja sportskih novinara (AIPS). Posle 1968, nakon diplomiranja na Saveznoj prednjačkotrenerskoj školi, posvećuje se trenerskom pozivu u Pančevu. Diplomirao je za profesora fizičkog vaspitanja u Zagrebu 1972. godine, potom i magistrirao. Bio je predavač na Fakultetu za fizičku kulturu u Novom Sadu na smeru rvanje, od 1975, pa do penzionisanja.

HSING, kineski boks i jedan od njegovih najboljih stilova, koji je formiran u 17. veku. Karakterističan je po češćem udaranju šakom, a ređe nogom.

HSU YIN SHENG (1938), kineski reprezentativac u st. tenisu, osvajač 7 medalja na SP (4 zlatne i 3 bronzane), bio predsednik *Azijskog stonoteniskog saveza.*

HUKIĆ MUAMER (Ugao, kod Sjenice, Srbija, 1984), bokser, svetski i evropski prvak u kik boksu (2003) u WAKO, svetski šampion u boksu u kategoriji do



91 kg (kruzer) u verziji WBO, od 2009-2015. godine bio je 13 puta prvak sveta, a u 2016, 2017. godini osvajač je i svetske titule IBO u kruzer kategoriji. Bio je i šampion Evrope 2008, 2009. Boksuje za Nemačku, sa novim imenom Marko Huk.

HULME DENIS (1936), novozelandski automobilista, svetski šampion iz kategorije Formule 1 (1967), sa automobilom „brabham repco BT 20", pobednik je u 8 GP, dvostruki prvak „CAN-AM".

HUMAK, konjički sport sa preprekom od zemlje, zaobljene gornje površine.

HURLING (engl.), sportska igra, koja spada u tradicionalnu ekipnu igru Irske. Ovo je zanimljiva igra štapom i loptom, veoma slična hokeju na travi, u kojoj igrači nastoje da ubace loptu u protivnički gol. Ova sportska igra je jedna od najpopularnijih sportskih igara u Irskoj. O razvoju hurlinga svedoče mnogi irski arhivirani dokumenti (rukopisi i reljefi),






koji datiraju iz XV veka. Pravila ove igre utvrdio je Gelski atletski savez 1884. osnovan u Terlu. Do sredine XX veka u tom irskom savezu bilo je učlanjeno neverovatnih 2000 klubova. Zanimljivo je da je hurling kao igra veoma popularan i u SAD, ali uglavnom kod useljenika irskog porekla, pa se takmičenja u hurlingu svake godine održavaju u gradu Kvinsu na Long Ajlendu. *Hurling je sportska igra koja se održava na travnatom igralištu dugim 130-145 m i širokim 80-90 m, sa golom na svakom njegovom kraju. Gol je sastavljen od stativa visine do 7 m, sa razmacima od 6,5 m između stativa, sa vodoravno postavljenom prečkom na visini od 2,5 m,*



Stadion za savremeni hurling (Kroke park, Irska, 2018)

a *između stativa i prečke razapeta je mreža. Svaka ekipa sastavljena je od 15 igrača. Štap (hurley) podseća na palicu hokeja na travi, ali sa kratkom glavicom, proširenom i zaobljenom, izrađenog od mladog jasenovog drveta dužine 91,4 cm, a širine na najširem delu glavice 8,9 cm. Upravo ta glavica omogućuje igračima da mogu loptu odbacivati iznad glava igrača ili je dodavati po tlu. Lopta (slitter) je od plute obmotana vunom i prekrivena kožom dimenzija 69-72 mm sa težinom od 110-120 gr. U toku igre lopta se ne sme sa tla podizati rukom, ali se to može činiti dok je lopta u vazduhu. Dodavanje se vrši tako da ako je lopta ubačena štapom u mrežu ispod prečke, pogodak se tad računa 3 boda, a ako je lopta ubačena u deo iznad poprečne letve (između dveju stativa) tada se pogodak računa kao 1 bod. Utakmica za seniore traje 70 minuta (2x35). Ako se nokaut igra završi nerešeno, tada se ide u nastavak, a ako i tada bude nerešeno igra se 20 minuta produžetka (2x10). Tehničke greške: lopta se sa zemlje ne sme „brati" rukama, samo do 4 koraka sa loptom u ruci, stavljanje lopte iz jedne ruke u drugu, hvatanje lopte 3 puta zaredom bez dodirivanja zemlje, ručno dodavanje cilja, ne sme choping da seče prema dole na drugom igraču.* Nova pravila od 1. I 2010. godine: Obavezno nošenje kacige i zaštitnik lica.

I

IAAF (engl. International Amateur Athletic Federation), Međunarodna amaterska atletska federacija, osnovana 1912. godine u Stokholmu sa sedištem u Londonu. Ova federacija je kompetentna za pravila atletskog takmičenja i homologiranje svetskih prvenstava, rukovodi atletskim takmičenjima na OI, organizuje Svetski atletski kup, kao i sva prvenstva sveta iz sportske grane – *atletika*.

IAI, drevna japanska borilačka veština, sa upotrebom duge sablje "katana", ili "wakizashi" – kratke sablje, koja se zajedno sa „katanom" koristila u kompletu.

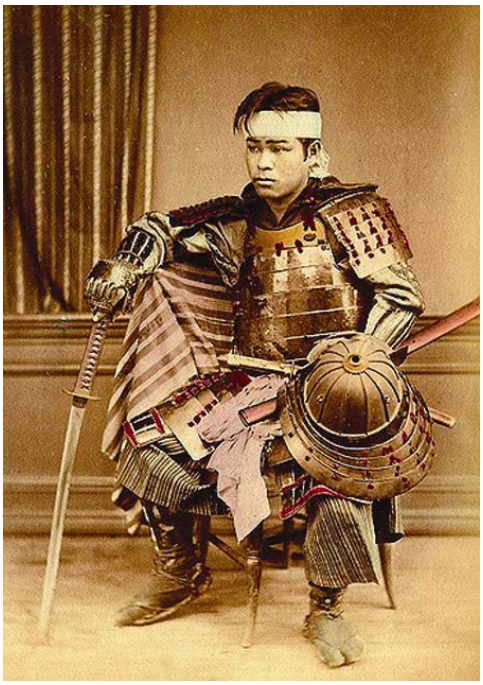






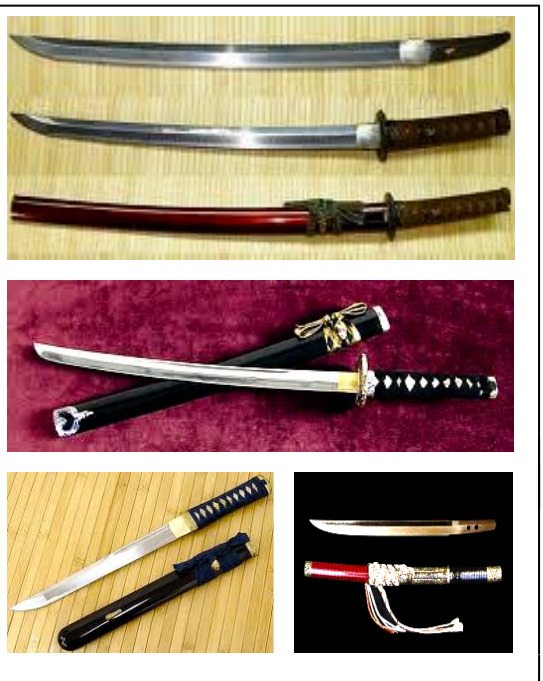
IAI-DO VEŠTINA
vrhunski sensei Iai-a
i treninzi mačevanja

Katana je predstavljala statusni i socijalni simbol svih samurajskih ratnika. Svaka sablja se posebno kovala samo za jednog čoveka i ritualno mu se ona uručivala. Kult je prenošen sa oca na sina. Iai, to jeste kompleksna veština sabljom, gde se ispoljava perfekcija u rukovanju. Tehnika se sastojala iz četiri dela: vađenje sablje iz korica i izvođenje tehnike (zajedno), a ostali delovi tehnike su brisanje oštrice sablje i vraćanje u njene korice. Veština Iai datira iz 15. veka. Najpoznatiji sensei (učitelj) sablje bio je *Hayashizaki Jinsuke Shigenobi*. On je formirao poznati sistem koji je nazvao (Eishin-ryu). Bitno je istaći da je (Zanshin) veoma važan segment ove veštine. To bi u prevodu značilo "smirenje svesti ili odsustvo razdraženosti". Do danas su u Japanu sačuvana i dva sistema vežbanja katanom (Eishin-ryu) i (Omori-ryu), koji su prerasli u folklorne ritualne manifestacije. Iai je izgubio svoju praktičnu upotrebu, jer je vreme japanskih dinastija i samurajskih ratnika odavno prohujalo. Danas je veština *Iai* zenovska i ritualna veština iracionalnog iskustva nadčulne spoznaje. U drevnim vremenima samurajskog ratovanja, oprema kod tih ratnika bila je impresivna. Japansko oružje i oklopi su zaista jedin-



stveni, a vekovima usavršavani, u rukama samuraja bili su ubojiti. Moralni kodeks zvani *bushido* dominirao je japanskim vojnim krugovima od XII veka pa sve do 1868. godine, kada je klasa samuraja ukinuta. Japansko oružje je kvalitetno izrađeno, što naročito važi za mačeve i sablje. Takvo oružje je nesumnjivo bilo od svih drugih najbolje izrađeno na svetu. Jedna ubojita japanska sablja (katana) imala je sečivo sa jezgrom od mekog gvožđa, prekriveno slojevima čelika, kao i mač zvani „vakizashi". Oba ta oružja su bila smeštana u posebne kanije zvane „saje", na kojima je

na crnom laku bio ugraviran motiv raka i bile su opasane svilenim gajtanom. Drveni balčak ubojitih japanskih mačeva i sablji bio je obložen ribljom kožom i obmotan pljosnatim gajtanom. Danas u Japanu postoje borilački sportski klu-



Samurajsko ubojito oružje: japanski mač vakizashi iz XVII veka, tanto bodež sa jednobridnim sečivom i mali nož kozuka

bovi za vežbanje tehnike rada sa drevnim samurajskim sabljama i mačevima, ali se u početku koriste drveni bokeni.

IAIGOSHI-DACHI, otvoreni centralni karate stav sa razmaknutim nogama u širini kukova. Jedna noga je iskoračena napred sa 60-70% težine u njoj, dok je druga noga oslonjena na prste sa težinom na njoj od 30-40%, a ruke su otvorenih šaka.

IAI-KA, majstor koji se bavi veštinom baratanja tradicionalnom japanskom sabljom. To je naziv za majstora sa izuzetno kvalitetnom sabljom „katana".

IAKF (Internacionalna amaterska karate federacija), koja je osnovana u Njujorku (SAD) 27. IX 1974. godine.

IKK (International Karate Kyokushinkai), nalazi se na adresi: Masutatsu Oyama 3-9 shome Nishiikebukuri, Toshimaku, Tokyo.

INDIVIDUALNA PSIHIČKA REVOLUCIJA (YUNG), staza ili „Put", deo mentalne nadgradnje arhaičnih borilačkih veština Dalekog istoka.

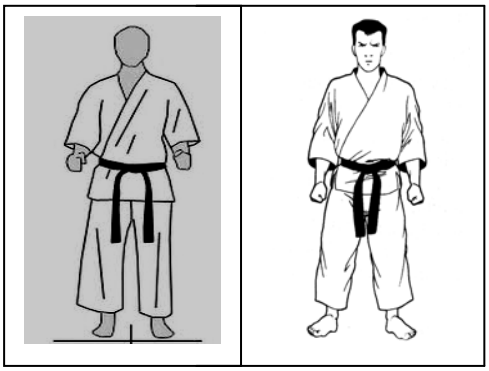
INOSATO DAN, majstor veštine borenja jit-kun-doa (1936), učenik i sledbenik slavnog majstora kung-fua i filmske zvezde iz honkonških borilačkih filmova Brusa Lija. Nakon misteriozne smrti B. Lija, Danijel (Dan) Inosato danas vodi njegov popularni klub jit-kun-





doa u Njujorku (SAD), u kome trenira bogatija elita i poznate filmske zvezde.

IOI-DACHI, pripremni stav u karateu, kao prethodna faza za vežbanje (slike).



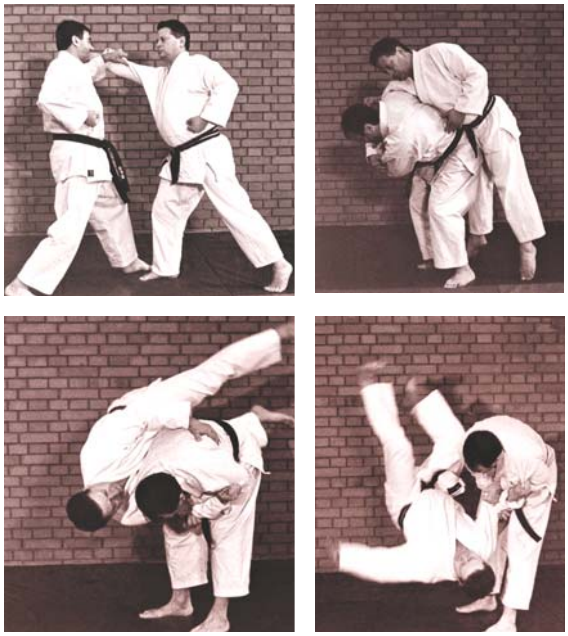
IPPON, u borilačkom sportu (karate, judo, tekvondo itd.), ceo poen koji sudija dodeljuje takmičaru za akciju koja se boduje za ippon. Po novim sudijskim pravilima, ippon vredi kao dva wazaarija, 2 x po pola poena, ali je ippon jači.

IPPON-GASHI, pobeda zbog diskvalifikacije jednog od karate takmičara.

IPPON-KEN, termin "feniksov cvet" ili "feniksovo oko", udarac koji se izvodi zglobom kažiprsta. To je pesnica sa jednim savijenim prstom. On spada u grupu karate udaraca koji se boduju.

IPPON-KUMITE, borba za osvajanje jednog poena u borilačkom sportu.

IPPON-NUKITE, udarac (ubod) kažiprstom, karate udarac vrhom prsta.
IPPON-SEOI-NAGE, nadlaktičko ručno bacanje u judo sportu. Primenjuje se kada je uke u neravnoteži napred. Tori (napadač) povlači rukav kimona ukea i



to sa spoljne strane, i izbacivši ga iz ravnoteže, podižući nadlakticu desne ruke, podvlačeći je pod pazuh ukeove desne ruke, okreće se ka njemu leđima i snažnim zamahom i trzajem iz polučučnja izvodi bacanje (prikaz na slici).
IRIMI, ulazak, skraćenje distance u veštini borenja (karate, judo, aikido itd).
ISAO OBATA, veliki majstor karatea, rođeni je Japanac (1904-1976), učenik i sledbenik senseija Gichina Funakoshija.
ISHIMONI-GAMAE, visok gard koji zauzima majstor nun-chaku.
ISHIN-RYU, poznatija drevna karate škola, koja neguje svoju dugu tradiciju na arhipelagu Okinava (Japan).
ISHRANA, unošenje hranljivih materija u organizam radi stvaranja potrebne energije, neophodnog rada i razvoja, obnavljanja unutrašnjih tkiva, kao i obavljanja osnovnih životnih funkcija i zaštite od infekcija. U ishrani svih ljudi, a naročito sportista, glavni sastojci ishrane su belančevine, ugljeni hidrati, masti, voda, mineralne soli (fosforne, natrijumove, kalcijumove, kalijumove i soli gvožđa), vitamini, enzimi, pa i mikroelementi i nesvarljiva šljaka. Hranljiva vrednost hrane zavisi od kalorične tj. energetske vrednosti pojedinih sastojaka: pa 1 gr belančevine daje 4,1 kcal toplotne energije; 1 gr ugljenih hidrata daje 4,1 kcal; 1 gr masti 9,3 kcal. Ishrana zavisi i



od sadržaja vitamina u hrani i od vrste belančevina i masti (životinjske i biljne). Jednostrana ishrana je veoma štetna za čovečji organizam, a za sportiste proizvodi potpuno negativna dejstva.
ISINBAJEVA JELENA (Volgograd, 1982), ruska reprezentativka u atletici, najbolja skakačica u skoku motkom u istoriji atletike, oborivši 24. put svetski rekord, šampionka OI (Atina, 2004). Na



mitingu Zlatne lige (Monako, 2008), J. Isinbajeva je preskočila 5,04 m. Šampionka OI (Peking, 2008), rezultat 5,05 m. *Trener joj je Sergej Bubka (olimpijski šampion i 6 puta prvak sveta u skoku motkom).*
ISTAMSKE IGRE, velike svečanosti i takmičenja u antičkoj Grčkoj u čast boga Posejdona, a organizovale su se na Istamskom (Korintskom) poluostrvu svake druge godine, sredinom leta. Posle Olimpijskih, to su bile najvažnije antič-

ke igre. Isprva su imale lokalni značaj, a od 589. godine p. n. e. postale su tada i opštehelenske. Obuhvatale su takmičenja u atletici i konjskim zapregama, a kasnije i u muzici i u poeziji. Pobednici su nagrađivani vencem od celera ili borovih grančica. Arheološka iskopavanja koja su vršena krajem XIX veka, otkrila su u blizini Korinta ostatke Posejdonovog hrama, teatar, hipodrom i stadion. Na tom stadionu je Aleksandar Ve-



Antički ostaci i stadion u Isthmiji, Korint, Grčka (iz 336. godine pre nove ere)

liki Makedonski (336. g. p.n.e.), aklamacijom izabran za vojskovođu protiv Persijanaca; tu je 196. g. p.n.e. rimski konzul Tit Kvincije Flaminije, prilikom Istamskih igara, proglasio slobodu Grčke.

ISUZUKETE-HAJIME, uzvik karate sudije, koji označava nastavak sportske borbe, i daje se do znanja takmičarima da se sportska karate borba nastavi.

IŠČAŠENJE (lat. kuksacija), patološko stanje u kome se zglobni završetak jedne kosti nalazi delimično ili sasvim izvan zglobnog završetka druge kosti. Ova pojava je veoma česta u sportskim takmičenjima i na treninzima. U borilačkim sportovima je mnogo izraženija: u karateu sudari udovima ruku i nogu, u judou usled intenzivnih čišćenja i padova, u boksu itd. U takmičenjima gde dominiraju borilačke veštine, svaki četvrti takmičar biva povređen (27%), ali ipak su te povrede manje kod iskusnijih takmičara i utreniranijih sportista. Svako iščašenje zahteva lekarsku proveru.

IŠIJAS, napadi jakih bolova koji se šire duž velikog nerva noge (nervus ishiaikus), što obično prerasta u dugotrajnu i bolnu smetnju. Uzroci išijasa su prehlada, reumatska oboljenja, ispad međupršljenskog prstena (diskus), koji je veoma čest u ekstremnim sportovima itd.

ITAMIWAKE (jap.), nerešena borba u judou, zbog ozlede jednog od takmičara za koju niko nije odgovoran, s tim da neozleđeni takmičar ide dalje.

ITOSU YASUTSUNE, veliki majstor karate veštine sa Okinave (1830-1915). Bio učenik kod poznatog senseija karatea Matsumore. Specijalnost su mu bile karate kate, pa je na tom planu napisao nekoliko svojih knjiga. Trudio se da njegovi učenici postignu maksimalnu kontrolu nad emocijama, nad disanjem, a i nad mišićnim partijama na telu.

IVANOV N.VJAČESLAV (rođ.1938), reprezentativac SSSR u veslanju. Bio je osvajač zlatnih medalja na OI iz 1956, 1960. i 1964. godine (u skitu), svetski je





šampion 1962, šampion Evrope 1956, 1959, 1961, 1964. *Zasluž. sportista SSSR.*

IVANOVIĆ LJUBOMIR – GEDŽA (Kovačevac, 1925), jedan od prvih jugoslovenskih reprezentativaca u rvanju i trener grčko-rimskog stila. Sportom se počeo baviti kao fudbaler u Mladenovcu (Srbija), a od 1947. opredeljuje se za rvanje, postavši član SD „Železničar“ i JSD „Partizan“ iz Beograda. Završio je Srednju fiskulturnu školu u Zemunu i Saveznu prednjačko-trenersku školu u Beogradu. Kao jedan od najuspešnijih naših rvača, za reprezentaciju Jugoslavije on je ostvario 18 pobeda, 2 nerešena mesta i 5 poraza. Ivanović je od 1955.

pa sve do kraja 1976. bio savezni trener i kapiten rvačke reprezentacije Jugoslavije. Pod njegovim vođstvom naši rvački reprezentativci na međunarodnim takmičenjima osvojili su 84 medalje (24 zlatne, 37 srebrnih i 23 bronzane) i to na olimpijskim igrama, PS, PE, MI. Kao savezni selektor vodio je naše rvače 5 puta na olimpijske igre, 13 puta na prvenstvo sveta, 11 puta na prvenstvo Evrope i 5 puta na MI. Takođe, Ivanović je jedan od najzaslužnijih za razvoj judoa i ju-jutsu sporta u bivšoj Jugoslaviji. Prve demonstracije judoa prikazane su novosadskoj publici 1954. godine, u leto, za vreme važnog rvačkog susreta između Jugoslavije i Turske, na košarkaškom stadionu „Eščeg". Tada, nepoznate elemente judo tehnike (koja je tek zakoračila i na prostore bivše SFRJ), uspešno, sa puno entuzijazma i novih ideja, demonstrirao je tadašnji prvak sveta u judou Ljubomir Ivanović. Posle povlačenja iz aktivnog sporta i sa mesta saveznog selektora rvačke reprezentacije Jugoslavije, bio je i funkcioner većeg broja sportskih organizacija Beograda, Srbije i SFRJ. Za svoje velike zasluge u okviru sportskih delatnosti, Ljubomir Ivanović–Gedža primio je i veliki broj državnih odlikovanja, priznanja i značajnih sportskih plaketa. Umro je 1980.


Ljubomir Ivanović-Gedža

IVANOVNA BIKOVA JELISAVETA (1913-1989), sovjetska šahistkinja i 3. po redu svetska prvakinja *(u Lenjingradu, 1953. godine i u Moskvi, 1958). Titulu joj je oduzela Nona Gaprindašvili, 1962. godine.*

IVKOV BORISLAV BORA (Beograd, 1933), šahovski velemajstor, prvi zvanički prvak sveta (Birmingem, 1951), naslov šahovskog majstora osvojio je 1949, a velemajstora 1955. Dvostruki prvak SFRJ (1958. i 1963). Postigao je velike uspehe na međunarodnoj sceni: Mar del Plata 1, Buenos Ajres 1 i Zagreb 2-3; 1955. i 1956: Hastings 3; 1958: Bognor Regis 1-3 i Sarajevo 1-2; 1959: Santjago 1-2 i Lima 1-2; 1961: Bevervejk 1-2; 1963: Sarajevo 2-5, Bevervejk 3-5 i Hale 3-4; 1964: Beograd 2-3, Sarajevo 3 i Amsterdam 7: 1965: Zagreb 1-2 i Hava-na 2-4; 1966: Venecija 1; 1967: Sarajevo 1-2 i Vrnjačka Banja 1; 1968: Malaga 1-2; 1969: Beograd 1-4; 1970: Bevervejk 3; 1971: Beveverjk 2-5. Šahista Borislav Ivkov Bora učestvovao je i na turniru kandidata za prvenstvo sveta (1965. 5-8), a od 1958. godine postao je stalni član *jugoslovenvenske olimpijske reprezentacije.*


Borislav Ivkov Bora

IVOŠEV ALEKSANDRA (1974, Novi Sad), učestvovala na Olimpijadama 1992. u Barseloni, u Atlanti 1996. godine, i u Sidneju 2000. g. Osvojila je i 1. mesto na Olimpijskim igrama u Atlanti (trostav-mali kalibar 3x20) i 3. mesto na Olimpijskim igrama (Atlanta,1996), *(standard. vazdušna puška)*. Prvakinja Svetskog prvenstva (streljaštvo za juniorke).



IZBALANSIRATI, uravnotežiti, ujednačiti, uskladiti, ili učiniti ravnomernim. Terminološki značenje (izbalansirati) je potpuno u korelaciji sa mnogobrojnim vrstama sportova, a može se reći da i ne postoji sportska aktivnost u kojoj ravnoteža nema veoma važno mesto. Takođe, stručno proučavanje ravnoteže u borilačkim veštinama je i te kako važno, da bi takmičari racionalno vladali svojim telom. Ravnoteža je antropomo-

torička sposobnost održavanja stabilnog položaja tela i to u različitim aktivnostima i pokretima. Ona se ispoljava u mirovanju (statička) i u kretanju (dinamička). Ravnoteža može biti i stabilna, labilna i indifirentna. Postoje i testovi za ravnotežu kao i raznovrsne sprave za poboljšanje ravnoteže, što sve čini veliki doprinos sportu i zdravlju ljudi.

J

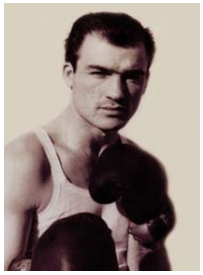
JABASUME (YABASUME), specifična japanska vrsta sporta, kombinacija streličarstva i jahanja. Takmičar jašući obilazi stazu i gađa lukom i strelom u mete koje su postavljene sa strane, ali pre toga ne sme usporiti brzinu kretanja konja niti sme gledati sa strane.

JAHO (slov. Jugoslovanska alpinistična himalajska odprava), Jugoslovenska alpinistička himalajska ekspedicija. Do 1965. godine bilo je 6 penjanja na Makalu, a vođa je bio Slovenac *Aleš Kunaver.*

JAKOVLJEV SERGEJEVIČ ALEKSANDER (1906-1989), poznati sovjetski konstruktor aviona (pored Tupoljeva i Iljušina), general-pukovnik vazduhoplovne tehnike. Prvi u svetu (1926-1927) konstruisao turistički avion AIR-1 koji je postigao i dvostruki rekord: u dužini leta i vremenu provedeno u vazduhu. *A. S. Jakovljev* je bio i konstruktor raznovrsnih brojnih i trenažnih, sportskih, putničkih, lovačkih i bombarderskih aviona i helikoptera. On je izumeo jedan od najpoznatijih borbenih aviona u II svetskom ratu (Jak-1, Jak-3, Jak-7, Jak-9), a bio je konstruktor i najpoznatijih mlaznih aviona i helikoptera. Njegovi moderni sportski avioni, sa svojim karakteristikama, spadaju među najbolje letelice na svetu.

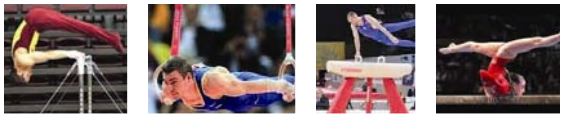


JAKOVLJEVIĆ DRAGOSLAV (Kragujevac, 1932 – Čikago, 2012), poznati bokser (polusrednje i srednje kategorije) na prostorima bivše SFRJ, nekada član BK „Radnički" iz Kragujevca. Bio je i šest puta bokserski šampion SFRJ u svojoj kategoriji (1955, 1958, 1959, 1960, 1962, 1963). Na prvenstvu Evrope 1957. godine u Pragu osvajač je srebrne medalje, a u Beogradu 1961. godine bio je treći. Osvajač je i *zlatne rukavice* na Meču šampiona (1961) u Beogradu. Od 286 mečeva u kojima se borio ostvario je 254 pobede. Za reprezentaciju SFRJ nastupao je 36 puta. Dobitnik je velikog priznanja Zaslužnog sportiste Jugoslavije.



JANIĆ MILAN (1957), uspešni reprezentativac SFRJ u kajaku i višestruki prvak države, svetski šampion 1978. u kajaku jednosedu (10.000 m), zlatna medalja (1979, 1982) na PS, svetski vicešampion (1979, 1981). Živeo je u Bačkoj Palanci, a poginuo u saobraćaju 2003.

JEDNOOSOVINSKE SPRAVE, osnovne gimnastičke sprave kod kojih zamišljena osa prelazi sredinom sprave i njenom dužinom: *vratilo (osa sprave ide šipkom vratila), karike (osa sprave ide kroz centar oba kruga i spaja ih), konj (osa sprave ide kroz sredinu tela konja), greda (osa sprave ide sredinom grede).* Prikaz na slikama.



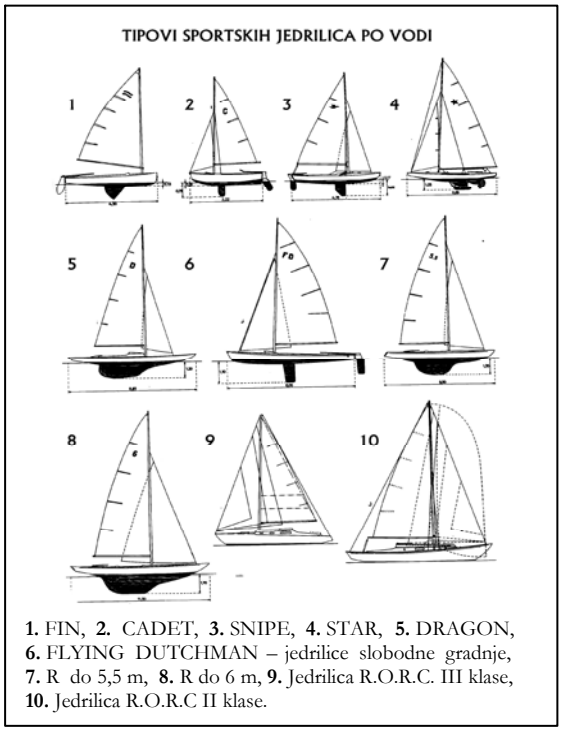
JEDRENJE (engl. sailing), sportsko jedriličarstvo pomoću snage vetra. Pored mogućnosti jedrenja na vodi, jedrenje se može obavljati i na ledu, vozilima s klizaljkama ili na tlu, vozilima s točkovima. Iz istorijskih pregleda, može se videti da se brodovima i čamcima jedrilo i od pradavnih vremena, a kao preteče

današnjih sportskih jedrilica mogu se nazvati određeni holandski manji brodovi iz XVI veka, i ti su se brodovi u svom prvom obliku nazivali jaght (od skraćenice jaght schip), brod-lovac, gusarski brod, a što su inače i bili, pre nego što su postali brodovi za takmičenja. Od Holanđana su ih preuzeli Englezi u XVII veku, a posle njih su počeli da ih upotrebljavaju i drugi pomorski



Vikinški jedrenjak (V-VI vek)

narodi. Engleski naziv yacht za sportsku jedrilicu – počeo se koristiti i za čamce i brodove za rekreaciju i razonodu, kao i za sportske namene, koji se pokreću i mehaničkim pogonima. Organizovanje jedriličarskog sporta započelo je pre nepunih tristo godina, tačnije 1720. godine u južnoj Irskoj, kada je osnovan i prvi jedriličarski klub u svetu. A početkom XIX veka počinju da se osnivaju brojni jedriličarski klubovi na obalama Engleske gde su postojale mogućnosti za razvitak tog sporta, da bi njihovim primerom, u periodu 1811-1839. bili osnivani i jedriličarski klubovi u SAD (Njujork, Boston, Detroit). Posle toga se osnivaju i mnoga jedriličarska društva i u drugim pomorskim zemljama: 1856. u Lisabonu, 1862. u Parizu, 1879. u Đenovi, i 1888. godine u Hamburgu. Međunarodni savez za takmičenje jedrilica (IYRU) osnovan je 1907. Takmičenje u jedrenju prvi put je uvedeno u Olimpijske igre 1900. godine. Na jugoslovenskim prostorima, jedriličarstvo se razvija posle 1933. godine, osnivanjem jedriličarskih klubova koji su počeli u gradovima jugoslovenskog primorja: Dubrovniku, Boki Kotorskoj itd., da bi posle oslobođenja bila osnovana Komisija Tehnika i sport, koja je prerasla u Brodarski savez Jugoslavije, a odmah potom i Jedriličarski savez Jugoslavije, koji je organizovao i prva sa-



1. FIN, **2.** CADET, **3.** SNIPE, **4.** STAR, **5.** DRAGON, **6.** FLYING DUTCHMAN – jedrilice slobodne gradnje, **7.** R do 5,5 m, **8.** R do 6 m, **9.** Jedrilica R.O.R.C. III klase, **10.** Jedrilica R.O.R.C II klase.

vezna takmičenja u jedrenju 1949. godine. Jedrenje je plovidba jedrilicama uz pomoć vetra, koje su, zavisno od namene na rekreacione i regatne. Rekreacione imaju vanbrodske motore, dok je kod regatnih jedrilica sve podređeno brzini. Postoji mnogo tipova i vrsta jedrilica – zavisno od oblika trupa i jedrilja. Internacionalni jedriličarski savez je doneo pravila koja sadrže određena ograničenja za pojedine regatne jedrilice, a u interesu obezbeđenja podjednakih uslova za takmičenje, tako da su jedrilice razvrstane po klasama: 1) finn. jednosed (otvorena klasa, muškarci i žene zajedno), 2) laser jednosed, 3) 470 dvosed (muškarci i žene zajedno), 4) star dvosed, 5) tornado dvosed (katamaran), 6) soling trosed, 6) daska mistral (muškarci i žene posebno). Prihvaćene klase su

„monotipovi“ i svako ima pravo da napravi jedrilicu prema planu koji je objavljen. Tako se osim jedrilica koje prave velike firme, na takmičenjima pojavljuju i ručno napravljene jedrilice ili jedra, ali cela jedrilica sa svim svojim detaljima mora zadovoljiti pravila klase, pa se tako iz pregleda klasa može sagledati sledeće, počev od najmanjeg ka najvećem plovilu u jedriličarstvu: *Jedrenje na dasci*, daska je duga 3,6 m, široka 66 cm, sa jedrom od 5,6 m^2. *Finac*, jedan je od najmanjih čamaca koji se takmiči na 450 m „deblenjak“ (bum) dužine 1,51 m i jedro površine 9,91 m^2. Ova plovila sa kobilicom imaju jednog takmičara. *Klasa jedrilica 470*, sa kobilicom, dužine 4,70 m, ima poprečnu gredu (nosač palube) od 8,43 m i površine jedra od 13,48 m^2. Nosi veliko trougaono jedro trkačkih jedrilica i ima posadu od dva čoveka. *Klasa „Leteći Holanđanin“*, jedrilica sa kobilicom (perajem) dužine 6,04 m i sa jedrom površine 18,76 m^2, sa posadom od dva takmičara i veliko trougaono jedro. *Tornado*, brza klasa, dužine 6 m, sa jedrom površine 21,83 m^2 i posadom od dva čoveka. *Zvezda*, jedan od najpopularnijih trkačkih čamaca, dužine 6,91 m sa balansnom kobilicom i posadom od dva čoveka. *Soling klasa,* najveća olimpijska jedriličarska klasa. To su brodovi sa balansnom kobilicom, dužine 8,16 m, sa poprečnom gredom od 1,91 m, jedrom površine 23,22 m^2 i posadom od tri čoveka. Regatni kurs obuhvata postavljanje standardnog olimpijskog trougla na 15 minuta pre početka procedure starta. Osnovni zadatak organizatora je da postavi bove 3 i 1 tačno u pravcu vetra, a start normalno na pravac vetra (što je prilično teško, jer se smer vetra menja). Pobednik je jedrilica koja pravilno pređe liniju starta, prokrstari utvrđeni broj bova zvaničnim redosledom i, naravno prva pređe liniju cilja. Olimpijski kursevi su kombinacija trouglova i etapa na privetrini (uz vetar) i u zavetrini, po dijagramu. Tok takmičenja je propisan, tako što u predstartno vreme, svi jedriličari pokušavaju, na razne načine, da utvrde koja će strana biti „bolja“, odnosno da odrede treba li jedriti levo ili desno, a zna se i da jedrilica ne uspeva jedriti protiv vetra, već se kreće 30-45^0 koso od pravca vetra Dakle, jedriličar može da jedri gde želi, ali je obavezan da posle starta obiđe bovu „1“ i to sa određene strane. Žiri daje znak za start sa pogodnog brodića i sve izvršne komande su preko signalnih zastavica, ali usmenih komunikacija nema. Svi zvučni signali služe samo da skrenu pažnju na zastavice. Procedura je da 10 minuta pre zakazanog starta prve klase (kada žiri utvrdi da su bove pravilno spuštene, u suprotnom daje signal odgode) na regatnom brodu žiri ističe zastavicu – slovo „P“. Na 5 minuta pre starta ističe se slovo „I“ i zastava klase. Jedriličari prilaze liniji starta, pokušavaju da se postave u poziciju koja će u trenutku starta biti povoljna. Potrebno je znati da u ovom periodu važe sva regatna pravila (pravo puta), tako da je sposobnost manevrisanja od ključnog značaja. Dalje, jedrilica može da se kreće gde želi. Minut pre starta pušta se oznaka sa slovom „I“, ukoliko jedrilica pređe ili dodirne liniju starta. Da bi se „iskupila“, mora zaobići bovu ili regat-






ni brod i ponovo doći na predstartnu poziciju. Ali, ukoliko veliki broj jedrilica prestupi, start se poništava i ponavlja. Signal za start se daje tako što se zastavice spuštaju i čuje se startni pištolj ili brodska sirena. U okviru sportske discipline jedrenje postoji više načina i korišćenja površine za tu vrstu sporta, kao što su: *Jedrenje na dasci*, koja ima pomične jarbole, podiznu peraju i malu stabilnu peraju. *Jedrenje na klizaljkama*, pri kojem klizač drži jedro razapeto na laganom okviru i kliže se pomoću sile vetra. *Jedrenje na ledu*, vožnja jedrilicom s klizaljkama na ledu pomoću protivne snage vetra. *Jedrenje na pesku*, vožnja posebnom jedrilicom s točkovima na ravnoj i glatkoj podlozi: plaže, isušeno jezero itd.

JEDRILIČARENJE U VAZDUHU (engl. glider sailplane, franc. planeur, ital. veleggiatore, nem. Segelflugzeug, ruski планер), sportsko takmičenje vazduhoplovima nepokretnih krila koja nemaju sopstveni mehanički pogon, dok se u vazduhu održavaju uzgonom krila,



kao i avioni. *Sportske jedrilice služe za obuku i trenažu jedriličara i takmičenja. Radi postepene obuke u jedrenju postoji više klasa sportskih jedrilica: početničke, trenažne i jedrilice visokih sposobnosti (jednosedne ili dvosedne), standardne i otvorene klase po (FAI).*

JELIĆ MATEA (u Splitu, 1997), reprezentativka Hrvatske u tekvondou. Olimpijska je šampionka (Tokio, 2020) kategorija do 67 kg. Bila je i juniorska prvakinja sveta, šampionka Evrope i Mediterana, osvajačica većeg broja Gran prija.



JIGORO KANO (1860-1938), legendarni reformator, doktor modernog judoa, osnivač instituta Kodokan 1882. godine, za proučavanje judo veštine sa sedištem u glavnom japanskom gradu Tokiju. Njegov pionirski zadatak je isprva bio da se iz tehnike jiu-jutsu, rigoroznom selekcijom odaberu najefikasnije i najkorisnije tehnike, sa potpunom modifikacijom u praksi. Njegovi učenici su bili: Gunji Kuizumi i Yukio Tani, a posle smrti dr Jigora Kana, vodeću ulogu na najvećem svetskom slavnom institutu Kodokan preuzeo je odmah njegov sin i znameniti majstor borilačke i sportske judo veštine, dr Risei Kano.







Dr JIGORO KANO
Najveći reformator judoa, koji je osnove borilačkih veština učio kod senseija Hachinosuke Fokude, Masamoto Isoa i Gutenoshi Likuboa u XIX veku. Gore desno: Institut Kodokan

JIGOTAI (jap.), odbrambeni stav u judou i karateu. Trup je uspravan, kolena zgrčena, noge su u raskoračnom stavu levo ili desno napred (stav za borbu).

JIKAN, glavni karate sudija podiže zastavicu (*merilac vrem. prekida merenje borbe).*

JIIN-KATA, spada u majstorske kate, prvi put prikazana u popularnoj knjizi koju je napisao Gichin Funakoshi 1922. godine. Ova kata je vrlo slična majstorskoj karate kati *jion.*

JION-JI, drevni i legendarni budistički manastir, gde su se vežbala borenja.

JION-KATA, spada u majstorske kate iz karatea, koja je dobila ime po starokineskom ratniku i generalu Jionu, i u planu je polaganja za 2. kyu *(plavi pojas).*

JIT-KUN-DO, borilački sistem velikog honkonškog majstora kung-fua, Brusa Lija (Lung Lija). On ga je u svom zrelom dobu proklamovao kao sopstveni stil, a time je izvršio i potpunu separatizaciju od ostalih borilačkih stilova. U sistemu treninga Brusa Lija (jit-kune-




Sleva: Brus Li, i slika desno: vežbe na drvenim lutkama

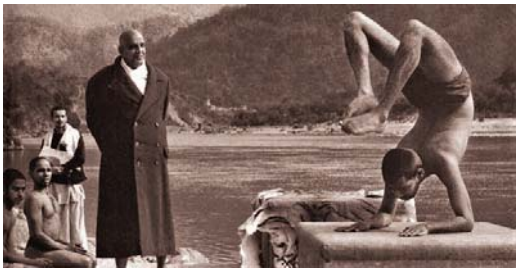
do) ima osnova taoizma i budizma, uz izraženu borilačku imaginaciju i intuitivnost. Škola B. Lija je i danas veoma popularna, naročito u SAD i u V. Britaniji.

JITSU, veština, umetnost, pojavljuje se prvi put u starim zapisima krajem XIV veka. Ova veština je proistekla iz borilačke veštine tajeuchi-ryu, a koju je stvorio Takeuchi Hisomory u 1532. godini u Sakushi. Ovaj stil borbe karakteriše velika važnost tehnikama imobilizacije protivnika (poluge na zglobovima ekstremiteta). Prvi javni turniri u jitsu-u prikazani su na dvoru Shogun (1582-1589). Videti pod „ju-jutsu".

JITTE, majstorska karate kata koja se naziva "kata sa deset ruku".

JIU-KUMITE, slobodni sparing u karateu uz upotrebu elemenata tehnike.

JOGA, (sanskr. *yoga* – vezati zajedno, sjediniti), jedna od šest ortodoksnih škola stare Indije, kao sistem praktične i filozofske misli, nastao na tlu drevne indijske civilizacije. Početak proučavanja joge veže se za staroindijskog filozofa iz II veka p.n.e. Patanjdžalija, čije osnovne ideje joge leže u postizanju potpunog duhovnog oslobođenja čoveka i to tako da se obustave svi tokovi psihičke aktivnosti i dovedu u ravnotežu glavne tendencije individualnog postojanja (*satva* – uravnoteženost, *radžas* – aktivnost, *tamos* – inertnost). Pri tome se prolazi kroz 8 stadijuma: 1) *jama* – moralna stega; 2) *nijama* – fizičko i psihičko pročišćavanje; 3) *asana* – telesne vežbe; 4) *pranajama* – tehnika disanja; 5) *pratjahara* – izdvajanje čula i odabiranje ideala; 6) *dharana* – koncentracija; 7) *dhjana* – kontemplacija i meditacija; 8) *samadhi* – identifikovanje s postavljenim idealom. Stepeni 1-5 označeni su kao *„pripremna" (krija) joga*, a stepeni 6-8 kao *„kraljevska" (radža) joga.* Krajnji rezultat jogističkih napora treba da bude *mahasamadhi* – nerazlikovanje subjekta spoznaje, objekta spoznaje i procesa spoznaje – stanje koje se uzima kao apsolutna sloboda. Na osnovu istraživanja i arheoloških nalaza u dolini reke Inda, pretpostavka je da je joga kao sistem psihičkih i psihofizioloških vežbi nastala još pre nekoliko milenijuma. U jednoj od najstarijih knjiga *Mahabharata*, navodi se 17 sistema joga. Među brojnim jogama novijeg doba ističe se *hatha joga*, koja obuhvata telesne vežbe i specijalne tehnike disanja, a zasniva se na učenju da su sve pojave vidljivog i nevidljivog, poznatog i nepoznatog, pozitivne i negativne, i da opšta harmonija zavisi od usklađenosti svih ovih potencijala. Izraz hatha sačinjen je od reči *ha* – Sunce, koja označava pozitivnu energiju i tha (ta) – Mesec, koja označava



negativnu energiju. Ovo pozitivno i negativno strujanje u određenom ritmu, princip je svega postojećeg u vremenu i prostoru. I izvesna pravilnost kretanja tela u kosmosu i u Sunčevom sistemu, smena godišnjih doba, plima ili oseka,

disanje odn. uzdah i izdah, a sve je to manifestacija određenih ritmova. Kako reč joga označava jedinstvo, hatha-joga označava ritmičko harmonizovanje dvaju puteva iz vitalne kosmičke energije. Ako su ova strujanja usklađena, onda je telo, odn. celo čovekovo biće, zdravo, a

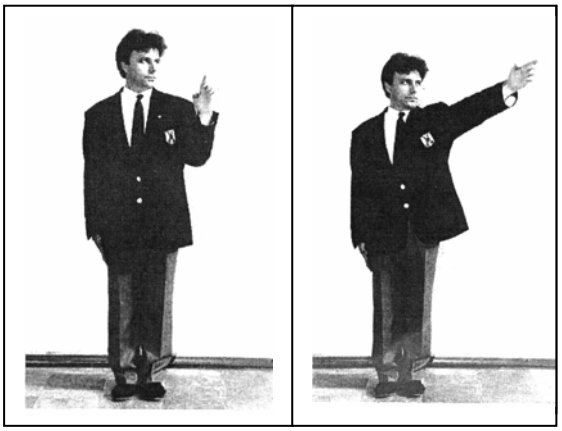


JOGI-VEŽBE
Na slici je prikaz 25 jogi-vežbi, od vežbi u sedećem položaju (sidhasan – poza mislioca), pa do jogi-vežbi koje zahtevaju intenzivniju koncentraciju. Pored ovih vežbi ima i niz varijanti

ako nisu usklađena, nastupa neki poremećaj. Radi upoznavanja svih elemenata koji daju životnu energiju, kao i mogućnosti da se njome ovlada, pronađen je čitav sistem telesnih i psihičkih vežbi. Na osnovu iskustva i proučavanja tokom više hiljada godina, *jogini* su određenim telesnim vežbama pripisali višestruke koristi. Prema prastaroj legendi smatra se da postoji 84 000 položaja tela koje je bog Šiva izumeo stvarajući svet, pa se prema tome i određene figure i nazivaju npr.: riba, mačka, paun, skakavac, plug, drvo itd. U praksi ima dvadesetak osnovnih položaja tela i nekoliko stotina njihovih varijanti. Mnogi elementi joga-vežbi primenjuju se u sportu, parternoj gimnastici (vežbama oblikovanja). Sve ove vežbe doprinose boljem centriranju tela, elastičnosti, kapaciteta izdržljivosti i integralnog poboljšanja zdravlja. Takođe joga-vežbe se primenjuju i u fizioterapiji, kinezioterapiji itd. Čak i astronauti u svoj program rada uključili su izvesne joga-vežbe, koje su im pomagale u ispunjenju njihovih složenih zadataka na putu u kosmička prostranstva.

JOGAI, izlazak iz borilišta. Sudija usmerava kažiprst 45° prema graničnoj liniji na strani prekršioca (karate, judo).

JOGAI-HANSOKU, četvrti i poslednji izlazak iz borilišta, kada sudija objavljuje pobedu protivnika "Aka (Shiro) Nokachi" (prikaz sudije na slikama).



JOGAI-HANSOKU-CHUI, treći izlazak iz borilišta. Sudija koristi duple signale uzvikujući reči "Aka" (ili "Shiro") Jogai-hansoku-chui. Prvo usmerava kažiprst prema graničnoj liniji na strani prekršioca (iz karatea, judoa).

JOGAI-KEIKOKU, drugi izlazak iz borilišta, protivnik dobija waza-ari.

JOGAI-NAKAE, naredba sudije da se takmičar ili takmičari vrate u borilište.

JOHANSON INGEMAR (Geteborg, 1932-Onsala, 2009), švedski bokser teške kategorije, srebro na OI (Helsinki, 1952), svetski šampion 1956. godine (*pobedio Franka Kavačija)*, svetski šampion iz 1959. godine (*pobedio Flojda Patersona, od koga gubi 1960),* evropski prvak 1962.

JOHANSON KJELI, rođ. 1946. Reprezentativac Švedske u stonom tenisu. Dvostruki prvak Evrope 1964. i 1966. Bio 4 puta svetski šampion i osvajač 10 medalja na PS. *Bio trener reprez. Švedske.*

JOKO-GERI, vrsta karate udaraca koji se izvode nogom u stranu. Ima ih više vrsta: *joko-geri keage (udarac nogom u stranu ili bičasti udarac), joko-geri kekomi (udarac nogom u stranu ili bodući udarac), joko-tobi geri (udarac nogom u stranu ili leteći udarac, kojih ima tri vrste: tobi-sokuto, joko-tobi geri, kesa-geri).* Joko-geri udarci spadaju u veoma snažne karate udarce.



Karate udarci joko geri mogu da se izvode u dve regije tela protivnika:
1. Joko-geri jodan (u glavu).
2. Joko-geri chudan (u telo).

Prikaz slike: joko-geri jodan, izvodi ga mr Marko Nicović, majstor karatea 9. DAN-a.

JORGA ILIJA (Beograd, 1941), jedan od pionira jugoslovenskog sportskog karatea, majstor karatea 10. DAN. Na trenerskom planu doprineo je stvaranju vrhunskih šampiona karatea, a kao aktivni takmičar bio višestruki šampion SFRJ (1968-1978). Na međunarodnom planu u karateu na PE osvojio je dve zlatne medalje, (London, 1971. borbe i 1978. u Beogradu, kate). Povukao se iz Shotokan karate škole i prešao za Fudo-kan školu, autor knjiga i *doktor medic. nauka.*

JORGA VLADIMIR (1939), jedan od pionira jugoslovenskog sportskog karatea, majstor je karatea *crvenog pojasa* 10. DAN. Predsednik je tradicionalne karate federacije u Srbiji, *doktor medic. nauka.*

JOSEI-KAI, mlađi stil karatea, proistekao iz starih okinavljanskih škola.

JOVANOVIĆ DANIJELA (40), reprezentativka Srbije i jedna od najpoznatijih alpinistkinja sveta sa invaliditetom. Život provela u Domu osoba oštećenih ekstremiteta u Sremčici. Jedina žena na svetu koja je bez stopala i šaka osvojila najveći vrh Evrope Elbrus na Kavkazu (5.633 m). Za poduhvat se spremala 2 godine sa trenerom *Slobodanom Stokićem*. Posle osvajanja najopasnije prepreke Elbrusa (Pastuhove stene), na vrh Evrope popela se 13. avgusta 2008. Pored alpinizma, *Danijela Jovanović* bavi se tenisom, košarkom i atletikom. Živi u Centru osoba sa invaliditetom na Banjici.

JOVANOVIĆ SREĆKO (1952), profesor doktor univerziteta, uspešni reprezentativac SFRJ u karateu i majstor karatea 7. DAN, šef Katedre za borilačke sportove na FFK u Beogradu i na Višoj školi za sportske trenere (Visokoj školi za sport), od 2004-2008. bio je dekan FFK u Beogradu, pisac knjiga o karateu.



JU (jap.) meko, meki put u borilačkim veštinama (yu-karate-do).

JUDO (jap. blag način, ju – blag, nežan, do – način, put, načelo), vrsta drevne borilačke veštine slične rvanju, u kojoj se koriste posebni zahvati i velik zamah tela da bi se protivnik bacio na leđa ili bok. Sportista koji se bavi judoom naziva se judoka (majstor i znalac ove veštine). Judo vodi poreklo iz feudalnog Japana, i gde je u svojim prvobitnim oblicima, bio ratnička veština koju su koristili samuraji. Savremeni judo nastao je iz ju-jutsu, drevnog načina borbe. Veština ju-jutsu prezentovana je u 17. veku od strane Shing Pinga, poznatog kineskog učitelja koji je živeo u Japanu i proučavao samuraje svojoj veštini. Poseban podsticaj veština ju-jutsu dobija u drugoj polovini 19. veka, kada je zabranjeno nošenje i upotreba samurajske sablje, koja je bila privilegovano oružje samuraja, oružani sukobi prelaze u ilegalnost, a veštine borbe bez upotrebe oružja izbijaju u prvi plan i za njih počinje da vlada posebno interesovanje. Savreme-

na verzija veštine judo, delo je dr Jigora Kana, osnivača i senseija savremenog judoa. U svojoj mladosti on je bio ronin, lutajući samuraj koji je učio jujutsu kod najvećih poznavalaca tog vremena. Sposoban praktičar, kao i odličan znalac teorije i tradicije veštine, Kano preduzima pionirski zadatak i reorganizuje i modernizuje judo, a tehnika Jujutsu je poslužila Kanu kao polazna osnova. Kano je napravio rigoroznu selekciju, odabirajući najbolje i najefikasnije tehnike, pa je iste modifikovao. On dobar deo svih tehnika odabira i dodaje sam, oslanjajući se na svoje iskustvo i praksu. Kano izbacuje iz judoa sve tehnike koje su bile direktna pretnja životima takmičara. Nova veština judoa dobija svoju neslućenu ekspanziju celim Japanom. Dr Jigoro Kano preuzima vrhovnu instruktorsku misiju i stvara poseban svoj trenerski kadar, kao što su





Dr Jigoro Kano (1860-1938), reformator judoa

bili: Gunji Koizumi i Jukio Tani, koji će biti najzaslužniji što će judo krenuti put ekspanzije ka Evropi i celom svetu. Velikog senseija dr Jigora Kana nasledio je njegov sin Risei Kano koji preuzima glavnu ulogu u najvećem svetskom institutu Kodokanu u Tokiju, osnovanog 1882. Najveći procvat judo doživljava posle Drugog svetskog rata, kasnih pedesetih godina XX veka. Godine 1948. osniva se Evropska judo unija, a 1956. Međunarodni judo savez. Od 1951. godine se održavaju evropska prvenstva za muškarce, 1974. godine za žene, a prvenstvo sveta od 1956. Uvrstavanje judoa u olimpijske sportove 1964. godine je doprinelo i ogromnoj popularnosti ove borilačke i sportske veštine. Na prostorima jugoslovenskih zemalja, judo se razvija između 1951-1954. godine u Zagrebu i Beogradu, zatim u Ljubljani i Sarajevu. Judo je kompleksna veština, koja je istovremeno i samoodbrana i sport. Tehnika judoa deli se na tehnike borbe u stojećem stavu i tehnike borbe na tlu, dakle judo je bacačko-par-







Gore: takmičenje muškarci i dole, desno: borbe za žene

Judoka Majljinda Keljmendi, rođena u Peći, 1991. godine na Kosmetu, Srbija, SFRJ, jedna od najboljih judistkinja sveta u kategoriji do 52 kg. Bila je olimpijska šampionka na OI (Rio de Žaneiro, 2016), svetska prvakinja (Rio, 2013), evropska prvakinja (Monpelje, 2014) i zlatna medalja (Kazanj, 2016). Olimpijska šampionka (Tokio, 2020).

terna veština. Bez obzira što je tehnika borbe u stojećem stavu znatno atraktivnija, u poslednje vreme se sve više pridaje pažnja parternim tehnikama na tlu. Tehnike u stojećem stavu (tachi-waza) i tehnika hvatova (kumi-waza) i te kako su važne. Klasični hvatovi u judou su desni i levi osnovni hvat, a kasnije su uvedeni i borbeni hvatovi (hvatovi protivnika za okovratnik kimona). Tehnika izbacivanja iz ravnoteže (kuzushi) takođe je najvažniji deo tehnika, i danas postoji oko 14 pravaca izvođenja protivnika iz ravnoteže, radi izvođenja bacanja, ili odvođenje protivnika u parter. Tehnika kretanja (tai-sabaki) je neizostavna u savršenstvu izvođenja svih osta-

lih tehnika. Danas moderni judo teži ka tendenciji da prihvati što više parternih tehnika (brazilski ju-jutsu npr.), u kojima postoji mnogo sistema gušenja, poluga i zahvata za imobilizaciju protivnika. Dakle, uz razne bacačke tehnike, nožne, ručne i bočne, tehnika u parteru (no-waza) je preduslov za potpunije ovladavanje ovom japanskom borilačkom i sportskom veštinom. Treba otrgnuti od zaborava prve pokretače i takmičare judoa na prostorima bivše SFRJ: *Svetislava Ivanovića, Ljubomira Ivanovića Gedžu, Borivoja Cvejića, Svetozara Mihailovića, Vuka Rašovića, Branka Dragića, Slavka Obadova, Pavla Bajčetića, Slobodana Kraljevića, Radomira Kovačevića, Gorana Žuvelu, Stanka Topolčnika, Radovana Krajnovića, Janoša Čihija, Momira Lučića, Dušana Rodića, Ristivoja Lučića, Spasoju Savića, Dimitriosa Konstantinidisa. Judoke-žene: Mara Silađi, Gordana Tošinović, Leposava Marković, Mileva Vasić Smiljanić, Dobrila Bošković. U SFRJ, SRJ i Srbiji, prvaci državne i internac. scene bili su: D. Bečanović, P. Sekulić, R. Kušić, S. Stanišić, J. Pejčić, M. Milinković, I. Todorov, M. Mijalković, N. Majdov, A. Kukolj...*

JUDOKA, judista, takmičar ili sportista koji vežba judo veštinu.

JUDO-KIMONO, oprema ili uniforma koju nose judisti. Sastoji se od dva dela



(gornji deo i donji deo) sa pojasom koji je raznih boja, zavisi od zvanja. Dobar judo-kimono je napravljen od najkvalitetnijeg čvrstog kepera koji je prošiven koncem unakrsno i dobro ojačan.

JU-JUTSU (DŽIU-DŽICU), sa japanskog (nežno umeće), grupa borilačkih veština starog Japana kojima je zajednička osobina borba bez oružja i samoodbrana od napada oružjem ili bez oružja. Najstariji japanski pisani dokumenti spominju veštinu shikara-kurabe, što bi u prevodu značilo „odmeravanje snage“, pa se pretpostavlja da nekoliko borilačkih japanskih veština (sumo, ju-jutsu i judo), vuku sve korene od prastare borilačke veština *shikara-kurabe*. Početkom XI veka veština goloruke borbe ratnika nazivala se yawara, dok se različite vrste borilačkih veština bez upotrebe oružja pojavljuju pod različitim nazivima: wajitsu, torite, kogusoku, kempo, hakudakumiuchi i dr. Naziv ju-jutsu se prvi put spominje u XVI veku kao objedinjeni naziv za sve vrste golorukih borbi osim takmičarskog rvanja nazvanog sumo. Početkom XVII veka poči-



Ju-jutsu (džiu-džicu) japanska veština borenja XI-XXI vek

nju se u Japanu razvijati škole ju-jutsu, a vrhunac svog razvoja dostiže u XVIII veku naročito posle zabrane nošenja oružja. Pored nekoliko stotina poznatijih škola (ryu) i njihovih ogranaka bile su Yoshin-ryu, Shin-shin-ryu, Kyushin, Yuiga, Jikishin, a posebno Kito škola i Tenshin Shinyo škola. Sve škole ju-jut-

su nastajale su tako što su pojedini veoma vešti borci uvežbavali svoje učenike u onim načinima borbe i u onim zahvatima za koje su i sami postigli savršenstvo. Svaki majstor borenja sebi je birao naslednika, a ovaj je nastavljao pravcem svog prethodnika, pa je kroz vekove dolazilo do različitih stilova borbe. Tako su neke borilačke škole negovale tehnike udaraca, a neke su se bavile bacanjima ili borbe na tlu, dok su se neke isključivo posvećivale golorukoj borbi. Takođe, u nekim školama se posebno vežbala odbrana od napada sabljom ili kopljem. Jedna od najpoznatijih škola ju-jutsu bila je iz stila *Daito-ryu*, koju su pokrenuli članovi porodice *Takeda* na čelu sa Soemon Takedom, njegovim sinom Sokishijem Takedom, a najveći je uspon škola ju-jutsu dobila pod vođstvom *Sokaku Takede* i njegovog asistenta Saige Tonomoa, sa 30.000 učenika.



Sokaku Takeda (1860-1943)

Postojala je i poznata škola (Torinawaryu) koja je do u tančine sistematizovala i učila vezivanje zarobljenika konopcem. Svaka je škola sukcesivno čuvala svoje tajne zahvata i borenja, jedino je samo naslednik glavnog učitelja škole dobijao pisane dokumente sa opisima svih zahvata. U periodu srednjovekovnog Japana, bila su poznatija poprišta stalnih sukoba i ratova moćnih feudalnih redova, i između sebe i sa centralnom vlašću, kao i poprištu neprekidnih krvavih seljačkih ustanaka, ratnici su bili profesionalci-plaćenici, hrabri i veoma izvežbani u ratničkim veštinama. Borba bez oružja bila je jednako važan deo pripreme ratnika kao i borbe oružjem, a verovatno i iz razloga što je konjica igrala određenu ulogu, pa je prilikom bitaka borba prsa u prsa bila veoma česta. Kasno uvođenje vatrenog oružja u naoružanje regularne vojske, a i snažan uticaj viteškog kodeksa klase samuraja (bushido), doprineli su da se veština borbe golim rukama zadržala sve do kraja XIX veka u armiji i policiji carevine Japana. Moreplovci sa Zapada su u prvim kontaktima s Japanom uvideli vrednosti ju-jutsu (džiu-džicu), pa je već u XVIII veku taj način borbe u svetu bio veoma cenjen, a neki zahvati ju-jutsu uticali su i na evropsko rvanje. Tokom XIX veka, uporedo sa propašću feudalizma i razvijanjem kapitalizma u ekonomiji Japana, interes za ju-jutsu počeo je da slabi. Krajem XIX veka ju-jutsu je skoro nestao i ustupio mesto modernijem obliku borilačke veštine – judou. Broj ju-jutsu škola se smanjuje, jer je tu veštinu još želela da neguje policija Japana, pa su i najistaknutiji majstori te drevne veštine ju-jutsu pronašli svoja zaposlenja u policiji. Moderni judo (džudo), koji je na osnovu ju-jutsu osnovao dr Jigoro Kano, profesor čuvenog tokijskog univerziteta „Kodokan“, ubrzao je gašenje ju-jutsu veštine. Međutim, od nekih škola ju-jutsu, pojedine formalno postoje još i danas u Japanu, jer su naslednici njihovih slavnih senseija (majstora) još u životu. Jedna od takvih škola je aikido, koju je modernizovao Morihei Ueshiba, jedan od naslednika Sokaku Takede, a sastoji se od 2600 zahvata, sistematizovanih u 5 principa. Tehnika aikidoa

zasniva se na kružnim pokretima bacanja, prilikom kojih se iskorišćava snaga i zamah tela napadača, a na zahvatima koji ugrožavaju zglobove na laktovima i rukama napadača (poluge). U Kodokanu, najpoznatijem institutu judoa u svetu, danas se pokušavaju neke tehnike aikidoa uključiti u judo. Najveće zasluge za to imao je Kenji Tomiki, istaknuti stručnjak za judo i aikido, koji je znatno pojednostavio sistem vežbanja aikidoa, spajajući zahvate u 15 grupa. Pored toga, Tomiki je pokušao od aikidoa stvoriti sport, uvodeći pravila sportskog takmičenja. U Japanu postoje dve organizacije aikidoa. Jedna je tradicionalna škola aikidoa na čijem je čelu poznatiji sensei Morihei Ueshiba, a druga je sportska organizacija na čijem čelu stoji Kenji Tomiki. Slične organizacije postoje i u SAD, kao i u nekim zapadnoevropskim zemljama u kojima je judo popularan. U Koreji je aikido nešto modifikovan, a poznat je pod nazivom hapkido. Međutim, celokupan repertoar veštine ju-jutsu prihvatili su judisti i predstavnici drugih azijskih borilačkih sportova, kao što je karate. Judo je iz sistema ju-jutsu preuzeo sva bacanja, tehnike iz imobilizacije protivnika na tlu, gušenja i lomljenja zglobova. Udarce rukama i nogama zabranjene u judou, iz drevne veštine ju-jutsu – preuzeo je karate. Preostali elementi tehnike ju-jutsu, kao što su neka opasna bacanja, lomljenja zglobova i odbrane od različitih vrsta napada oružjem i bez oružja – izučavaju se i danas u okviru judoa i karatea, iako su u sportskoj borbi zabranjeni. Na prostorima bivše Jugoslavije, interes za veštinu ju-jutsu datira od početka XX veka. U knjizi Milenka Arsovića *Viteške igre i sportovi*, objavljene u Beogradu 1911. godine, nekoliko stranica knjige posvećeno je borilačkoj veštini ju-jutsu. Stevan Milićević objavljuje 1914. godine prevod sa ruskog „Ju-jutsu“ knjigu sa 150 strana u kojoj daje detaljna uputstva o vežbanju određenih zahvata u ju-jutsu, i u 19 slika prikazuje neke zahvate poluga i bacanja. U periodu između dva svetska rata, nekoliko instruktora obučavalo je tad pripadnike policije u Jugoslaviji, među kojima je bio najpoznatiji Ralf Hok, koji je 1924. godine napisao jednu od prvih knjiga i za područje jugoslovenskog prostora. *U Beogradu je osnovan prvi judo klub 1953. godine, nakon što je održao tečaj japanski trener ing. Baba, a braća Ljubomir i Svetislav Ivanović, prvi su se na prostoru Srbije (i Jugoslavije) počeli ozbiljno baviti ju-jutsom. Oni su organizovali prva takmičenja, zajedno sa Radošem Jovanovićem, a time su dali veliki značaj ju-jutsu.* ***Brazilski ju-jutsu****: Osnivači su braća Karlos i Helio Grasije, koji su dogradili stil ju-jutsu Mitsuje Maede japanskog emigranta, koji je došao u Brazil. Ipak, braća Grasije su dogradili svoj stil novim tehnikama*







sa dominatnim zahvatima u parteru (gušenja, poluge, lomljenje zglobova). Naslednici braće Grasija počeli su osvajati sva velika takmičenja, da bi Rorion Grasija preneo svoju veštinu u SAD, gde 1990. godine pokreće takmičenje Ultimate Fighting Championships (UFC).

JUJI-UKE-GEDAN, blok u karateu sa ukrštenim podlakticama u korenu šake. Ovim blokom zaštićuje se donji deo tela, izvodi se iz stava zenkutsu-dači.

JUKEN-JUTSU, starija borilačka veština koja je nastala oko 1880. godine. Veština je vezana za rukovanje puškom koja ima na sebi nož (bajonet). I danas u Japanu vojnici vežbaju ovu veštinu, zaštićeni specijalnom opremom.

JUTTE-JUTSU, japanska veština borenja metalnim šipkama od 40 cm dužine, s kratkim štitnikom iznad drške. Nekada su ovaj sistem borilačke veštine primenjivali samuraji, a danas uglavnom tu veštinu koristi policija Japana.

K

KABAJEVA MARATOVNA ALINA, (Taškent, 1983), ruska reprezentativka u ritmičkoj gimnastici, svetska šampionka (Sevilja, Španija, 1998, i Osaka 1999, sa 4 zlatne medalje), zlatna i bronzana medalja na OI (Atina, 2004), šampionka je i Svetskog kupa (5 zlatnih medalja), a na PE od 1998-2004. godine osvojila je 11 zlatnih medalja. Aktivni poslanik je u ruskoj Dumi i propagator unapređenja i podrške sportu u svetu.



KABOS ENDRE (1906-1945), mađarski reprezentativac u mačevanju: prvi na OI 1932. (sablja ekipno) i 1. na OI 1936. (sablja pojedinačno i ekipno), svetski šampion 1933, 1934. (sablja pojedinačno), 1931, 1933, 1935. (sablja ekipno), na PS 1931. (sablja pojedinačno) 2.

KACIGA (lat.), u borilačkim sportovima specijalni nezamenljiv štitnik za glavu (kendo, ful-kontakt, iai, mačevanje), a u automobilizmu za vozače *Formule 1.*





Sleva: kaciga za igrače hokeja na ledu, i desno kaciga za takmičare u motociklizmu

Kacigu koriste igrači hokeja na ledu, takmičari u motonautici, padobranstvu, piloti sportskih aviona (šlemofoni), itd.

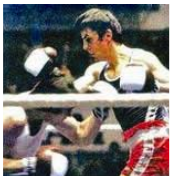
KAČAR SLOBODAN (rođ. u Perućici, 1957), bivši bokserski reprezentativac SFRJ, osvajač je zlatne medalje na OI (Moskva, 1980), bio 3. na SP (Beograd, 1978). Svetski profi prvak IBF (1985).





Slobodan Kačar, šampion OI iz Moskve, 1980.

KAČAR TADIJA (Perućica, 1956), reprezentativac Jugoslavije u boksu, osvajač je srebrne medalje na OI (Moskva, 1980), 2. mesto na SP (Beograd, 1978).





Sleva: bokserski as prof. Tadija Kačar, vicešampion sa OI (Moskva, 1980), desno snimljeno 2010. godine u N. Sadu

KAJAK I KANU (engl. canoeing, nem. Kanusport), zajednički naziv za sportsku granu veslanja na posebnim čamcima – kajacima ili kanuima – u kojima



veslači, okrenuti licem u smeru vožnje, pokreću čamce veslima koja nemaju oslonac. Kao sportska aktivnost kajak i kanu nastaju isprva u upotrebi u turističke i izletničke svrhe, onda kada su pojedinci pomoću takvih čamaca krenuli u izazov da otkrivaju turističke i prirodne lepote, naročito nepristupačne reke, jezera i njihove neistražene obale. Bez obzira kada i na koji način su se u pojedinim zemljama razvijale te sportske grane, činjenica je da im je svima bila preteča prvobitna slika i izgled i forma drevnih domorodačkih čamaca južnih mora, a najčešće prototip eskimskih kajaka i preteče kanua severnoa-

meričkih Indijanaca. Počeci kajakaštva vežu se za podvig škotskog avanturiste J. Mekgregora, koji je 1865. godine na svom krutom kajaku „Rob Roj" preveslao mnogim evropskim rekama: Sambre, Meuse, Rajne i Dunava, pa preko planine Švarcvalda, uplovio i preplovio



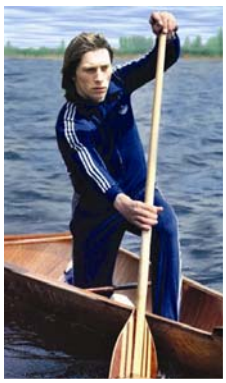
NAJBOLJA KAJAKAŠICA PLANETE
Birgit Fišer (Brandenburg, 1962), proslavljena nemačka reprezentativka u kajaku. Na OI osvojila 8 zlatnih i 4 srebrne medalje, na PS osvojila 28 zlatnih, 6 srebrnih i 4 bronzane medalje. Najbolja kajakašica svih vremena (period 1980-2005)

tri jezera (Bodensko, Ciriško i Firvaldštetsko), pa na brzake reke Reus i Mozel, Murte, Marne i Sene, stigao sve do Pariza. Kada se vratio u svoju rodnu Veliku Britaniju, izložio je svoj slavni čamac 1866. u Kristalnoj palati u centru Londona, gde je iste godine osnovao i prvi evropski kanuistički klub Royal Canoe Club. Slični klubovi se počinju osnivati i u SAD 1871. Ubrzo se osnivaju i kanuistički savezi u Kanadi, SAD, Velikoj Britaniji, pa dalje u srednjoj Evropi u Nemačkoj i Francuskoj. Posle 1913. godine kajakaštvo se naglo širi zahvatajući mnoge zemlje Evrope, a 1920. se osniva Međunarodno predstavništvo za kanuistiku (International Representation for the Canoeing Sport-IRK), a 1923. godine u Geteborgu u Švedskoj počela su da se održavaju i prva međunarodna takmičenja u kajaku. Prvo prvenstvo Evrope u kajaku održano je 1933. godine u Pragu, a 1936. godine je kajak uvršten radi učešća na *Olimpijskim igrama* u Berlinu 1936. Prvo prvenstvo sveta u kajaku na divljim vodama održano je 1938. u Veksholmu, a Međunarodna kajakaška federacija (ICF – International Canoe Federation) osniva se 1946. godine, a već 1948. i 1949. godine se održavaju takmičenja za prvenstvo Evrope i prvenstvo sveta u kajaku. Na prostorima jugoslovenskih zemalja, kao sportska grana, kajakaštvo se pojavljuje 1919. Uoči održavanja Olimpijskih igara u Berlinu 1936. godine osnovan je i Jugoslovenski kajakaški savez, ali su jugoslovenski kajakaši prvi put nastupili u inostranstvu 1950. godine u Beču, i od te godine jugoslovenski kajakaši počinju da učestvuju na svim prvenstvima Evrope, prvenstvima sveta, kao i na olimpijskim igrama u disciplinama vožnje kajaka na mirnim i divljim vodama. Na divljim vodama postoje sportske discipline slalom i spust, kao u alpskom skijanju, gde se zahteva velika hrabrost, snalažljivost, znanje i spretnost, dok se u takmičenjima kajaka na mirnim vodama najviše zahteva snaga od takmičara. Razlike u konstrukciji su veoma očigledne kod sportskih čamaca koji se takmiče na divljim od onih koji se takmiče na mirnim vodama. Za takmičenje u mirnim vodama, a kojima je cilj postizanje što veće



Kanuista u takmičenju na divljim vodama

brzine, kajaci i kanui imaju ravnu kobilicu i što veći lateralni plan, što veću dužinu i što manju širinu, dok su kajaci i kanui za takmičenje na brzim vodama kraći i širi od prethodnih, sa znatnim





Najbolji svetski kanuista svih vremena
Ivan Pacajkin (1949-2021), rumunski reprezentativac u kanuu, četvorostruki olimpijski šampion (1968, 1972, 1980, 1984), bio je i 8 puta svetski šampion u periodu 1970-1983. godine.

skokom kobilice, širi su i kraći, sa manjim lateralnim planom i manjim gazom – radi savladavanja prepreka (vrata). Kajak je krut ili sklopljiv sportski čamac, a preteča mu je istoimeni domorodački čamac Eskima, koji ga izrađuju još i u današnje doba. Sportski kajak je čamac sa zatvorenom palubom i sa otvorom za sedišta kajakaša (dva otvora za kajak dvosed, 4 otvora za kajak četvorosed K-4) i pokreće se iz sedećeg položaja sa veslom sa dve lopatice. Kanu-čamac (Kanadski kanu) je lako pokretljiv sportski čamac, građen po uzoru na domorodački čamac severnoameričkih Indijanaca. Današnji sportski kanu za muškarce je konstruisan kao jednosed (C-1) za trke određene na 200 m, 500 m, 1000 m, dok je kanu dvosed (C-2) konstruisan za trke na 500 m i 1000 m, i u njemu se ne takmiče žene. One nastupaju u kajaku za žene, koji može biti: jednosed (K-1) za trke na 200 m i 500 m, kajak dvosed (K-2) na 500 m (ukinut na 200 m), i kajak četvorosed (K-4) na 500 m (nema). Kajakom se vesla slično kao i u kanuu. početni položaj, uranjanje vesla, pokretanje i izlazak veslom iz vode. Kajak je vođen kormilom na nožno upravljanje, što uvek radi lice koje se nalazi najistureniје na čamcu (kormilar), dok se kanuom manevriše zaveslajima u obliku slova „J“, pomeranjem vesla u stranu od kanua pre nego što se ono izvuče iz vode. Kod kanua dvoseda, ovaj zaveslaj pravi samo veslač pozadi. Materijal



K-2 (OI, Minhen, 1972)



Svetski šampioni kanua
Mirko Nišović i Matija Ljubek (kanu dvoklek na 500 m)



Kajakaš **Milan Janić** (B. Palanka, 1957 - Beograd, 2003), bivši reprezentativac SFRJ, osvajač zlatnih medalja na PS (kajak jednosed) iz 1978, 1979, 1981, 1982. i iz 1983. godine, a na OI (Los Anđeles, 1984), osvajač srebrne medalje. Bio je takmičar KK „Sintelon“ Bačka Palanka. Poginuo u saobraćajnom udesu 2003.



Milan Đenadić (Šabac, 1979) šampion sveta (Segedin, 2006) 2. na PS (Duizburg, 2007)



Šampioni sveta i PE
O. Filipović i D. Zorić

od koga se prave ovi sportski čamci je fiber (laminirano fiber staklo), zatim i šperploča, ali je većina kanua napravljena od drveta, u odnosu na kajak koji se proizvodi od fiber stakla ili drveta. Vesla su izrađena od drveta javora, jasena ili omorike. Brzina ovih plovila dostiže oko 19,3 km/h, a postiže se u kratkim sprintovima pri više od 125 zaveslaja u minutu. Po pravilniku takmičenja, dva dana pre trke sva plovila se mere i moraju biti u skladu sa strogim standardima, i ukoliko je potrebno do-

daju se tegovi. Olimpijska staza za veslanje je od 200 m, 500 m, 1000 m, obeležene su bovama na zoni celom dužinom. Crvene zastavice obeležavaju start i cilj. Staze su široke 9 m za svaki čamac. Pre početka trke (starta) zvanično lice zaduženo za poravnavanje proverava da li se svi čamci nalaze u jednoj liniji sa pramcima na liniji starta. Kada su svi takmičari u jednoj liniji i miruju, starter daje signal „spreman“, a zatim puca iz pištolja, kojim označava start, a ukoliko se veslo slomi unutar u rastojanju od 15 m od starta, sledi poziv da se ponovi start. Pobednik trke je onaj čamac čiji pramac prvi prođe kroz crvene zastavice cilja. Vesla za kajak i kanu se razlikuju po izgledu i po dužini. Veslo kajaka ima lopatice na oba kraja i dužina mu zavisi od konstitucije veslača, a veslo kod kanua varira po dužini u zavisnosti od visine veslača. Uobičajene dimenzije vesala su 2,16-2,18 m za muškarce i 2,12-2,15 m za žene (kajak). *Reprezentacija Srbije: Nebojša Simić, Dragan Zorić, Ognjen Filipović, Milan Đenadić, Bora Sibinkić, Igor Kovačić, Jožef Šoti, Milenko Našagaćin, Dušan Ružičić, Goran Cvitanović, Marko Tomičević, Ervin Holpert, Marko Novaković, Milenko Zorić, Aleksandar Aleksić, Dejan Terzić. Kristina Bedeč, Miljana Knežević, Antonija Padna, Marta Tibor, Dalma Benedek Ružičić, Nikolina Moldovan, Renata Kubik, Antonija Nađ, Branislava Miškov, Nataša Dušev Janić, Milica Starović Novaković, Kristina Bedeč (1. m PE, Moskva, 2021, na 3600 m).* Selektor: Pavle Jovanov.





Zdesna: srpski četverac K4 (NA 1000 m): **Zorić**, **Holpert**, **Aleksić**, **Terzić**, prvaci svetskog kupa (Segedin, 2013). Na desnoj fotografiji: **Bojan Zdelar**, svetski šampion u jednosedu na 500 m, titulu je osvojio u Portugaliji, 2021. godine, član kajaka „Val“ iz Sremske Mitrovice, mlađi senior kajakaške reprezentacije Srbije.

KANKU-DAI, stara majstorska karate kata u prevodu „pogled u nebo“. Realizator je slavni Gichin Funakoshi (naziv joj je dao po kineskom vojnom atašeu *Kung Siang Chunu*). Sadrži i sve elemente shotokan stila i spada u najduže i najteže forme. Polaže se za 3. i 4. DAN.

KANKU-SHO, druga savremena kata.

KAPABLANKA HOSE RAUL (Havana, Kuba, 1888 – Njujork, 1942). Bivši treći prvak sveta u šahu (1921-1927), uvažavan je kao najtalentovaniji šahist planete. Svetsku titulu izgubio od Aljehina. Pisac je poznatih dela, knjiga i publikacija iz područja šaha, izdavač čuvenog *Šahovskog magazina.*



KAPUERA (capoeira), borilačka veština iz sredine 17. veka. To je veština borenja koja se odomaćila među afričkim robovima u kolonijalnom Brazilu, ali je do 1937. godine bila zabranjena. *U kapueri su izraženi okreti, nožni udarci i niski stavovi, sa spojem ritma, snage i gracioznosti. Ova veština je unela u sistem i tehnike Indije, Burme, Kine i Indonezije. Sličnost joj je sa borilačkom veštinom pentjak silat. Kapueru je u Srbiju doneo danski trener Sten Miler.*

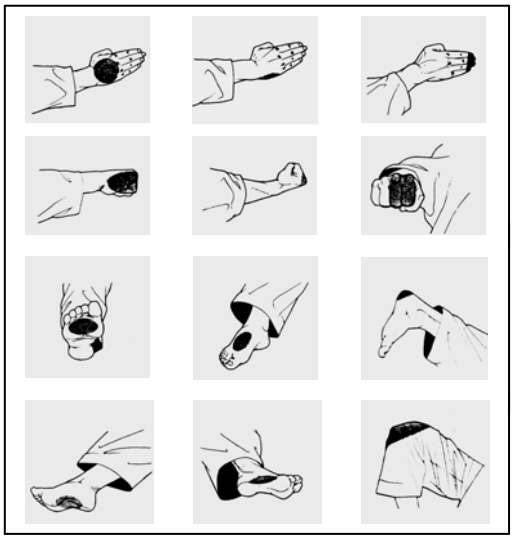




KARAKAŠEVIĆ MILIVOJ (Zemun, 1948-2022), jedan od poznatijih jugoslovenskih, srpskih i svetskih stonotenisera. *Višestruki je pojedinačni prvak SFRJ (1971, 1973, 1974 i 1977), trostruki prvak Balkana, 1972, međunarodni prvak Bugarske i Rumunije. Kao član reprezentacije SFRJ, na ekipnom PS i prvenstvu Evrope osvojio 6 medalja, a najvrednije su: srebrna na PS u Kalkuti, 1975, zlatna na PE u Pragu, 1976. Zaslužni je sportista bivše SFRJ.*

KARATE (po kineskom „kineska ruka“, po japanskom „prazna ruka“). Ali, zbog direktne asocijacije ideograma dotadašnjeg pisanja, uveden je novi znak za prvi deo reči (kara), sa svojim značenjem „prazan“ ili „praznina“, a svi termini su sa ideogramskom vezom sa budizmom, ali je izmenjeni koncept vežbanja dostigao trenutak, kada se slobodno može govoriti o „novom borilačkom sistemu“. Od drevnih vremena, pa do danas koristi se standardizovani oblik reči Kara-Te (Karate) sa značenjem „prazna ruka“ ili „borilačka veština bez oružja“. Dakle, koreni karatea potiču iz Kine. On se razvio na temeljima kineskih borilačkih formi: chuan-fa, kung-fu, wu-shu. Ali, u japanskom jeziku sve ove borilačke veštine se označavaju i kao veštine kempo, a na našim prostorima kao kineski boks. Sama veza budizma i karatea, datira još pre oko 1400 godina. Kaluđer zvani Bodhidharma, putovao je iz jedne kraljevine u južnoj Indiji, u kojoj je bio treći princ, naselio se u Shaolin hramu u planinama Hao Shan. Bodhidharma je bio 28. potomak Sake ili Shasona – osnivača budizma. U Shaolin hramu preduzima podučavanje zen-budizma (oblik konteplativne religije), čiji je cilj stvaranje sklada iznenadnom iluminacijom (satorijem), gde su asketizam sa medicinom u sedećem položaju (zen) dva glavna oblika zen-vežbanja. To je strahovito iscrpljivalo kaluđere, pa je Bodhidharma uveo poseban vid vežbanja, da ojačaju zdravlje i poboljšaju svoju kondiciju. Fizički razvoj kaluđera je ojačao put zen-budizma, koji se kao lavina počeo širiti celom Kinom. Sve vežbe su oplemenjivane sistemima samoodbrane, da bi se kaluđeri mogli suprotstaviti drumskim razbojnicima koji su pljačkali zemlju potresenu građanskim ratom. Religija zen-budizma je tad zabranjivala nošenje oružja, kaluđeri su se oslanjali na metode borbi praznim rukama (shorinji-kempo). Taj noviji sistem samoodbrane imao je uticaja na razvoj borilačkih veština, na širokim prostorima Kine. Bodhidharmin sistem vežbanja su oblikovali njegovi sledbenici tj. posvećeni majstori borilačkih veština. A prvobitni stariji sistemi su bili spoljašnji (tvrdi), unutrašnji (mekši), severnokineski i južnokineski. A 1528. godine, glavni general dinastije Ming (Chi Chi Huang) stvara jedinstvenu veštinu borenja pesnicama iz 16-ak starih i modernih škola borenja, pa je taj svoj stil nazvao “32 pozicije borbe” (tai-chi-chuan), koji se ubrzo sve više modifikuje i postaje važan deo života tadašnje velike Kine. Preteča današnjeg karatea je nastala na Okinavi 1609. godine. Tada je sjedinjavanjem dve borilačke veštine kineske (kempo) i japanske (tode) vremenom stvorena veština karatea. Razvoj ove veštine dobio je svoju ekspanziju u 1609. godini samom okupacijom ostrva Okinava, od strane zlog japanskog klana Sacuma sa najsurovijim zapovednikom Shimacujem, koji je zabranio i nošenje bilo kog oružja, pa čak i samo vežbanje bez oružja. Ta surova i nehumana diktatorska strahovlada potrajala je sve do 1875. godine. Japan ih je tada uklonio i pripojio je sebi ceo arhipelag Okinava. Okinavljani su vežbali da bi opstali. Stvorili su svoj lični sistem vežbanja i nazvali ga *“okinavljanska ruka”*. Sistem se zasnivao na upotrebi većeg broja udarnih površina, koje su posebnim metodama pripremane da se protivniku zada i smrtonosan udarac. Pored udaraca, kao dominantne tehnike, korišćene su poluge i bacanja, kao i tehnike borenja sa priručnim oružjem. Naziv *Okinava-te* prerastao je u *Karate*, u značenju “kineska ruka”. Sama razuđenost u prenošenju svih kineskih sistema borenja, dovela je pak do toga da se na

Okinavi formira i nekoliko centara, u kojima su, u tajnosti, razvijane veštine borenja, označeno je kao pravo genealoško stablo (ili stilsko grananje okinavljanskog i modernog karatea). Poznatije škole tadašnjeg vremena bile su: Naha-te (grad Naha), Shuri-te (grad Shuri) i Tomari-te (grad Tomari). Iza svakog ovog naziva pojavljuje se reč (Te) „šaka". Ali bez obzira na blizinu ovih gradova međusobom, u stilu Shuri-te preovladavaju pravolinijski pokreti i direktne tehnike, a u stilu Naha-te postoji više kružnih kretnji, dok Tomari-te stil ima primesa iz oba stila karatea. Prvi put je ka-



Dozvoljene udarne površine u karate sportu

rate izašao iz svoje anonimnosti 1875. godine kada je prestala zvanična okupacija ostrva Okinava i kada je ovo ostrvo postalo sastavni deo japanskog carstva. Karate je prvi put javno demonstriran na Okinavi 1902. godine, pa se ta godina i uzima kao prezentacija istorijata karatea. Od tada je započeo normalniji proces stvaranja modernog karatea, a već početkom 20. veka uveden je na Okinavi redovan program školskog fizičkog vežbanja i vaspitanja. Najveće zasluge za to su pripale poznatom okinavljanskom majstoru karatea i doktoru Gichinu Funakoshiju. Naravno, svet treba da bude zahvalan Japanu što je karate danas toliko popularan širom Zemljinog globusa. A 1922. godine Ministarstvo obrazovanja Japana pozvalo je Funakoshija da predstavnici njegove veštine prvi put učestvuju i na velelepnom nacionalnom sletu u Tokiju, a utisak je



Gore, sleva: dr Gichin Funakoshi (Shotokan stil), gore desno: Kenwa Mabuni (Shito-ryu), dole: sleva: Chojun Miyagi (Goju-rju stil karatea), i dole desno: Hironory Otsuka (Wado-ryu).

bio impresivan, i od tada je karate dobio svoju uzlaznu putanju. Funakoshi je ostao u Tokiju i formirao svoj prvi karate klub 1924. godine, pri Univerzitetu „Keino". Ubrzo mu se priključuju i ostali najpoznatiji okinavljanski majstori karatea, šireći karate po celom Japanu. Talentovaniji učenici Funakoshija Gichina stvorili su i vlastite karate stilove. Različiti karate stilovi su nekad stvoreni na Okinavi, koja jeste i najveći prostor arhipelaga poznatog kao Ryukyu ostrvo. Ono se nalazi na pogodnom mestu za trgovinu između Japana, Tajvana i Kine i širi se na jug, 685 km dalje od jugozapadne obale Kjushoa, japanskog ostrva. Kultura i ekonomija kraljevine Okinava je okončana kada je japanski šogunat (vojni režim) objavio "Tokugavin dekret" 1609. godine, i time dozvolio da "Sacuma-klan" koji se bazirao u Kjushu, izvrši invaziju na ostrvo. Istorijat kara-

tea sa Okinave je veoma bogat. Među različitim direktivama novog vladara, pa je ranija "Zabrana nošenja oružja" od 1470. godine – obnovljena. I sukob sa japanskim osvajačima je odveo umetnost ratovanja do zlatnog doba. Tako se desilo da "te" ili "okinava-te" (koji su preuzeti od "Shu'an Fa" korena iz Kine i "Tode" iz originalnog stila sa Okinave) se tad vežbalo u potpunoj tajnosti širom ostrva. Majstor Funakoshi Gichin je takođe učio na tajni način sve dok nije razotkrio njegovu umetnost i filozofiju karate-doa 1901. g. u Okinavi i 1922. g. na japanskom kopnu. Međutim, Funakoshi nikad nije ni imao nameru da se karate-do deli na različite stilove. Njegovo mišljenje je bilo da se duh i istina ove umetnosti ratovanja, ne mogu kategorizovati stilovima. On je verovao u jedno istinsko karate-do-a koje je određivalo generalne principe, svrstavajući različite stilove. Ipak, razni stilovi su se kultivisali pojavom tri velike karate škole sa arhipelaga Okinava: "Naha-te", "Shuri-te" i "Tomari-te", na japanskom kopnu. Nigashiona Kanrjo koji je živeo 1853-1916, bio je i prvi poznati majstor škole „Naha-te", koja je stvorena u gradiću Naha i nazvana je "Naha-te". A Sakugava Shungo (1733-1815) je postao popularan po "Karate-Sakugava-školi" tj. školi "Shuri-te", a nastala je u gradu Shuri. Matsumura Kosaku (1829-1898) je bio i prvi značajni sensei koji je odredio "Tomari-te", stvorenu u gradu Tomari na Okinavi. Ipak, jedan od najrasprostranjenijih karate stilova je Shoto-kan stil, koji je prezentovao Funakoshi Gichin. Ime je tad formirano od reči "shoto" i "kan". "Shoto" ima značenje "talasasta borova šuma", a takođe je bio i književni pseudonim majstora Funakoshija, kada je pisao poeziju iz mladosti. Reč "Kan" ima značenje "velika zgrada" ili dvorana. Funakoshijevi učenici su izabrali ime "Shotokan", i u početku je to značilo ime centralnog dojo-a gde se i vežbalo u to vreme, i još nije bio naziv sistema Shotokan (dvorana Shotokana), prvi nezavisni karate dojo na svetu, je dovršen 1939. g. u oblasti Zhoshigayama u Toyamaku (Tokio), kada je Funakoshi Gichin navršio sedamdeset godina. Nažalost, dvorana je uništena u vreme vazdušnih napada avijacije SAD-a 1945. godine. Ipak je uspešno rekonstruisana naporima Vlade Japana 1992. Ostali dobro poznati karate stilovi su: "Godju-ryu stil" Miyagi Chojuna (1885-1952), učenika Higashi Kanryoa, i Goju-kai, koji je formirao sensei Yamaguchi Gogen, zvani "mačak", jedan od Miyaginih učenika. Stil "Wado-ryu" je formirao sensei Otsuka Hironori (1892-1982), jedan od najstarijih učenika Funakoshijevih, koji je napustio Shotokan, posle deset godina. Škola "Shito-ryu" Mabuny Kenwe (1882-1952), čiji je naziv nastao od prvih simbola prezimena njegovih instruktora: majstora Itosu Ankoa i majstora Higashiona Kanryoa. Tani Chodiro, koji je napustio Mabunija, stvorio je svoj stil "Shuko-kai", kao i moderniju verziju "Shito-ryu-a". Nambu Yoshinao, jedan od boljih Tanijevih učenika napustio je "Shuko-kai" da bi oformio novi stil, "Sanku-kai". A novi stil "Kyokushinkai" je bila zamisao Masutatsua Oyame, koji je bio majstor koreanske umetnosti borenja. Oyama je prvo učio sa Funakoshijem, onda ga je napustio i povukao se na planinu Chibe, u Japanu, gde je tragao za dubljim značenjem karate-do-a. Na njega su i uticale koreanske i kineske borilačke veštine, pa je osnovao novo udruženje "konačna istinitost" (Kyokushinkai), a koje je postalo veoma poznato zbog spektakularnih testova za razvijanjem i takmičenjem u ful-kontaktu. On

je tad stekao za sebe i reputaciju ubijanjem bikova, slamajući njihove rogove golim rukama (pesnicom), gašenjem plamena sveće udarcem šake sa veće daljine itd. Njegov kyokushinkai je tvrd stil.



Ostrvo na jugozapadu Japana, leži između Južnokineskog mora i Tihog okeana. Njegova površina iznosi 2.255 kvadratnih kilometara, sa brojem stanovnika 1.229.000. U antička vremena, oko 600. godine na ostrvo je imala veliki uticaj Kina i najveća kineska dinastija Sui, pa uz trgovačke, ekonomske i kulturne veze dolazi do prenošenja i drevnih kineskih borilačkih veština, da bi one svoj procvat doživele u XIV veku. Saradnja Kine i Okinave će potrajati 500 godina, da bi bila prekinuta u XIX veku, kada se Okinava pripojila Japanu, pa su se iz borilačke kineske veštine pod nazivom kempo – razvile karate veštine iz poznatih karate škola koje su vodili drevni sensei. Na donjoj slici: karate trening na Okinavi, 1937.



Istraživanja kažu, pored mnogobrojnih stilova karatea, danas su najpoznatiji: Shotokan, Wado-ryu, Shito-ryu, Gojy-ryu. Pored ova četiri stila postoji i 6 drugačijih stilova: Shuko-kai, Shoto-kai, Goju-kai, Kyokushinkai, zatim Sankokai, Ishin-ryu itd. Stilovi su se tad počeli širiti i u druge zemlje (SAD, Zapadna Evropa, Balkan itd.). A u bivšoj Jugoslaviji prvi karate klub je zvanično osnovan u Beogradu 28. aprila 1963. godine i to pri Univerzitetskom judo podsavezu na osnivačkoj skupštini. Među prvim osnivačima bili su Đorđe Đuričić, nosilac 1. DAN-a crnog pojasa iz judoa i 4. kyua iz karatea (položio kod Rolfa Bauera u





Majstor karatea 10. DAN, Tetsuji Murakami (1927-1987), japanski i internacionalni instruktor, započeo je bavljene kendo veštinom, da bi 1946. godine počeo s karateom u klubovima kod slavnih senseija M. Jamaguchija i M. Mochizukija, i nakon vrhunskog izučavanja karate-do veštine počeo je širiti svoju misiju, krenuvši tokom 1957. godine van Japana da propagira karate. Isprva u Francusku, a zatim i u Portugaliju, Nemačku, Britaniju, Italiju, da bi stigao i u bivšu SFRJ, gde je 1964. godine držao prve seminare iz karate sporta.





Akademik i majstor karatea 10. DAN-a, Taiji Kase (1929-2004)



Slavni karate sensei Taiji Kase, držao je seminare u SFRJ
Na slici: sa reprezentacijom Jugoslavije (Beograd, 1978)

Bazelu, Švajcarska). Za predsednika prvog karate kluba u državi SFRJ izabran je Nikola Krstić, majstor 1. DAN-a iz judoa, a stručni rukovodilac tog prvog kluba tada je bio Đorđe Đuričić, koji je postao i prvi trener karate kluba. Posle

svih tih događaja, ekspanziju jugoslovenskog karatea pokrenuli su takmičari: *dr Ilija Jorga, dr Vladimir Jorga, Petar Đurić, Života Vukojčić, Dušan Marinković, mr Marko Nicović, Slobodan Vučinić, Radoslav Cemović, Žika Bečanović, dr Vojislav Bilbija, mr Dušan Dačić, Velibor Dimitrijević, Oliver Tomić, Dragoslav Božović, dr Radomir Mudrić, dr Dragan Doder*... Neki od njih su preminuli, ali i ostavili neizbrisiv trag. Posle raspada SFRJ, karatisti Srbije nalaze se u svetskom vrhu, gde nastupaju na državnim i internacionalnim takmičenjima.





Među prvim karate trenerima u SFRJ
Sleva: Života Vukojčić Žika, prvi trener KK „Biolog" iz Beograda, desno: dr Ilija Jorga, osnivač i prvi trener KK „Dinamo" iz Pančeva

Karate savez tadašnje SFRJ osnovan je početkom 1970. godine. Prvo su osnovani republički i pokrajinski savezi, zatim Karate Savez Jugoslavije. Osnivačka skupština zakazana je datuma 1. III l970. godine u Beogradu, a prva redovna skupština održana je 22. marta 1970. godine. Prvi Republički karate savez osnovan je 25. marta 1970. godine u Zagrebu, a KS Srbije od 22. novembra iste godine. Tada KSJ formira i komisije: disciplinsku, sudijsku, takmičarsku, za dodelu karate zvanja, stručno-tehničku, za unapređenje karatea, za materijalno-finansijsko poslovanje. Najveći organ u KSJ bila je Konferencija, a pored nje bio je i Nadzorni odbor. Konferencija je birala Predsedništvo, koje je biralo predsednika i tri potpredsednika. Pored postojećih pravilnika, KSJ je prihvatio registracijski pravilnik kao i pravilnik o osnivanju klubova i sekcija, a usvojen je prvi kalendar takmičenja. KSJ je 5. maja 1970. godine primljen u Savez organizacija za fizičku kulturu Jugoslavije. Karate reprezentacija SFRJ je tada imala i susret sa studentskom reprezentacijom Japana i pobedila je Japan sa rezultatom 12:8. Za reprezentaciju SFRJ tada su nastupali: *D. Marinković, Ž. Vukojčić, I. Jorga, V. Jorga, S. Vučinić, I. Smoljenović, Ćurić, R. Cemović, Strinić, Milinković, Zafirović, Milosavljević, Petković, Donatović i Potrebić.* Takmičari koji su se istakli na SP u periodu 1972-1990.: *D. Dačić (2), V. Mićović (2), R. Mudrić (2), S. Piper (2), I. Šipter (3), S. Bajić (3).* Šampioni SP (1990-2020) su: *M. Tomić, P. Stojadinov, T. Petrović, S. Perić, R. Lazarević, S. Stevanović, A. Leontijević, S. Pantić, N. Stevanović, I. Matić, Z. Nikolin, M. Vuković, D. Drndarević, J. Stanković, S. Bitević, M. Kurtić, M. Perić, J. Preković, Milan Pavlović*...A najuspešniji seniori takmičari



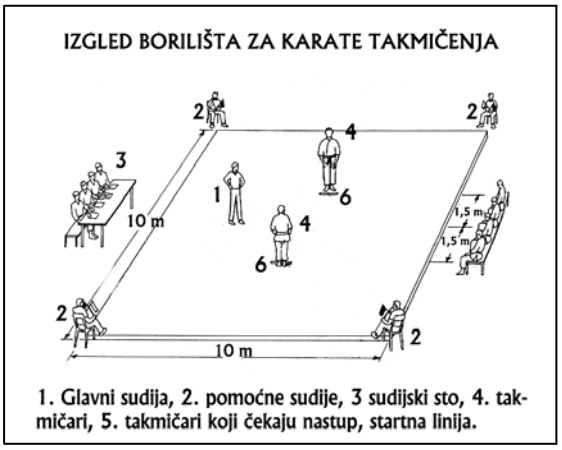
Karate reprezentacija JKU, selektor D. Dačić (Novi Sad, 2001)

reprezentacije JKU, kao najbolji na prvenstvu SRJ, PE i SP, pod vođstvom selektora D. Dačića bili su: *D. Karćaš, N. Ordagić, D. Radovanović, G. Došenović, Z. Nikolin, B. Prijević, M. Perić, A. Mihajlović, I. Karćaš, D. Stanimirović, S. Bajić, N. Srećković, A. Sinđelić, S. Gatarić, R. Mujanović, A. Pavlović. <u>Žene</u>: T. Petrović, I. Mikavica, M. Grbić, M. Vuković, D. Drndarević, M. Milošević, N. Arvaji, V. Majoroš, J. Graovac.* Reprezentacija Srbije je bila i seniorski svetski karate šampion u borbama: *Živković, Bitević, M. Jovanović, Umičević, Jerković, Vuković, N. Jovanović (Beograd, 2010).* Karate sport je učestvovao na OI (Tokio, 2020). *Reprezentativka Srbije Jovana Preković je olimpijski šampion (kumite-borbe).*

KARATE KIMONO, važna oprema ili uniforma koju nose karatisti i karateke. On se sastoji iz dva dela (gornji i donji deo) i sa pojasom koji je u raznim bojama, što zavisi od nivoa zvanja. Karate kimono je izrađen od čvrstog pamuka (kotona) sa različitim veličinama.



KARATE SUĐENJE, kontrolisanje i budno praćenje sportskog nadmetanja između pojedinaca ili između ekipa. Čistoća moralnog i karakternog lika sudije i poštovanje etičkih normi predstavlja uslov bez koga se ne može zamisliti uspešan rad sudija. Svako lice koje je polaganjem steklo savezno ili internacionalno sudijsko zvanje u karate sportu i za to ima uredno overenu potvrdu od strane RK KFS, a stalno mesto boravka mu je na teritoriji koja je po pitanju karate sporta u nadležnosti KFS i svojom slobodnom voljom se izjasni da želi da se nađe na listi KFS (Karate federacije Srbije) ili SKU (Srpske Karate Unije), biva uveden i u registar sudija jednog ili drugog karate saveza. Karate suđenje se odvija na određenom takmičenju lokalnog, republičkog, evropskog ili internacionalnog ranga. Površina borilišta mora biti ravna bez prepreka, kvadratnog oblika, sa stranama po 8 m (mereno sa spoljnje strane). Borilište može biti podignuto na visinu do 1 m od nivoa poda, a strane podignute platforme moraju biti najmanje po 10 m uključujući borilište i sigurnosni pojas. Dve paralelne linije, svaka po 1 m dužine, povučene su pod pravim uglom u odnosu na sudijsku liniju i udaljene po 1,5 m od centra borilišta. To su polazne linije za takmičare. Jedna linija od 0,5 dužine povlači se na 2 m od centra borilišta za sudiju. Kontrolor suđenja sedi između zapisničara i merioca vremena. Mora se povući jedna linija od 1 m unutar borilišta. Površina oivičena tom linijom može biti u drugoj boji, ili je linija ispreki-



1. Glavni sudija, 2. pomoćne sudije, 3 sudijski sto, 4. takmičari, 5. takmičari koji čekaju nastup, startna linija.

dana. Sudijski simboli koji se koriste u zapisniku su: kachi, ippon, waza-ari, hikiwake, make, jogai, winer, draw, defeat, exit, jogai keikoku, keikoku, hansoku chui, mubobi-chui, hansoku, shikaku. Ne sme biti nikakvih oglasnih panoa, zidova, stubova itd, na 1 m od borilišta. Sve strunjače koje se koriste ne smeju da se klizaju u kontaktu sa podom i moraju da imaju nizak koeficijent trenja na gornjoj površini. One ne smeju da budu tako debele kao strunjače za judo (džudo) jer one usporavaju karate kretanje. Sudija mora da obezbedi da se delovi strunjače (modules) ne pomeraju za vreme takmičenja, jer pukotine (otvori) dovode do povreda i predstavljaju opasnost. Takmičari i njihovi treneri svi moraju nositi službenu uniformu. Sudijski savet može odstraniti sa takmičenja bilo službenu osobu ili takmičara ukoliko ne poštuje pravila. Sudije i pomoćne sudije moraju da nose uniformu propisanu od strane sudij-

skog Saveta. Takva uniforma mora se nositi na svim turnirima i seminarima. Službena sudijska uniforma je: jednoredni tamno plavi blejzer sa dva srebrna dugmeta, bela košulja sa dugim ili kratkim rukavima, zavisno od klimatskih uslova, službena kravata, bez igle za kravatu, tamno plave ili crne jednobojne čarape i crne patike u borilištu i crne cipele izvan dvorane. Zbor sudija za takmičenje se sastoji od: glavnog sudije (*shusin*), 2 pomoćne sudije (*fukushin*) i jednog kontrolora (*kansa*). Pored toga, u cilju olakšanja rukovođenja karate takmičenja, određuje se nekoliko merača vremena, najavljivača spikera i zapisničara. Na početku kumite meča glavni sudija stoji na spoljnjoj ivici karate borilišta. Sa njegove leve i desne strane stoje pomoćne sudije. Takmičari





Gore, sleva: Sertifikat Kata Judge za internacionalne karate sudije WKF, slika dole: logo WKF, i slika desno: **Havijer Eskalante**, predsednik Svetske sudijske karate federacije WKF i sekretar EKF (od 2018).

moraju nositi beli, ali neobeleženi karate kimono (karate-gi). Može se nositi samo nacionalni amblem ili zastava zemlje. Ovo mora biti na levoj strani grudi na kimonu i ne može biti veći od 10 cm. Na kimonu može biti samo originalna etiketa proizvođača i to na uobičajenim mestima (zadnji deo gornjeg dela kimona i na pojasu/struku donjeg dela). Pored toga može se nositi na leđima identifikacioni broj takmičara koji daje Organizacioni komitet. Bez obzira na učeničko zvanje (kyui) ili majstorsko (crni pojas, DAN), na takmičenjima jedan takmičar mora nositi crveni, a drugi plavi pojas. Plavi i crveni pojasevi moraju biti oko 5 cm široki, ali i dovoljne dužine da su im krajevi posle pravilnog vezivanja od čvora dugački 15 cm. Takmičari moraju imati podrezane nokte i ne smeju nositi metalne i druge predmete koji bi mogli povrediti protivnika. Zaštitna oprema mora biti po standardnim specifikacijama. Takmičari nose zaštitne rukavice u boji svojih pojaseva otkrivenog palca i prstiju, čiji podložak ne sme biti deblji od 1 cm na udarnoj površini. Podložak mora biti fiksiran za rukavicu. Štitnici za zube moraju biti pravilno postavljeni od zubara (lekara sportskog takmičenja). Ako takmičar na borilište dođe nepropisno odeven neće biti odmah diskvalifikovan, već će mu se dati jedan minut da ispravi propust. Trener takmičara ili ekipe, za sve vreme takmičenja, nosi trenerku sa prepoznatljivim znakom na njoj. Karate turnir može sadržavati kumite karate takmičenje I/III kata takmičenja. Karate takmičenje se odvija u katama i u borbama. Kumite takmičenje se može dalje deliti ekipno i pojedinačno. Pojedinačno takmičenje se može dalje deliti po težinskim kategorijama i otvorena kategorija. U ekipnim mečevima, svaka ekipa mora imati neparan broj takmičara. Svi takmičari su članovi ekipe i unapred nisu određene rezerve. Pre svakog takmičenja službeni predstavnik ekipe mora predati kod zapisničkog stola formular sa imenima i redosledom takmičara za naredni meč. Redosled borbi može biti menjan za svaku rundu (kolo), ali jednom zabeležen ne može se više menjati. Ekipa će biti diskvalifikovana ako bilo ko od članova ili trener promeni sastav ekipe ne poštujući redosled borbi. U prvom kolu ekipnog meča, ekipi će biti dozvoljeno da učestvuje samo ako ima propisani broj takmičara. Nijedan

takmičar ne može biti zamenjen drugim u pojedinačnom prvenstvenom meču. Pojedinačni takmičari ili ekipe koji ne stignu na takmičenje pre zvaničnog otvaranja biće diskvalifikovani sa dotičnog turnira. Trajanje kumite borbe je utvrđeno na tri minuta za muškarce se-




Glavni kontrolor Svetske sudijske karate federacije WKF prof. Džordž Hernez, 9. DAN, sleva: iz 1997. godine i desno: iz 2013.

niore (ekipno i pojedinačno) i tri minuta za žene i juniore. Vreme trajanja borbe počinje kada glavni karate sudija da znak za početak, a prekida se svaki put kada uzvikne: „stop“ (yame), a merač vremena jasno čujnim gongom ili zvonom „30 sekundi do kraja“ ili „kraj borbe“ (time-up). „Time-up“ signal označava i kraj karate borbe. Bodovanje (kumite-borbe) za oba takmičara određen je postizanjem: yuko =1 poen, waza-ari =2 poena, ippon=3 poena ili odlukom sudija, ali takođe i na osnovu hansoku, shikkaku ili kiken dosuđen protiv jednog protivnika. Svetska karate federacija je uvela pravila antidoping kontrole na šampionatima i takmičenjima, pa se obavljaju nenajavljeni testovi za doping. Sudije u karate sportu licenciraju se na internacionalnom nivou (Judge WKF ili WKC) glavne ili bodovne sudije, a na evropskim takmičenjima (Judge EKF ili EKC itd.), za glavnog sudiju ili bodovne.

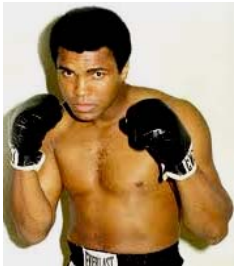
KARPATI RUDOLF (u Budimpešti 1920, umro 1999), mađarski reprezentativac u mačevanju. Na OI osvojio je 4 zlatne medalje, kao član pobedničke ekipe Mađarske u borbi sabljom (1948, 1952, 1956, 1960), kao i dva puta u pojedinačnoj konkurenciji (1956, 1960). Na prvenstvu sveta u reprezentaciji Mađarske, kao pobedničkoj ekipi bio je 6 puta (1951, 1953, 1954, 1955, 1957 i 1958), dok je 2 puta bio prvak u pojedinačnoj konkurenciji (1954 i 1959), 2 puta drugi (1955, 1957), i treći (1953).

KARPOV ANATOLIJ ALJOŠA (Zlatous, 1951), sovjetski šahovski velemajstor i dvanaesti prvak sveta, proglašen bez borbe (1975), jer mu Bobi Fišer nije izašao na turnir. Šah je naučio u sedmoj godini, a majstor je postao sa petnaest godina, omladinski svetski prvak



je postao 1969. U 1970. godini postao je međunarodni majstor, da bi 1971. postao velemajstor, a nedugo i višestruki svetski šampion između 1971 - 1980, pobedivši najslavnije šahiste sveta: Polugajevskog, Spaskog, Korčnoja, Talja, a osvajač je prvog mesta na OI u Nici 1974. *Najmlađi svetski prvak u istoriji šaha.*

KASIJUS KLEJ (MOHAMED ALI), (1942-2016), bokser SAD i jedan od najboljih boksera sveta. Pobednik je 1960. godine na Olimpijskim igrama u poluteškoj kategoriji, a iste godine je postao profesionalac. Godine 1964. osvojio je zlatnu medalju na Prvenstvu sveta po-



bedom nad Sonijem Listonom u sedmoj rundi. Otada je devet puta odbranio titulu svetskog prvaka u boksu, ali 1967. godine odbija da stupi na vojnu dužnost radi angažovanja SAD u vijetnamskom ratu, zbog čega mu je, posle sudskog procesa, na kome je osuđen, u SAD oduzet naslov svetskog šampiona u boksu. Od 1970. godine on se vraća u bokserski ring, ali u

1971. godini gubi u borbi protiv Džoa Frejzera, a potom 1973. i protiv šampiona Džordža Formana. U 1974. godini Kasijus Klej nastupa u ringu u gradu Kinšasi, pobedom nad Džordžom Formanom (u 8. rundi) ponovo je osvojio prvenstvo sveta. Teško oboleo od Parkinsonove bolesti, povlači se iz boksa i posvećuje se svetskoj borbi protiv rata. Promenio ime u *Mohamed Ali.*

KASPAROV KIMOVIČ GARI (Baku u Azejberdžanu, 1963), svetski šampion u šahu (1985-2000). A u vreme demokratskih promena u SSSR, dao je veliki doprinos. Ipak, definitivno se povlači iz takmičarskog šaha 2005. godine.



KASTELOTI EUĐENIO (rođ. 1930, poginuo 1957), italijanski automobilista i jedan od najpoznatijih automobilskih asova sveta. Prvu pobedu je ostvario na Gran priju u Portugaliji, 1952. godine.





Pobednik je u trci na 1000 milja u gradovima Ruanu i Sebringu 1956. Svetski šampion u trci na 1000 kilometara iz Buenos Ajresa 1957. godine. Tragično je izgubio život u eksperimentalnoj vožnji na autodromu u Modeni (Italija) u trkaćem bolidu Formula 1 V8 "ferari".

KATA, simbolička forma u karateu, jedan od metoda *praktikovanja karatea*. Kate se sastoje iz delova i izvode se pravilnim ritmom (*učeničke ili majstorske).*



KATO SAWAO (Nigata, 1946), japanski reprezentativac u sportskoj gimnastici. *Nosilac je i 9 zlatnih olimpijskih medalja: 1968. u vežbama u parteru, višeboju (pojedinačno i ekipno); 1972. godine u vežbi na razboju (pojedinačno i ekipno), a u 1976. u vežbi na razboju odn. u višeboju (pojedinačno i ekipno), bio svetski šampion 1970. godine u vežbama u parteru i preskoku preko konja.*



KECMAN MOMIR (Krnja Jela kod Bos. Petrovca, 1940), reprezentativac u rvanju grčko-rimskim stilom, elektroinženjer, rvao za RK "Radnički" iz Beograda. *Bio šest puta prvak SFRJ (1969-1973), vicešampion Evrope 1969/1970, vicešampion sveta 1971. Na OI (4.) 1972. Zaslužni sportista SFRJ.*

KEKOMI, varijanta izvođenja pojedinih nožnih tehnika, koje se izvode "guranjem". Udarci su bodući, kuk izbačen. Ove tehnike najviše su zastupljene u karate sportu, kik-boksu, savateu itd.

KEMBEL M. DONALD (1921-1967), motonautičar Vel. Britanije, sin slavnog *Malkolma Kembela*, svetski šampion sa brzinama: *1964. godine (648 km/h). Poginuo na jezeru Koniston u čamcu na mlazni pogon „Blubird" (Plava ptica). Karakteristike plovila: dužina 8 m, širina 3 m, visina 1,3 m, pogon „vikersov" turbomlazni motor „berli".*

KEMBEL MALKOLM (u Kelviningu, 1885 – Rejgen, 1948), motonautički as iz Engleske, 9 puta prvak sveta u vožnji automobilom (1923. g. 220 km/h), a sa čamcem "Plava ptica" (1935. g. je postigao 484 km/h), 3 rekorda toga doba.

KEMENJI FERENC (Veliki Bečkerek, Zrenjanin, 1860, umro u Budimpešti 1944), propagator Olimpijskih igara modernog vremena i redovni član CIO (1894-1907), književnik i publicista. Završio je prirodno-matematički fakultet u Budimpešti, a studije književnosti u

Parizu. Od 1891-1894. bio je i direktor realne gimnazije u Egeru (Ugarska), zatim i profesor na Višoj realci u Budimpešti. Za vreme svojih studija u Parizu upoznao se tad sa osnivačem modernih Olimpijskih igara, dr Pjerom Kubertenom, pa kao njegov najbliži saradnik postaje član CIO (Međunarodnog olimpijskog komiteta) 1894. godine, a nešto kasnije i Kubertenov generalni sekretar. Za izvanredne zasluge na polju međunarodne saradnje, dr Ferenc Kemenji izabran je 1910. godine na Kongresu mira u Havru za sekretara Međunarodnog društva za mir. Godine 1972. ispred gradskog stadiona u Zrenjaninu, u Aleji velikana, dr Ferencu Kemenjiu postavljena je spomen-bista, kao suosnivaču Međunarodnog olimpijskog komiteta i suorganizatoru modernih OI.

KEMPO, fizičke vežbe, sastavni deo budističke religije, danas škola kineskog karatea, delimično mistična.

KENDO, "kao put mača" ili japansko mačevanje iz "kenjitsu", koje ima dugu tradiciju. Veština je nastala još pre nove ere, ali su prvi verodostojni podaci o upotrebi bokena (drvenog mača) zapisani u 5. veku. Najraniji stil i preteča



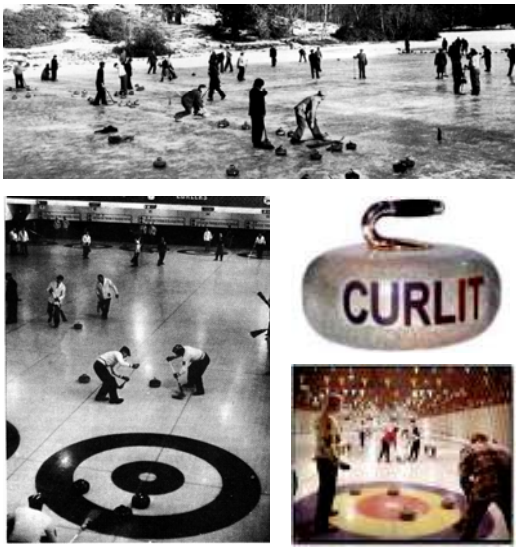
Odeća kendo borca se sastoji iz sledećih elemenata:
1.Keikogi – gornji deo odeće
2.Hakama- donji deo kimona
3.Men – kaciga na glavi
4.Do – grudobran
5.Tare – zaštitnik abdominale
6.Kote – zaštitne rukavice



Oružje koje koristi u kendou:
a) Drveni mač (boken)
b) Katana (duga sablja)
c) Shinai (mač od bambusa)

današnjeg kendoa bio je nen-ryu, koji je upotpunjavao svu realnu tehniku i bio poznat ratničkoj klasi samuraja, koji su ga i praktikovali. Vremenom se prilagodio sportskim pravilima. A oružje koje takmičarima služi u borbi su bambusove stabljike koje su uzdužno rasečene i povezane kožnim trakama, nazivaju se shinai. Takmičari kendoa koriste opremu i to: kimono koji je tamnije boje, a sastoji se iz dva važna dela (keikogi i hakama), zatim i savremeni oklop, koji podseća na tradicionalni drevni oklop sa kacigom (men), zatim grudobran koji je izrađen od jake kože i bambusovih komada (do), i zaštitnik abdominalne regije tela (tare), zatim obavezne specijalne zaštitne rukavice (kote).

KERLING (engl. to curl), uvijati, vijugati, zimska sportska igra na ledu koja uveliko sliči na boćanje. Pretpostavka je da je nastala u Škotskoj, gde je i pronađena ploča za kerling, sa oznakom iz 1551. godine. Najstarija poznata organizacija u tom sportu je Dudingston



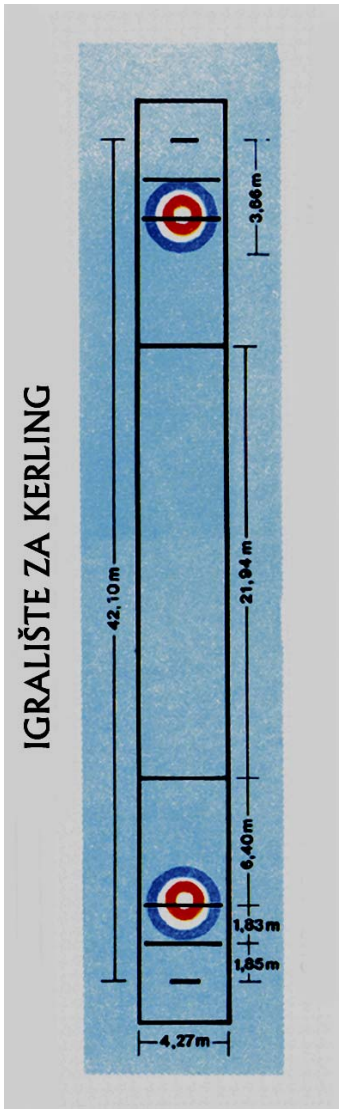
Takmičenje u kerlingu 1924. godine (gore i levo), i takmičenje u XXI veku (slika dole desno)

Curling Society, osnovana 1795. godine u Edinburgu. Ova sportska igra je veoma popularna osim države Škotske i u Kanadi, SAD, Novom Zelandu i kontinentalnoj Evropi, ali je kerling najrasprostranjeniji u Kanadi, gde postoji više od 1500 klubova. Igra se organizuje na zaleđenom glatkom igralištu koje

je dužine 42,10 m i širine 4,27 m. Slično kao i u boćanju, na svakom kraju igrališta označena je tzv. „kuća“ sa koncentričnim kružnicama za određivanje rezultata. Igra se sa kamenim pločama (stones) u obliku pogače koje su dimen-





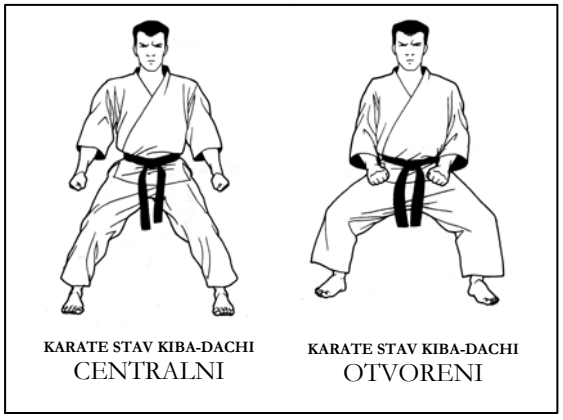


Na igralištu za kerling, ekipa je sastavljena od četiri igrača, od kojih svaki baca po 2 ploče prema kući. Načinom izbačaja takmičari daju ploči desni ili levi zaokret (spin), usled čega ona kliže po ledu u luku, udesno ili ulevo. Da bi brzina ploče bila što veća, dopušteno je da se nakon svakog izbačaja metlom čisti led koji se trljanjem najpre ugreje i otapa, zatim nanovo smrzne, a površina postaje potpuno glatka. Kapiten ekipe, nanošenjem snega ispred ploče suigrača – usporava njegov uspeh.

zija 30 cm prečnika, 10-13 cm visine i sa skoro 20 kg težine. Takmiče se dve ekipe sastavljene od po 4 igrača. Svaki igrač (igračica) baca po dve ploče tako da one kližu po ledu prema oznaci u središtu kruga. Pošto su takmičari bacili svih 16 kamenih ploča, jedna ekipa dobija između 1 i 8 bodova i to zavisi od toga koliko se njenih ploča zaustavilo bliže središtu „kuće“ od najbliže ploče njihovih protivnika. Ali, ako je slučajno igra nerešena, nastavlja se tako da se ploče bacaju obrnutim smerom tj. na drugi kraj igrališta. Bacači obeležavaju ručke svojih ploča posebnim bojama. Prilikom izbačaja ploča igrači im u tom trenutku daju poseban brz zaokret ka desno ili levo, dok kapiteni ekipe čiste metlicom ledenu podlogu u momentu dok ploče počinju da kližu ka cilju. Ali isto tako nabacuju sneg metlicom igraču iz suprotne ekipe, da bi usporio putanju njihove ploče po ledenoj podlozi. Ova igra je uvrštena i na zimske Olimpijske igre 1924. godine u Čemoniksu, i od tada redovno učestvuje.

KETNEROVA MARJE (1911-1998), čehoslovačka reprezentativka u stonom tenisu, svetska šampionka (1933, 1934, 1935), na PS osvojila 22 medalje.

KIBA-DACHI, karate stav u kome su stopala obe noge potpuno paralelna, a težina tela je ravnomerno raspoređena na obe noge (pogledati slike).



KARATE STAV KIBA-DACHI CENTRALNI

KARATE STAV KIBA-DACHI OTVORENI

KIBA-KUMITE-DACHI, sparing ili raskoračni stav u karateu.

KIHON, trening na kome se proučavaju osnovne borilačke tehnike.

KIHON-DACHI, osnovni stav.

KIHON-KUMITE, kvalitet tehnike i stava takmičara u karateu, judou itd.

KIK-BOKS, (kick-boxing) borilačka veština, vodi poreklo sa Tajlanda. Tradicija traje i preko 500 godina. Izvorno, ova borilačka veština je sačuvala veći deo od svojih osobenosti, ali su od boksa sa Zapada prihvaćene: *specijalne rukavice, ring i težišne kategorije*. Sama pravila kik-boksa



Vilijam Bil Luj Valas (Portland, Indijana, 1945), Amerikanac, majstor karatea shorin-ryu 8. DAN-a i jedan od najboljih boraca ful-kontakta i kik-boksa na planeti, magistar kinezioloških nauka i prof. fizičke kulture. Bio je višestruki svetski šampion u kik-boksu (PKA) i u ful-kontaktu (1974-1980), odbranivši 12 puta svetsku titulu. Napisao je i veći broj knjiga iz tematike borenja.



Ivan Strugar (Podgorica,1974), bio reprezentativac SFRJ u kik-boksu, višestruki šampion Evrope (1995, 1996, 1998, 2000), svetski šampion u amaterskom kik-boksu. Bio 5 puta šampion sveta u profi kik-boksu (1998, 2001, 2002, 2007, 2010).



Nenad Pagonis (Novi Sad, 1987), reprezentativac Srbije u kik-boksu, višestruki šampion Evrope, 4 puta svetski šampion VAKO (u amaterskoj kategoriji: 2007, 2009, 2011, 2013), svetski profi šampion 2 puta u teškoj kategoriji VKBF za 2013, i u lou-kik boksu (Novi Sad, 2014) težinska kategorija do 88,61 kg.





Sleva: Miloš Anić iz Jagodine, dvostruki svetski šampion u kik boksu (2010, 2012). Desno: predsednik Kik boks saveza Srbije dr Borislav Pelević i Aleksandar Konovalov (svetski prvak u kik-boksu za 2015, i šampion sveta u lou-kik kategoriji do 64,5 kg (PS, Jagodina, 2017).

su veoma slična pravilima koja su propisana za olimpijski boks, jedino je izuzetak što je u tajlandskom boksu dozvoljeno udaranje nogama, kolenima i laktovima. *Srbija je svetski WAKO šampion u kik-boksu K-1 ekipno (Novi Beograd, 2012).*

KILIMANDŽARO, vulkanska planina u Tanzaniji i najviša planina Afrike, sa tri vrha, izazova alpinizma: Uhuru Peak u masivu Kibo (5.895 m), Šira i Mavenzi. *Alpinisti Srbije osvojili ih 1954. godine.*

KINEZIOLOGIJA (grč. pokret tela i nauka, zakon), nauka o kretanju i pokretima, koja istražuje zakonitosti posebno uslovljenih telesnih vežbi (kinezioloških stimulusa) na promene u čovečjem organizmu. U kineziologiji su integrisane i zakonitosti drugih nauka (sociologije, psihologije, biologije, fiziologije, biomehanike, medicine, pedagogije i dr.), ali kineziologija vrši i samostalna istraživanja o uticaju telesnih vežbi na psihosomatski status. *Kineziologija se deli na tri osnovne grupe: sistemsku, specijalnu, i primenjenu kineziologiju.*

KINEZIOTERAPIJA (grč. kinēsis – kretanje + therapeia), primena telesnih vežbi u svrhu lečenja, aktiviranja organizma i poboljšanja oštećenih funkcija, a vežbe se mogu izvoditi samostalno (aktivne vežbe) ili uz pomoć fizioterapeuta (pasivne vežbe). *Za terapiju oštećenih motornih funcija – korisne su vežbe u vodi, koje se*





usmeravaju na stanje poboljšanja čitavog organizma (cirkulacija krvi, disanje, tonus mišića) ili su lokalnog karaktera (za pojedine mišiće). Zatim vežbe: korektivna gimnastika (za poboljšanje lošeg držanja tela), ortopedska gimnastika (za lečenje deformiteta tela, naročito kod nogu), disajna gimnastika, porođajna gimnastika. Kinezioterapija utiče na zarastanje povreda nakon traumatskih oštećenja u sportu itd.

KINOGRAM (grč.), niz slika koje postupno prikazuju karakteristične položaje tela u toku izvođenja sportske vežbe.

KYOKUSHINKAI, savremeni stil karatea, osnivač i lider mu je slavni karate sensei Masutatsu Oyama, koji je rođen 1923. godine u Seulu, glavnom gradu Koreje, na obali reke Han. Kao završeni srednjoškolac prelazi da živi u Japan, gde se 1941. godine upisuje na Tokijski Takushoky Univerzitet. Živeći u domovini usavršio je i "osamnaest tehnika" kineskog kempa. Po dolasku u Japan, Oyama postaje učenik slavnog velikana karatea Gichina Funakoshija, gde je veoma brzo dobio majstorsko zvanje crnog pojasa 2. DAN-a (ni-dan). Zatim je nastavio školovanje i vežbanje karatea kod priznatog japanskog majstora karatea Soneioma, koji je u to vreme vodio poznatu Goju-ryu školu, gde polaže za 4. DAN (jon-dan). Ali, posle intenzivnih sukoba između dve Koreje (Severne i Južne) Masutatsu Oyama se tad potpuno predaje karateu, a velika inspiracija mu je došla posle pobede na Svejapanskom karate prvenstvu. Krajem 1948. godine Oyama se izdvojio bukvalno iz ljudskog društva (pune tri godine), predavši se zen-pravilima, boraveći u samostanima i danonoćno trenirajući karate veštinu. Sedeći i meditirajući pod vodopadima i razbijajući golim rukama drveće kao i kamenje, borio se golim rukama sa divljim zverima, a rezultati su bili: udarcem ruke (shuto) biku je rukom odsecao rogove i uspevao da u potpunosti savlada bika. Time je u karateu izazivao senzacije. Oyama je svoj stil nazvao *kyokushinkai* (punog kontakta).



Masutatsu Oyama (1923-1994)

KYU, stepen učeničkog zvanja iz borilačkog sporta karate. Ukupno postoji deset ili 12 kyua (zavisno od pravila karate federacija i vrste stila). Sistem polaganja za sva učenička zvanja: nužan je preduslov da bi se pristupilo polaganju za prvo tehničko zvanje majstorskog crnog pojasa 1. DAN-a. Kroz postupno treniranje, savladavanje tehnike i kata, stiče se tada i viši nivo znanja, a iskorakom iz učeničkih kata, ka majstorskim katama vodi sticanju majstorskog crnog pojasa.



Sleva: kyui tokom XX veka, i desno: duža lestvica iz 21. veka

KYUDO, borilačka veština gađanja lukom i strelom. Datira negde iz srednjeg veka. Vežbali su je samurajski ratnici, sa željom da postignu i perfekciju borenja. Ta veština je tada bila poznata kao kyujutsu. Njen prvi sensei je bio *Masatsugu Zensho*, koji je svoju školu nazvao Hokiryu, datirala iz 10. veka. Za stvaranje savremenog kyudoa, najveći uticaj je imao poznati majstor kyudoa –*Ogasawara Nagahide* (osnivač Ogasawara-ryu-a). Kasniji doprinos modernizaciji veštine je u novijem stilu iz 16. veka, koji je nazvan Heki-ryu. A kao savremeni naziv *kyudo* danas, u ovoj veštini koristi prvenstveno: princip, način, ideje, i filozofske osnove, a ne potencira se praktična primena. Danas u Japanu ova veština predstavlja samo deo tradicije. Od mnogih veština borenja, kyudo traži najmanje fizičke snage i sposobnosti u odnosu na neke drugačije borilačke veštine poniкle sa Dalekog istoka, ali celokupna teh-

nika kyudo-a se bazira na mentalnom udubljenju ali na iracionalnom uvidu, tj. mentalne komponente. Kyudo je ostatak tradicije, ili pak ostatak jednog vremena, jednog mišljenja, iracionalnog herojskog pogleda na svet. Ukupna mentalna koncentracija je usmerena na gađanje speci-



jalnim velikim lukom i strelom određene mete koja je napravljena od rogoza (lisnata močvarna biljka, od čijeg lišća se u Japanu pletu najkvalitetnije asure), pa pogotkom u centar mete se doživljava i posebno duševno stanje, a stavljane strele na luk se naziva *"susret sa sudbinom"*.

KLAMER FRANC, reprezentativac iz Austrije u alpskom skijanju (rođ. 1953), *šampion OI (Montreal, 1976) u spustu, svetski šampion u kombinaciji (1974), svetski šampion u spustu (1976), pobednik Svetskog kupa u spustu (1975-1977).*

KLIČKO VITALIJ (Bjelovodskoje u Ukrajini, 1971), reprezentativac Ukrajine u boksu, svetski šampion u verzijama WBC, WBA, WBO, IBF teške kategorije. Doktor nauka u sportu.

KLIČKO VLADIMIR (Semipalatinsk, 1976), reprezentativac Ukrajine u boksu, šampion sveta u verzijama WBC, WBA, WBO, IBF teške kategorije. Doktor nauka u sportu, mlađi brat *Vitalija Klička.*

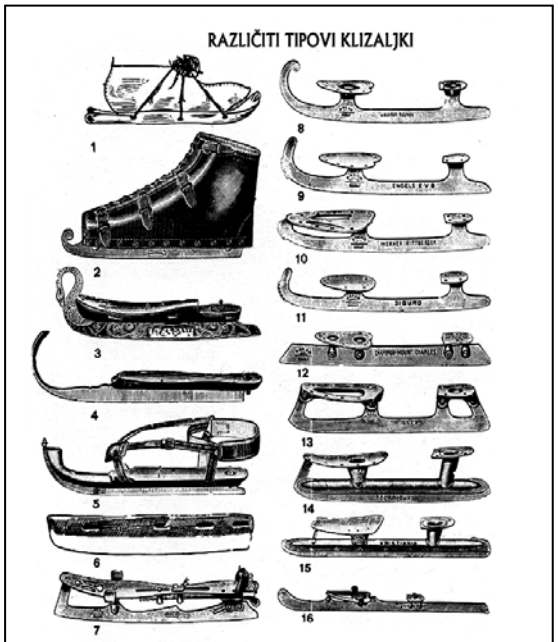
KLIZANJE, veština kretanja čoveka po prirodno ili veštački zaleđenim površinama pomoću klizaljki. Vremenom, iz te veštine razvile su se tri sportske grane klizanja: brzinsko klizanje, umetničko klizanje i hokej na ledu. Bezbrojni arheološki nalazi potvrđuju pretpostavku da su se ljudi još u kameno doba, krećući se po velikim zaleđenim površinama služili veštinom klizanja. Pronađeni su i drevni ostaci od životinjskih kostiju i koji nesumljivo podsećaju na klizaljke. Takođe su pronađeni i tragovi koštanih klizaljki dečaka iz XII veka, a klizanje se javlja i u skandinavskim zemljama iz perioda XIV veka, dok švedski istoričar Olaus Magnus (1490-1557) opisuje prave klizačke trke u svojoj zemlji. *Jedno od najstarijih likovnih svedočanstava o klizanju je drvorez nepoznatog umetnika iz XV veka sa prizorom nezgode svete Lidvine pri klizanju na ledu. Međutim, Holandija je bila među prvim zemljama na svetu gde se razvilo pravo sportsko klizanje, i u njoj se već u XVIII veku održavaju prve trke na ledu, u kojima učestvuju i muškaci i žene. Vremenom klizanje postaje ujedno i razonoda i sport, svugde gde su za to postojali vremenski uslovi. U Edinburgu, 1642. godine osniva se prvi klizački klub u svetu pod nazivom Edinburgh Skating Club. Prva knjiga o klizanju izlazi u Londonu 1772. godine od autora Roberta Džonsa, a prvi klizački klub je*



Sleva: klizanje iz 1742. godine, i u Parizu (desno), 1892.

osnovan u SAD, 1849. u Filadel-fiji zvao se Skating Club, da bi sledeći klub bio osnovan i u Njujorku 1860. Na tlu Evrope osnivaju se takođe klizački klubovi: u Frankfurtu na Majni (1861), Oslu (1864), Amsterdamu, Milanu i Parizu (1865), Stokholmu (1866),zatim Beču (1867), Budimpešti, Kopenhagenu (1869), Petrogradu i Helsinkiju (1875) i Hamburgu (1888). U to vreme, najveće uspehe postizalo je Bečko klizačko društvo, koje će dugo ostati i centar klizačkog sporta u Evropi. Godine 1876. u Londonu je na Čelziju napravljena i prva klizačka pista sa veštačkim ledom, koja je u to vreme bila senzacija.

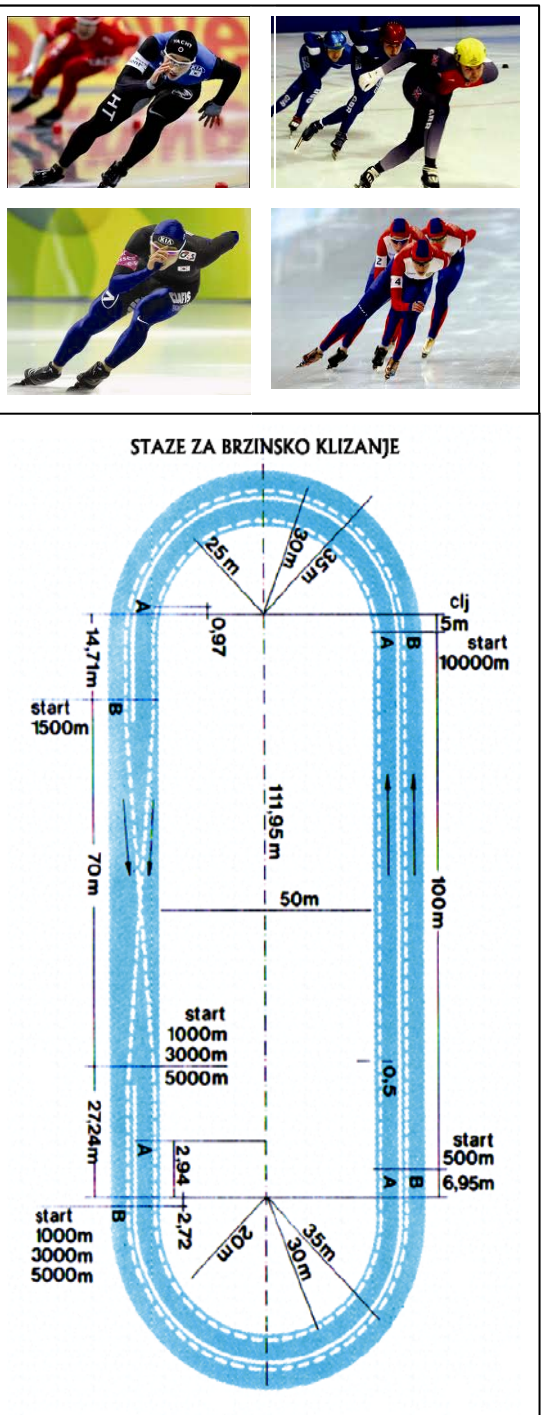
Sledeći period bio je obeležen osnivanjem mnogih nacionalnih klizačkih saveza, a javlja se i potreba za osnivanjem i međunarodnog saveza koji će regulisati i organizovati međunarodna klizačka takmičenja. Inicijativom Holandskog klizačkog saveza u Ševeningenu, osnovan je 1892. godine Međunarodni klizački savez (ISU, International Skating Union). Na tlu jugoslovenskih zemalja, prvi aktivni promoteri klizačkog sporta bili su oficiri i studenti koji su putovali u Beč, tako da je među prvima osnovan i prvi klizački klub u Banatu, u Velikom Bečkereku (Zrenjanin), 1875, a zatim i u Zemunu. Za razvoj klizačkog sporta u svetu od neposrednog i dalekosežnog značanja bilo je unapređenje i proizvodnja klizačke opreme. Naročito je to bilo intenzivno u drugoj polovini XIX veka. Unapređenju klizaljki naročito su doprineli Holanđani, Rusi i Norvežani (klizaljke za brzinsko klizanje), da bi se 1850. godine pojavile u Americi klizaljke od metala, koje su se od 1862. odomaćile u celoj Evropi (Halifaks-klizaljke). Prednost ovog tipa klizaljki je bila u tome što se u odnosu na prethodne klizaljke morala koristiti i dodatna oprema od dva štapa, kod američkih čeličnih klizaljki to više nije bilo potrebno, jer je klizačima čelična oštrica služila za odraz. Posle tog epohalnog otkrića, postepeno se u klizanju izdvajaju dve grane klizačkog sporta: brzinsko klizanje i umetničko klizanje. U brzinskom klizanju (engl. speed skating), kao sportskoj disciplini klizači se trude da za što kraće vreme nastoje savladati određenu zaleđenu razdaljinu odnosno dužine staze, krećući se obavezno uvek nalevo, odnosno suprotno od skazaljke na časovniku. Takva takmičenja obuhvataju deonice i to od: 500, 1000, 1500, 3000, 5000 i 10000 m za muškarce i na 500, 1000, 1500 i 3000 m za žene (Prema pravilima ISU iz 1974. godine). Prva međunarodna takmičenja u brzom klizanju bila su organizovana u 1882. u Beču, prvo prvenstvo Evrope je održano 1892. u Hamburgu, a prvo svetsko



1. praistorijska, 2. srednjovekovna (s cipelom), 3. zlatna, 4. stara holandska, 5. drvena holandska, 6. satara, 7. engleska, 8. tip jackson Haynes, 9. tip Salchov, 10. tip Rittberger, 11. tip Winzner, 12. engleski tip, 13. kanadski tip za hokej, 1 4. čelična za hokej, 15. tip Harald Hagen, 16. za brzinsko klizanje.

prvenstvo 1893. u Holandiji. Međunarodna klizačka federacija je 1895. promenila izvesna pravila, tako da se od tada održavaju brzinske trke na ledu na deonicama od 500, 1500 i 5000 m, a od 1896. i na 10 000 metara. Brzinsko klizanje je uključeno u zimske Olimpijske igre počev od 1924. Standardno ovalno klizalište za brzinsko klizanje je dimenzija (333 1/3 – 400 m dužine), sa dve staze unutrašnjom i spoljnom, od kojih je svaka široka 4-5 m. Radijusi polukružnih krivina na stazi od 400 m su za unutrašnju ivicu prve staze 25 m, za unutrašnju ivicu druge staze 30 m, a za spoljnu ivicu druge staze 35 m. Granice staze obeležene su snegom, bojom ili pokretnim kockama. Na različitim mestima staze, određenim bojama označen je start za pojedine trke brzinskog klizanja, a isto tako i linija cilja.

Odeća koju nose klizači za brzo klizanje na ledu je laka i pripijena uz telo, a



Gornje slike, sleva: brzinski klizač na startu, gornja slika desno – u toku trke. Donja slika klizalište za brzinsko klizanje sa obeleženim stazama.

sastoji se od trikoa, donjeg dela, pulovera i vunene kape, a dozvoljene su i rukavice. Klizaljke su od aluminijuma, duge 43-50 cm, sa oštricom od prvoklasnog čelika, pričvrćene su vijcima ili zakovcima za klizačke cipele. Cipele dosežu do gležnjeva, one su lake, a izrađene su od prvoklasne kože. Oštrica klizaljki (4 mm) potpuno je ravna, da bi se ravnoteža tela rasporedila na čitavu površinu klizaljke, dok brušenje klizaljki isključivo obavljaju samo stručne osobe. Za uspešnog klizača u brzinskom klizanju, najvažnije su duge godine upornog vežbanja, pravilno usklađivanje smera klizanja sa kretanjem tela, kao i perfektan odraz na ledu, a nadasve i kondicija. Umetničko klizanje (engl. figure skating, rus. фигурное катание на коньках, čehosl. krasobrusleni), sporstka disciplina, u kojoj klizači pojedinačno ili u parovima usklađuju raznovrsno oblikovane pokrete i likove sa ritmom muzike i dajući izvođenju estetko obeležje. Umetničko klizanje rođeno je u Holandiji polovinom XIX veka, ali takođe se ono širilo i u druge severne zemlje Evrope. Jedan od prvih udžbenika o umetničkom klizanju, objavljen je 1838. u Petrogradu u Carskoj Rusiji. Međutim, za jednog od idejnih pokretača nove sportske discipline zvane umetničko klizanje vezano je ime Amerikanca Džeksona Hajnesa, koji je kao baletski majstor, u periodu 1860-1870. imao svoje predstave u Beču. Posmatrajući klizače na zaleđenoj pisti, Hajnes je došao na ideju da bi i klizači mogli da izvode određene pokrete iz baleta. Tu zanimljivu ideju klizači su prihvatili, tako da je prvi učitelj umetničkog klizanja u svetu postao Hajnes, koji je takođe izmislio i specijalne čelične klizaljke, koje su bile povezane za cipele klizača i klizačica, i te cipele su se nazvale (Džekson-klizaljke). Ali, u isto vreme prenete su iz SAD u Evropu i druge vrste klizaljki koje su se zvale Halifaks-klizaljke, a za njima su stigli i ostali manje poznati modeli. Vodeća škola u umetničkom klizanju postala je čuvena Bečka klizačka škola, da

bi znanja i iskustvo iz te slavne škole prešli i u Veliku Britaniju i SAD. Englezi su bili vrsni majstori u savršenstvu izvođenja klizačkih programa na ledu, a Amerikanci su bili poznati po izvođenju savršenih i atraktivnih skokova i pirueta. U periodu s kraja XIX veka odravaju se mnoga takmičenja u brzom i umetničkom klizanju (u Beču 1882) i 1885, a u Nemačkoj (1886, 1887), zatim Međunarodno takmičenje u Petrogradu 1890, na kojem su učestvovali i najbolji klizači Rusije, Austro-Ugarske, Nemačke, Švedske i SAD. Pobednik je bio ruski klizač Aleksandar Lebjedev. Godine (1894) predloženo je od strane Kongresa CIO da se i umetničko klizanje uvrsti u redovan program Olimpijskih igara. To će se desiti 1908. godine, kada će na letnjim OI prvi put učestvovati umetničko klizanje kao sportska disciplina, a od 1924. godine umetničko klizanje je redovno i na zimskim Olimpijskim igrama. Takođe, organizovano je i prvo prvenstvo Evrope za muškarce 1891, a za žene 1930. godine, dok je prvo prvenstvo sveta u umetničkom klizanju održano (1896) u Petrogradu. Prvo prvenstvo sveta u umetničkom klizanju za žene, organizovano je 1906. Klizač iz SAD i predstavnik američkog stila umetničkog klizanja, Ričard Buton bio je (između 1945-1952) svetski šampion, koji je prvi put uveo u programu i skakanje u vazduhu sa okretom. A od klizačica najviše se istakla Norvežanka Sonja Heni, koja je bila višestruka olimpijska pobednica i 10 puta svetska šampionka (od 1927-1936). U tom periodu stasali su mnogi šampioni i šampionke umetničkog klizanja kao što su: braća Alan i Dejvid Dženkis, Karol Divin, Alan Žileti, Alan Kalmat. Od žena, pored najbolje Sonje Heni, istakle su se i: Barbara An Skot, S. Dijkstra (višestruka prvakinja sveta, prvakinja Evrope i olimpijska pobednica), zatim Pegi Fleming (svetska i olimpijska pobednica) itd. U klizanju parova u periodu 1960-1964. godine sve pobede su postizali Marika Kilijus i Hans Jurgen Baumer, a od (1965-1971) klizački par iz SSSR-a Ljudmila Belousova i Oleg Protopopov. Na Olimpijadi u Saporou (1972) zlatnu medalju su osvojili Ondrej Nepela i Triksi Šuba, kao i par Irina Rodnjina i Aleksej Uljanov. Razvoj umetničkog klizanja na prostorima Srbije, započinje izgradnjom velikog klizališta u Beogradu, početkom 1953. godine, što je omogućilo klizačkom sportu intenzivan razvoj. Oprema koja se koristi za umetničko klizanje sačinjena je od: specijalnih klizaljki (za mekši i za tvrđi led), odeće koja ne sme biti suviše topla, cipela iz-



NAJBOLJI KLIZAČI I KLIZAČICE PLANETE
Gore, sleva: Sonja Heni (Norveška), olimpijska šampionka i višestruka prvakinja sveta u umetničkom klizanju u periodu 1927-1936, Katarina Vit (Nemačka), dvostruka olimpijska šampionka i četiri puta prvakinja sveta. Donje slike sleva: sovjetski klizački parovi i svetski šampioni: Pahomova-Gorškov, i Rodnjina-Uljanov.

rađenih od meke i prvorazredne kože, koje moraju prelaziti visine gležnjeva i za najmanje 3-5 cm, ali sve cipele za klizače i klizačice obavezno se prave po meri. Savršenstvo u tehnici umetničkog



klizanja, postiže se samo dugotrajnim vežbanjem. Klizačka tehnika obuhvata školske likove i likove slobodnog sastava. Sve školske (obavezne) likove tehnike klizači izvode u lukovima prečnika 4-5 m, kao što su: osmice, vijuge, krugovi, trojke, protivtrojke (okret u suprotnom smeru), uvrtanje, petlja (kao najteži oblik) itd. U tehnike slobodnog sastava u umetničkom klizanju, koje su znatno teže od obaveznog (školskog) sastava ulaze: skokovi, piruete, koraci sastavljeni od elemenata obaveznih likova, spirale i veliki otvoreni likovi, kao i likovi izvedeni sa obe noge. Takmičenja u umetničkom klizanju odvijaju se po strogim pravilima ISU, počev od 1972. godine. U programu takmičenja obuhvaćene su ove discipline: a) umetničko klizanje pojedinaca (muškarci i žene) u obaveznim likovima, kratkom programu i slobodnom klizanju; b) klizanje parova (kratak program i slobodan sastav); c) takmičenje u klizanju plesnih parova (obavezni program i slobodni plesni program). U umetničkom klizanju pojedinaca (ili obavezni likovi), klizači ili klizačice izvode tri školska lika. Sudijska komisija određuje žrebom

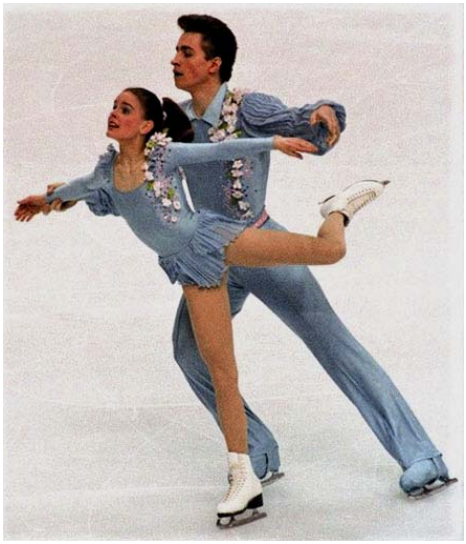


KATARINA VIT – NEPREVAZIĐENA KLIZAČICA
Reprezentativka Nemačke u umetničkom klizanju, dvostruka olimpijska šampionka, svetska šampionka četiri puta i šest puta šampionka Evrope, bila je jedna od najlepših svetskih klizačica.

U umetničkom klizanju postoji terminološki pojam **klizački koraci**, što označava kombinaciju kliznih koraka u vidu raznih bridova, smerova i okreta, koji ponavljajući se čine spletove koraka. U slobodnim sastavima pojedinaca i parova klizni koraci služe za plesno povezivanje elemenata slobodnog klizanja, kako bi se izbeglo trčanje po ledu. Nazivaju se prema karakterističnim okretima (npr. trojka-korak) ili u prestupanjima (unakrsni k.). Klizni koraci koji se praktikuju u plesu imaju karakteristike i nazivaju se prema poznatim društv. plesovima.

dan pre takmičenja, koja će tri lika iz tri grupe biti u obaveznom programu, i kojom će se nogom početi izvoditi prvi lik. Ranija pravila su zahtevala da su klizači i klizačice morali uvežbati po 24 lika, a nova pravila (ISU) propisala su da je to smanjeno na 9 obaveznih likova. Sudije svaki lik ocenjuju jednom ocenom od 0-6, dok je koeficijent deljenja 1,5. Obavezni likovi donose najviše 30% od ukupnog broja bodova. U umetničkom klizanju prvi treninzi počinju već u ranom detinjstvu (čak u predškolskom dobu). Kroz prvi trening početnika, već se razmišlja intenzivno i

o primeni metode rane specijalizacije, odnosno da svi vrhunski klizački treneri proniknu u psihološki profil i u precizno zapažanje konstitucije mladog klizača (klizačice), da bi prema njima zauzeli određeni tretman: usvajanje prvih koraka na ledu, stav klizača, ravno-



VRHUNSKO UMEĆE I UMETNOST NA LEDU
Ekaterina Gordejeva i Sergej Grinkov, dvostruki olimpijski šampioni (1988, 1994) i četvorostruki prvaci sveta (1986, 1987, 1989, 1990), ruski klizački par na ledu.



XXI ZIMSKE OLIMPIJSKE IGRE (VANKUVER, 2010)
Olimpijski šampioni, plesni par u umetničkom klizanju iz Kanade: Tesa Virtu i Skot Moar.

teža, izvođenje školskih (obaveznih) likova i likova slobodnog sastava, pripremanje naprednih klizača za nastupe.

KOBAYASHI-RYU, karate stil savremene forme, sa arhipelaga Okinava.

KOBLET HUGO (1925-1964), švajcarski reprezentativac u biciklizmu. Prvi pobednik Giro d' Italija 1950, šampion Tour de Francea 1951, bio je prvak i Tur de Suissea 1950, 1953, 1955.

KO-BUDO, označava male borilačke veštine, rukovanje oružjem sa Okinave tzv. "malim oružjima", seljaka Japana, najčešće poljoprivrednim alatkama: tonfa, kama, nunchaku, sai bodež, itd.

KOBUSHI-UCHI, udarac pesnicom.

KODOKAN, prva zvanična javna organizacija za izučavanje judoa, tj. judo-univerzitet. Osnovao ga je legendarni sensei modernog judoa dr Jigoro Kano (1882) u gl. gradu Japana, Tokiju. Naslednici su mu bili Gunji Kouzumi, Yukio Tani, i sin dr Jigora Kana, Risei Kano.

KOHNO MITSURU (1947), japanski stonoteniser i reprezentativac, šampion sveta (pojedinačno) 1977. Na PS osvajač je 11 medalja (3 zlatne, 4 srebrne i 4 bronzane), pobednik takmičenja Četveroboj nacija u Pekingu 1974. godine.

KOHO-GERI, udarac nogom unazad, sličan je karate udarcu ushiro-geri.

KOKEN, ručni zglob, udarna površina.

KOKYU-WAZA, tehnika vežbi disanja.

KOKO, "usta tigra", ili udarna površina ruke, čine je palac i savijeni kažiprst.

KOKUTSU-DACHI, zadnji stav u karateu, otvoreni stav kod koga je prednja noga poluispružena, a stopalo druge noge udaljeno je na dve širine kukova od prednje noge, uglom od 90º u odnosu na nju, a raspored težine tela je 70% na zadnjoj nozi, a 30% je na prednjoj. Kokutsu-dachi spada u defanzivne karate stavove, obavezan je u sastavu učeničkih i majstorskih kata svih postojećih stilova karatea.

KOLEHMAINEN HENS (Kjopio, 1889 – Helsinki, 1966), finski reprezentativac u atletici. Na Olimpijskim igrama 1912. osvojio je 3 zlatne medalje u trčanju na 5000 m i na 10 000 m, kao i u krosu na 8000 m. Na Olimpijskim igrama 1920. bio je prvi u maratonu. Višestruki je svetski rekorder od 1912-1922. godine u trčanju na 3000 metara, 5000 m, 20 km, 25 km i 30 km.

KOLONIČ ĐERĐ (1972), mađarski reprezentativac, bio dvostruki olimpijski šampion u kajaku i kanu-u (u Atlanti, 1996. i u Sidneju, 2000), 14 puta prvak sveta. Umro na treningu 2008. godine.

KOMANEČI NAĐA (u Gergiu, Dejonesti, 1961), jedna je od najpoznatijih rumunskih i svetskih gimnastičarki i prva gimnastičarka u istoriji OI koja je u obaveznim i slobodnim vežbama višeboja dobila čak pet puta sudijsku ocenu (10). Na OI (Montreal, 1976) osvojila 1. mesto (vežbe na gredi), 1. na dvovisinskom razboju i višeboju, a 3. u vežbanju na tlu. U anketi ISK (Internationale Sport-Korrespodenz) iz Štutgarta, proglašena je najboljom sportistkinjom sveta za 1976. Za vreme režima Čaušeskua, emigrirala iz Rumunije u SAD.

KONOLI MORIN (1934-1969), reprezentativka SAD u tenisu i prva žena u istoriji tenisa koja je osvojila Grend slem: (US-open 1951-53, Vimbldon 1952-54, Australijan-open 1953, pojedinačno i u dublu, i Rolan Garos, Francuska 1953). Konoli Morin je bila prva teniserka koja je 1951-1954. godine osvojila Vightman Kup (ekipno takmičenje žena, koje se organizuje od 1923). Pehar je darovala Hazel Vightman, bivša prvakinja SAD.

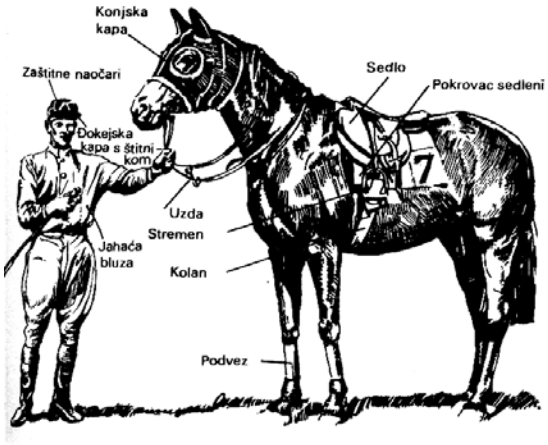
KONJIČKI SPORT (rus. конный спорт, engl. horsemanship), sportska disciplina, razne aktivnosti čoveka (takmičara) i takmičarskog konja. Podaci koji svedoče o dodiru čoveka i konja vode nas u III milenijum pre nove ere, a oko 1700. godine p.n.e. konjske zaprege su bile poznate u svim zemljama Bliskog i Srednjeg istoka. U Evropi se pripitomljeni konji pojavljuju u bronzano doba, najpre u srednjoj Makedoniji, pa zatim šire. Najstariji takvi dokumenti koji su zabeležili prve konjske trke nalaze se u Homerovoj Ilijadi. Poznati grčki pesnik opisuje takve zanimljive trke, kao i prestižne nagrade pobednicima. Prvi pripitomljeni konji isprva su se koristili za vuču, pa tek kasnije i za jahanje. Prvo stručno delo o uzgoju konja, napisao je Ksenofont u V veku p.n.e., koji je takođe opisao i tehniku jahanja konja. Činjenica je da je životinja konj – starim



Antičke dvokolice (3. vek p.n.e.)

Grcima uglavnom služio za osvajačke ratove i za jahanje, a ne za poljoprivredu ili vuču (saobraćaj). Prvi hipodromi su izgrađeni u grčkim gradovima, i oni su mogli da prime na desetine hiljada gledalaca, a jedan od najpoznatijih hipodroma bio je i u Konstantinopolju (Carigradu) iz 330. g.p.n.e. Danas je veliki deo tog hipodroma sačuvan, te se na osnovu ostataka može videti da je on primao i preko 80.000 gledalaca. A kod starih naroda, Asiraca, Vavilonaca, Rimljana i Grka, održavale su se redovne trke bojnih dvokolica, i takve trke su bile i veoma popularne. Dvokolice su bile upregnute i konstruisane za dvopreg i četvoropreg. Trke konja sa dvokolicama uvrštene su na Olimpijskim igrama i učestvovale 680. godine p.n.e., a 648. g. p.n.e. održane su i prve trke jahaćih konja. U Vizantiji su trke bornih dvokolica uvek poprimile takve razmere popularnosti, da su čak takve trke bile i politički obojene. U vreme trke su na bornim dvokolicama bile istaknute zastave zelene i plave, koje su označavale pripadnost tzv. hipodromskim strankama, da bi veoma brzo postajale i oruđe u rukama određenih vojnih, političkih i

verskih struktura – u borbi za vlast. Sa upotrebom sedla i uzengija jahanje dobija sve veći značaj, naročito u upotrebi velikih antičkih armija, gde konjica preuzima glavnu manevarsku ulogu osvajačkih i odbrambenih ratova. Ipak, bez obzira na ekspanziju konjičke upotrebe u razne svrhe, stvaranje sistema u obu-



Jahaća oprema (džokeja i konja)

ci jahanja teklo je veoma sporo. Prva evropska škola jahanja osnovana je tek početkom XVI veka u Italiji (Napulj), da bi nešto kasnije slične škole bile osnovane i u Versaju, Madridu i Beču. Sve ove škole su se bavile uglavnom dresurom konja, a tek u XVII veku su počele sa radom škole jahanja sa sistematskom obukom jahača (Francuska). Ipak se iz pisanih tragova može videti da su konjske trke starije od tih škola, jer se smatra da su prve konjske trke održane u Engleskoj 1174. godine, a u Francuskoj 1370. da bi stigle i u Nemačku, ali tek 1448. godine. I narodi jugoslovenskih prostora, pre najezde Turaka bavili su se uzgojem i dresurom konja: stara Raška, Srbija, Zeta, a u kasnijem periodu na prostorima Kraljevine Srbije osniva se 1892. godine Zakon o pomaganju streljačkih, gimnastičkih i jahačkih družina, jer je prvo kolo jahača osnovano nešto ranije (1888) u Šapcu. U Kraljevini Jugoslaviji su počela da se osnivaju društva za konjičke sportove: u Beogradu 1933, u Novom Sadu 1934, Somboru 1935. Posle Drugog svetskog rata, osniva se 1949. godine u Beogradu Savez za konjički sport Jugoslavije u



Jahačica na konju – skok preciznosti

koji su bili uključeni mnogi klubovi, organizacije, društva i konjičke sekcije. Današnji konjički sport, kao olimpijska disciplina podrazumeva više disciplina: dresurno jahanje, gran pri skokovi kao i svestrani ispit jahanja (kros-kontri, dresurno jahanje i skokovi) što je težak niz testova kako za konja tako i za jahača. Osnovne karakteristike nisu samo: skla-





Gore: Start galopera i donja slika: galoperi u finišu

dnost, odvažnost, izdržljivost, harmonija, brzina i ritam, već i hrabrost (ovaj sport može biti i veoma opasan). Prepone od šest stopa, zidovi i ograde, trostruke šipke, zatim jarak sa vodom, samo su i neke od opasnosti koje vrebaju.

Takmičarske discipline su: pojedinačni „Gran pri“ skokovi, timski „Gran pri“ skokovi (kup nacija), pojedinačno „Gran pri“ dresurno jahanje, timsko „Gran pri“ dresurno jahanje, pojedinački svestrani ispit jahanja i timski svestrani ispit jahanja. Na takmičenjima se mogu prijaviti konji bilo koje rase, ali minimalno 6 godina starosti. Dresurno jahanje je jedan od najlepših estetskih prizora na takmičenjima. Trenirajući svoje konje, koristeći englesko sedlo za lov i dvostruke uzde, jahači vode svoje konje kroz komplikovane manevarske vežbe u kojima se testira kontrola, pokret sa zamahom (akcija), sedenje i laki pokreti. Jahači (po 3 iz svake države) ocenjuju se na lestvici od 0-10 u različitim kategorijama. Konji moraju biti visoki minimalno 1,4 m.



Konjica policije Republike Srbije (Beograd, 2011)



Kasačka trka jednoprega

Dresurno jahanje uključuje: radnje u hodu (u svim brzinama – radni hod – ojačani hod – kratak hod), radnje u kasu (u svim tempima: radni – ojačan – kratak), radnje u galopu (u svim tempima: radni – ojačan – kratak), radnje u brzom hodu. Prostor u kome se izvodi dresurni program naziva se manež sa dimenzijama 60x20 m. Prepone se de-





Gornja slika: vrhunska cirkuska dresura konja, i donja slika: Ruska akrobatska škola sa konjem, preko prepreka

le na: strme – vertikalne, širinske (oxeri – dublbori – triplbori – bar de ’spa), vodene rovove, turabe – balustrade – filorete, sanduke – zidove. Postavljaju se dvojne ili trojne kombinacije raznovrsnih profila na međusobnom odstojanju od 7-11 m. Zatim postoje i: uspravne prepone (skokovi preko jedne vertikalne ravni), raširene prepone (dvostruke ili npr. trostruke ravni u jednom skoku), stub i ograda, kameni stub, vrata, dvostruke šipke, grbave prepone, dupli stubovi, jarak sa vodom, obarane prepone, pad itd. Uspravne i raširene prepone raznih vrsta obeležene su na skakalištu sa tačkama. Konj i jahač moraju pratiti ovaj redosled preko barijera. Oprema koju uvek mora da poseduje svako grlo je: sedlo, uzda, potiljni kaiš, prekočelni kaiš, dva para obraznih kaiševa, podgušni kaiš, prekonosni kaiš, podbradni kaiš, 2 para dizgina, žvale i to: 1 žvala i 1 đem. Odelo za dresurno jahanje sastoji se od: crnih čizama, spec. belih jahaćih pantalona, fraka, polucilindra, mašne-

žabe, belih rukavica i mamuza. Konji u dresurnom programu ne smeju nositi zaštitu na ekstremitetima. Hipodrom na kome se održavaju takmičenja u konjičkom sportu je danas savremeno uređen sa površinom 20-200 ha, i uređeni



Beogradski hipodrom kod Careve ćuprije, arhivski snimak iz 1928. godine



Konjica Garde Vojske Republike Srbije
(Manifestacija "Kup Vojske Srbije, Karađorđevo, 2018")

su za galopske trke, kasačke trke, kao i za jedne i za druge u okviru jednog istog hipodroma. Glavni delovi hipodroma su: jedna ili više trkačkih staza i radnih (trening) staza, sudijske tribine, padok, merionica, kladionica, tribine za publiku, sedlarnica, klupske prostorije, konjušnice, potkivačnice, restorani i dr. Jedan od prvih hipodroma u Srbiji izgrađen je u XIX veku, a veliki Beogradski hipodrom izgrađen je 1914. godine. Postoje raznovrsne rase konja. Konj pripada grupi sisara, rodu kopitara. Boraveći dugo u istim uslovima, konj kao životinja, stekao je zajedničke osobine koje ga učvršćuju u određenu rasu. Kasnije, po promenjenim uslovima života, ove osobine se menjaju, pa tako i rase evoluiraju – gubeći jedne osobine i stiču druge. Na fotografijama je prikaz određenih rasa konja, koji se koriste u sportske svrhe (tj. u konjičkom sportu).



DOMAĆI PUNOKRVNI PASTUV
Ergela "Zobnatica"
(Bačka Topola, AP Vojvodina, Srbija)



ARAPSKI KONJ
Araber, vrsta konja živog temperamenta, koji su istrajni i brzi. Uspešno je ukrštan sa engl. grlima



LIPICANER
Lipicanac,rasa konja odgajena u ergeli Lipici kod Sežane. Konj zelene boje, sa starošću postaje beo



VOJVOĐANSKI NONIJUS



ANGLONORMANDSKA RASA
(normandsko-engleski konj)



AMERIČKI KASAČ
(ukršteni domaći i engleski konj)



ANGLOARAP (ukršt. engleski i arapski konj)



HUNTER (englesko-irski ukršteni konj)



ENGLESKI PUNOKRVNI KONJ

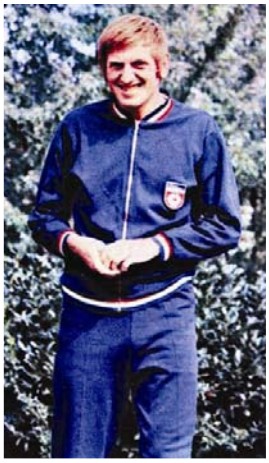


GALOPERSKI FINIŠ
Džokej Đorđe Petrović, sa svojim slavnim grlom "Trinitrotoluol", u galoperskom finišu

Ustanove koje su u funkciji unapređenja konjarstva nazivaju se ergele. U njima se uzgaja jedna rasa konja ili više rasa, koje, po svojim osobinama, odgo-

varaju potrebama i uslovima nekog područja. Na ergelama se ispituju osobine priplodnih grla i selekcijom otklanjaju svi uočeni nedostaci. Pored proizvodnje najboljih pastuva pepinijera za parenje sa priplodnim kobilama, svaka ergela proizvodi i priplodne pastuve za parenje sa kobilama određenog područja. Za konjički sport, ergele imaju poseban značaj jer ispituju brzinu i izdržljivost konja putem galopskih i kasačkih trka. Osim toga, one snabdevaju sportske organizacije kvalitetnijim konjima i omogućuju im postizanje najboljih rezultata. Konjički sport se prezentuje na Beogradskom hipodromu, gde je na programu osam galopskih i kasačkih nadmetanja: *Trka „Atlantik" (1.600 m), „Šampionat kasača"(I), Trka „Natalija" (1.200 m), „Kriterijum za trogoce" (2.600 m), Trka „Vajld Valc" (1.600 m), „Šampion kasača" (II), Trka „Karađorđevo" (1.800 m), Trka „Dorval" (2.200 m),* i *Preponska utakmica.*

KORAĆ RADIVOJ (Sombor, 1938 – Semizovac kod Sarajeva 1969), košarkaški reprezentativac, jedan od najpoznatijih i najboljih igrača sveta. Bio je član Omladinskog košarkaškog kluba Beograd, elektroinženjer. U vreme njegovog aktivnog igranja OKK Beograd





bio je četiri puta šampion države 1958, 1960, 1963, 1964. godine. Radivoj Korać je bio najbolji strelac 1957. godine na košarkaškim prvenstvima Jugoslavije (504 koša), 1958 (633), 1960 (666), 1965 (695). Za reprezentaciju Jugoslavije odigrao je 157 utakmica. Bio je član reprezentacije na Olimpijskim igrama (1960, 1964, 1968), na PS 1961. godine (sa 216 koševa bio je najbolji strelac). Član reprezentacije Evrope (17. V 1964) protiv Real Madrida (91:87). Poginuo u saobraćajnoj nesreći kod Semizovca (BiH) 1969. Sahranjen u Aleji velikana na Novom groblju u Beogradu. Međunarodna košarkaška federacija (FIBA) svake godine organizuje međunarodno košarkaško takmičenje „Kup Radivoja Koraća", u kojem učestvuju najbolje evropske košarkaške ekipe. Radivoj Korać je proglašen *Zaslužnim sportistom Jugoslavije,* a ime i delo levorukog virtuoza košarkaške lopte – ušli su i u svetske enciklopedije.

KORBBALL, sportska igra loptom za žene. Ova vrsta sporta se upražnjava u školama i gimnastičkim društvima Nemačke, Austrije, Švarcarske i Holandije. Cilj igre je ubacivanje lopte u koš, igra se odvija u dvorani ili na otvorenom igralištu. Za razliku od standardne košarke, mreža koša *korbballa* je dole zatvorena. Igralište je 50 x 25 m. Ekipe se sastoje od 6+2 igračice, jedna je čuvarica



koša, koja ne sme dodirnuti koš. Igra traje 2 x 15 minuta s odmorom od 5 minuta. Loptom je dozvoljeno kretanje najviše 3 koraka, i u roku od 3 sekunde igračica mora baciti ili dodati loptu, a loptom je dozvoljeno samo jednom udariti o tlo. Pobednik je ona ženska ekipa koja osvoji najviše pogodaka (poena).

KORBUT OLGA (Grodno, 1955), sovjetska reprezentativka u sportskoj gimnastici i zaslužni majstor sporta SSSR. *Na OI 1972. osvojila je prvo mesto u vežbama na gredi, u vežbi na tlu i u višeboju (ekipno) i srebrna medalja na dvovisinskom razboju. Na OI 1976. prva u višeboju (ekipno) i srebrna medalja u vežbi na gredi. Na SP 1974. godine bivša prvakinja u preskoku konja i u višeboju (ekipno), srebrna medalja u višeboju (pojedinačno) u vežbama na dvovisinskom razboju, gredi i tlu. Na PE 1973, 2. mesto u višeboju (pojedinačno).*



KORFBAL, sport potekao iz Holandije i igra se loptom. Ekipe su sastavljene od 6 igrača mešovitog sastava (3 igrača i 3 igračice). *Svrha igre je da se lopta ubaci u protivnički koš na igralištu pravougaonog oblika 90 x 40 m i podeljeno linijama u 3 jednake zone (po 30 m). Na svakom kraju, 10 m od ivice užeg dela igrališta, nalazi se motka 3,5 m visoka na kojoj je pričvršćen koš od šiblja ili španske trstike. Prečnik koša na gornjoj strani je 40 cm, na donjoj 38 cm, a ispred motke s košem povučena je 4 m u dubinu igrališta linija kaznenog bacanja, a na sredini igrališta je krug prečnika 3,35 m. Lopta je teška 400 g, sa obimom 68-71 cm. Igrači (igračice) se raspoređuju po zonama (u svakoj zoni po dvoje od svake ekipe). Igra počinje bacanjem lopte uvis iz središnjeg kruga, a po jedan igrač iz svake ekipe nastoji uhvatiti loptu i započeti napad. Igrači (igračice) u toku igranja posle 2 postignuta koša, menjaju zone, i tako se nakon 6 pogodaka rotiranjem vraćaju opet u svoju polaznu zonu. Utakmica traje 2x45 minuta s odmorom od 15 min.* Ova vrsta sporta popularna je u Belgiji, Švedskoj, Velikoj Britaniji, Holandiji i Nemačkoj.



KORIDA, videti „borbe s bikovima".

KOSA-DACHI, prednji karate stav ukrštenih nogu, zatvoreni stav.

KOSHI, taban noge ili tzv. „tigrov zub" kao udarna površina u karate sportu.

KOSHI-GURUMA, bočno bacanje u judou, „bočni točak". Izvodi se ako uke ima neravnotežu napred-desno.

KOSIDBA NA RAJCU, internacionalno takmičenje za najboljeg kosača, koje se održava na Rajcu (Suvoboru) kod Ljiga u Srbiji. Kosač koji po ocenama specijalnog žirija, najbrže i najkvalitetnije pokosi deo livade pod planinskom travom – nagrađuje se sportskim odličjem diplomom i priznanjem „Zlatna kosa".



Internacionalno 51. takmičenje „Kosidba na Rajcu" iz 2021. Apsolutni šampion „Zlatna kosa" za 2021. godinu bio je Mirko Kecman iz Bosanskog Petrovca, koji je po peti put osvojio ovo svetsko takmičenje najboljih kosača na Valjevskoj planini u blizini Ljiga.

KO-SOTO-GAKE, jedna od nožnih tehnika (čišćenja) u judo sportu.

KOŠARKA (engl. backetball), sportska igra loptom od po 5 igrača ili igračica, koji nastoje da ubace košarkašku loptu u protivnički koš. Izumitelj košarke je Kanađanin dr Džejms A. Najsmit (1861-1939), nastavnik fizičkog vaspitanja na koledžu u Springfildu (drž. Masačusets, SAD), sa ciljem da svom ragbi timu omogući tokom zimskog perioda redovne treninge u dvorani. Pokušajem da isprva modifikuje ragbi igru, Najsmit se odlučio da pravac bacanja lopte bude u pravcu koša, koji je on projektovao. U početku je Najsmit koš smestio na podu dvorane, a u takvoj improvizovanoj



Džems A. Najsmit

igri isprva je učestvovao veliki broj igrača iz oba tima. Loptu jajolikog oblika igrači su nosili, bacali i kotrljali ka protivničkom košu. Naravno da je taj veliki broj istovremenih igrača na terenu stva-







Gornje slike: *Džejms A. Najsmit*, sa svojim prvim košarkaškim timom (u Springfildu, 1891), i prva košarkaška lopta. Donja slika: Najsmitov svetski šampion tim "First" iz Springfilda, 1892.

rao velike gužve, pa je Najsmit odlučio da smanji broj igrača, da jajoliku loptu zameni okruglom, da prezentuje nova pravila da se lopta ne može nositi, a umesto nošenja lopte, uvedeno je njeno „vođenje" (poigravanje) jednom rukom. Međutim, promene nisu bile dovoljne da bi novu sportsku igru loptom učinile privlačnima, jer je bilo teško doći do gola koji su igrači zaklanjali svojim telima, grube navike donesene iz ragbija su se kod igrača teško otklanjale (obuhvatanje protivnika rukama). I tada se odlučilo da se koš umesto sa poda dvorane podigne i pričvrsti na ogradu balkona dvorane uvis, što je omogućilo svim igračima bolji pregled koša, ali i probleme tehničke prirode, jer se bacanja tada moraju izvoditi visoko ka gore, u odnosu na prvobitni način. Međutim, samo razvijanje raznih tehnika ubacivanja lopte u koš – bilo je veoma dinamično i izazovno, jer je publika za posmatranje mečeva postajala mnogobrojnija. Zanimljivo je da je oblik koša bio modifikovan i na njegov konačni izgled uveliko je učestvovala i publika, ali ne svojim pozitivnim doprinosom. Naime, pošto je po drugoj varijanti koš bio sa poda premešten na ogradu dvorane, publika (pristalica oba tima) je u toku bacanja lopte ometala njenu putanju, tako što bi skretala loptu, dodirujući je rukama, štapovima ili zatvorenim kišobranima sa balkona. Da bi se to sprečilo, iza koša je postavljena drvena tabla, tako da gledaoci sa balkona



Ženska košarka iz XIX veka (Springfild, Mičigen 1892)

nisu više mogli ometati putanju lopte ka košu, a istovremeno je postavljanje table omogućilo da se lopta odbija od nje i svojim ponovnim padom u igralište produžavala dinamiku igre, na radost sve brojnije publike. Tada se uvode još novija pravila, po kojima se potpuno zabranjuje svaki telesni dodir igrača sa protivničkim igračem. Džejms Najsmit je svoju čudnu igru, sa izmenjenim pravilima prvi put demonstrirao 1892. sa svojim studentima u državi Masačusets u gradu Springfildu, i od tada je nova sportska igra dobila ime basketball. Tad je igra košarke počela naglo da se širi u SAD. Odmah potom su organizovane brojne utakmice između različitih koledža, a 1897. godine je održano i prvo prvenstvo SAD. Žene košarkašice su se uključile u ovaj sport 1892. godine. Pred sam kraj XIX veka, košarka je za žene u SAD postala na koledžima i najpopularnija sportska igra. Košarka se počela iz SAD veoma brzo širiti i u druge zemlje sveta: Brazil (1890), Meksiko (1892), Kina (1892), Filipini (1898), Ja-

pan, Persija i Australija (1900) itd. Ka Evropi su košarku preneli američki oficiri i vojnici tokom svojih misija i učestvovanja u I svetskom ratu, jer su u mestima gde su bili vojno angažovani, u pauzama odmora pravili improvizovane koševe i uspeli da prenesu taj zanimljiv sport i na teritoriju Evrope. Iz grada Springfilda je košarku doneo u Francusku, M. B. Rido (1893), koji je bio veliki prijatelj i sledbenik osnivača košarke doktora Džejmsa Najsmita. Na ženskom koledžu u Londonu, košarka se počela intenzivno igrati od 1895. godine. Zatim košarka stiže i u Nemačku 1897. godine, a zaslugama Čehoslovaka Jaroslava Karaseka, košarka je stigla i u zemlju Čehoslovačku 1897. Košarka je stigla i u Carsku Rusiju (u Petrograd) 1905. godine. Klub iz Petrograda je tad odigrao sa ekipom YMCA iz SAD prvu košarkašku utakmicu, pa se ta utakmica smatra i prvom međunarodnom utakmicom u svetu. U periodu posle I svetskog rata pa do 1922. godine, košarka postaje sve popularnija, sa porastom klubova košarke u celom svetu. Prva međunarodna utakmica u ženskoj košarci odigrana je u Monte Karlu 1922, a prvo svetsko prvenstvo za muškarce održano je u Kopenhagenu 1927. Međunarodni košarkaški savez FIBA (Federation Internationale de Basketball Amateur) osnovan je 18. VI 1932. godine u Ženevi, i potom je košarka primljena i u obavezan sastav Olimpijskih igara, a zatim je učestovala i na prvom olimpijskom turniru u košarci 1934. godine, na kojem su svoje umeće nove igre prezentovale reprezentacije 13 država. Jugoslavija je tada postala redovni član FIBA-e. Do izbijanja Drugog svetskog rata FIBA je imala 40 članica, a već posle 3 decenije (1970), broj članica se popeo na 139 kao nacionalnih selekcija i mnogih zemalja sveta. Praktično, od 1936. godine FIBA je preuzela sve obaveze i kontrolu organizacije, nadgledanja, organizacije i kreiranju pravila za sva takmičenja u košarci: pravila igre, kaznena pravila, bodovni sistem, orga-



Jugoslavija – svetski šampion (Ljubljana, 1970)
Stoje, sleva: Ćosić, Kapičić, Šolman, Jelovac, Kotarac, Žorga, Skansi. Čuče: Simonović, Plećaš, Čermak, Tvrdić, Daneu. Selektor: Ranko Žeravica.



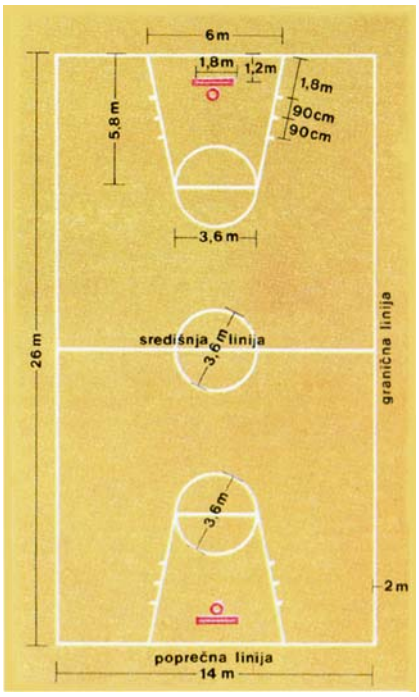
Jugoslavija– šampion Evrope (Barselona, 1973)
Sleva na desno – stoje: selektor Mirko Novosel, Ćosić, Knežević, Jerkov, Marović, Jelovac, Šolman, Tvrdić, Rajačić, čuče: Dalipagić, Ivković, Slavnić, Plećaš i Kićanović.



Jugoslavija – olimpijski šampion (Moskva, 1980)
Sleva. gornji red: Radovanović, Žižić, Jerkov, Ćosić, Knego Krstulović, pognuti: Skroče, Kićanović, Delibašić, Slavnić, Nakić i Dalipagić. Savezni selektor je bio Mirko Novosel (stoji s leve strane).

nizovanje i kontrolu košarkaške igre na prvenstvu kontinenta, prvenstvu sveta, Olimpijskim igrama, a CIO je u Minhenu odlučio da od 1976. godine na olimpijskim takmičenjima u košarci – mogu učestovati i žene. Do 1970. godine, od 6 održanih svetskih prvenstava, pet su organizovane na tlu južne Amerike, a jedno u Jugoslaviji, i tada je (1970) Jugoslavija postala i zvanički prvak sveta u košarci za muškarce seniore. Dalje je

FIBA preuzela kontrolu u organizaciji i juniorskih prvenstava sveta, juniorskih prvenstava Evrope (za muškarce i žene), Kup šampiona Evrope, Kup pobednika kupova, Mediteranske igre, Prvenstvo Balkana, Kup Radivoja Koraća, Univerzijade, itd. Po propisima koje je utvrdila FIBA, dimenzije terena su 26 m dužine i 14 m širine, mereno od



KOŠARKAŠKI STADION IZ XX VEKA

Po novim pravilima XXI veka, dimenzije košarkaškog stadiona iznose: 28 m (dužina) x 15 m širina (standardni), a po pravilima NBA lige dimenzije su 29 x 15 metara, podloga parket, dimenzija koša 3.05 m (visina obruča), 1,2 m (obruč unutar terena), košarkaška tabla 1,8 m (dužina) x 1,05 (visina), 0,02 m debljina, linija za tri boda udaljena na 6,75 m od koša. Dužina igre: FIBA (4x10), NBA (4X12), koledži (4x8 minuta)

SVETSKI ŠAMPIONATI (1950-2019)

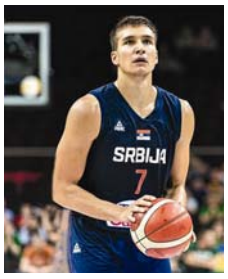
1. Argentina, 2. SAD, 3. Čile (u Argentini, 1950).
1. SAD, 2. Brazil, 3. Filipini (u Brazilu, 1954).
1. Brazil, 2. SAD, 3. Čile (u Čileu, 1959).
1. Brazil, 2. Jugoslavija, 3. SSSR (u Brazilu, 1963).
1. SSSR, 2. Jugoslavija, 3. Brazil (u Urugvaju, 1967).
1. Jugoslavija, 2. Brazil, 3. SSSR (u Jugoslaviji, 1970).
1. SSSR, 2. Jugoslavija, 3. SAD (u Portoriku, 1974).
1. Jugoslavija, 2. SSSR, 3. Brazil (na Filipinima, 1978).
1. SSSR, 2. SAD, 3. Jugoslavija (u Kolumbiji, 1982).
1. SAD, 2. SSSR, 3. Jugoslavija (u Španiji, 1986).
1. Jugoslavija, 2. SSSR, 3. SAD (u Argentini, 1990).
1. SAD, 2. Rusija, 3. Hrvatska (u Kanadi, 1994).
1. Jugoslavija, 2. Rusija, 3. SAD (u Grčkoj, 1998).
1. Jugoslavija, 2. Argentina, 3. Nemačka (u SAD, 2002).
1. Španija, 2. Grčka, 3. SAD (u Japanu, 2006).
1. SAD, 2. Turska, 3. Litvanija (u Turskoj, 2010).
1. SAD, 2. Srbija, 3. Francuska (u Španiji, 2014).
1. Španija, 2. Argentina, 3. Francuska (u Kini, 2019).

unutrašnje ivice granične linije. Visina tavanice je najmanje 7 m. Linije na dužoj strani terena zovu se bočne linije, a one na kraćoj strani čeone linije. Linija slobodnog bacanja je nacrtana paralelno sa čeonim linijama i udaljena je 5,80 m od unutrašnje ivice čeone linije (dugačka 3,60 m). Centralni krug je na sredini terena i ima poluprečnik od 1,80 m dok ostala dva kruga na terenu imaju identične dimenzije. Prostor tri poena je čitav teren, osim prostora u blizini protivničkog koša koji se označavaju i kojem pripadaju. Koševi se sastoje od obruča i mreže. Unutrašnji prečnik ob-



Jugoslavija svetski šampion (Indijanopolis, 2002)
Bodiroga, Koturović, Čabarkapa, Rakočević, Stojaković, Radmanović, Jarić, Drobnjak, Divac, Vujanić, Tomašević, Gurović. Selektor košarkaške reprezentacije Jugoslavije: Svetislav Pešić.





Reprezentativac Srbije u košarci, Miloš Teodosić, proglašen *najboljim igračem Evrope* za 2010/2016 godinu. Desno: Bogdan Bogdanović, najbolji bek košarke.

ruča je 0,45 m i obojeni su narandžasto. Obruči su dobro pričvršćeni za tablu, ali da njihov gornji nivo leži horizontalno 3,05 m iznad poda. Lopta je okrugla sa određenom nijansom narandžaste boje. Obim joj je najmanje 0,749 m, a najviše 0,780 m. Težina lopte je najmanje 567 gr, a najviše 650 gr. Treba da je napumpana tako da kada se pusti da padne na površinu terena, sa visine od 1,80 m mereno od donje ivice lopte, treba da se odbije do visine od najma-

nje 1,20 m, a najviše 1,40 m, mereno od gornje ivice lopte. *Košarkašku ekipu sačinjava najviše 12 igrača koji imaju pravo da igraju utakmicu koja se igra dva puta po dvadeset minuta (2x20), zatim trenera i pomoćnog trenera, zatim kapitena koji je jedan od članova ekipe. Pet igrača svake ekipe nalazi se za vreme igre na terenu i oni mogu da budu zamenjeni na osnovu odredaba Pravila. Po pravilima lopta se igra rukama, a prekršaj je ako se trči sa loptom. Takođe je zabranjeno udaranje lopte pesnicom ili nogom. Pogodak se priznaje kada lopta uđe odozgo u koš i zadrži se u mreži ili prođe kroz nju, a iz igre se računa za ekipu koja napada i postiže koševe iz: slobodnog bacanja (vredi 1 poen), iz igre (vredi 2 poena), iz prostora tri poena (vredi 3 poena). Važna napomena: svaki sudija ima pravo da dosuđuje greške nezavisno od drugog sudije, u svakom trenutku utakmice, bez obzira na to da li je lopta u igri „živa" ili „mrtva". Pravila vremena u košarkaškoj igri su takođe određena.*



Košarkaška reprezentacija Jugoslavije bila je i svetski šampion (Atina, 1998) i dominirala na evropskoj i svetskoj sceni.

Igra se sastoji iz (1) poluvremena od dvadeset minuta, ili četiri perioda od deset minuta sa intervalima od dva minuta između prvog i drugog perioda i između trećeg i četvrtog perioda. Interval (pauza) između poluvremena je 10 minuta (FIBA). Pravila igre su tzv. „trideset sekundi", to je vreme u kome igrač koji je dobio „živu" loptu mora da šutira na protivnički gol u roku od 30 sekundi. U „pravilu deset sekundi" je precizirano da igrač koji je došao u posed lopte u svom zadnjem polju – mora u roku od 10 sekundi da prenese loptu u svoje prednje polje. U „pravilu 3 sekunde", znači da igrač koji je došao u posed lopte ispod protivničkog koša, ne sme ostati duže od 3 sekunde ispod protivničkog koša. Tehnika košarke je

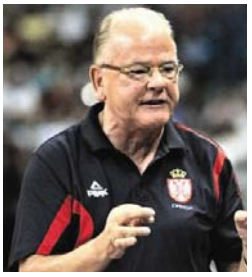


Aleksandar Aca Nikolić (1924-2000), nekadašnji profesor na FFK u Beogradu na predmetu košarka, jedan od prvih trenera u Savezno prednjačkoj-trenerskoj školi u Beogradu i košarkaški reprezentativac, nekadašnji član šampiona „C. zvezde" i jedan od naših najuspešnijih selektora košarke. Prof. Aca Nikolić je uspešno vodio i najbolje košarkaške timove Italije. Dobitnik je i prestižnih sportskih priznanja.





Sleva: Ranko Žeravica (1929-2015), jedan od najuspešnih selektora jugoslovenske košarkaške reprezentacije u periodu od 1960-1982. godine (sa manjim prekidima), tada su košarkaši SFRJ bili i svetski šampioni (1970), a olimpijski prvaci (1980). Desno: Mirko Novosel (1938-2007), trener jugoslovenske reprezentacije (1971-1976), pomoćnik R. Žeravice. Rep. SFRJ je bila prvak EP (1973, 1975), 1. m SP (1974), 2. na OI (1976).



Dušan Ivković (1943-2021), trener košarkaške reprezentacije Jugoslavije 1987-1995. Za njegove mandate osvojena je zlatna medalja na SP u Buenos Ajresu 1990. Na PE (3). D. Ivković je izabran za selektora Srbije ponovo od 2008.



Želimir Obradović (1960) trener reprezentacije posle 1996. godine, doprineo je osvajanju svetskog i evropskog zlata za našu zemlju, kao i osvajanje srebrne medalje na Olimpijskim igrama u Atlanti 1996. godine.

bogata i složena. Ona iziskuje od igrača, s jedne strane, da maksimalno koordiniraju svoje pokrete pri rukovanju loptom, a s druge strane – da sve elemente tehnike tog rukovanja izvode približno jednako i desnom i levom rukom. Tehnika igre je diktirana i velikom brzinom igre, u kojoj se deset igrača kreće na relativno maloj površini igrališta ukupne površine 364 m^2, i to najčešće samo na polovini košarkaškog igrališta. Jugoslovenska (srpsko-crnogorska) košarkaška reprezentacija, od 1995-2002. godine ostvarila je

sjajne pobede, osvojivši na međunarodnoj sceni 7 medalja, od toga čak 5 zlatnih. Na čelu šampionske ekipe bili su naizmenično treneri *D. Ivković, S. Pešić, D. Vujošević i Ž. Obradović,* koji su nasledili prethodnike *M. Novosela i R. Žeravicu*. Od Beograda, do Atine, Barselone i Indijanopolisa, jugoslovenska reprezentacija imala je sjajne igrače košarke: *Đorđevića, Stojakovića, Pavlovića, Bodirogu, Koturovića, Milojevića, Tomaševića, Ostojića, Lukovskog, Tarlaća, Vukčevića, Rakočevića, Perovića, Jarića, Gurovića, Topića, Sretenovića, Savića, Rebraču, Paspalja, Čabarkapu, Avdalovića, Šćepanovića, Radmanovića, Divca, Petrovića, Obradovića, Stojanovića, Drobnjaka, Danilovića, Popovića, Aškrabića, Lončara, Jestratijevića, Bulatovića, Krstića, Bogavca, Radoševića, Berića, Vujanića*. Posle SCG, formirana je reprezentacija Srbije u košarci. Seniorska košarkaška reprezentacija Srbije bila je vicešampion svetskog kupa u Madridu (2014) i igrala u sastavu: *Miloš Teodosić, Marko Simonović, Stefan Jović, Bogdan Bogdanović, Nemanja Bjelica, Stefan Marković, Nikola Kalinić, Stefan Birčević, Nenad Krstić (kapiten), Miroslav Raduljica, Raško Katić, Vladimir Štimac.*





Seniorska košarkaška reprezentacija Srbije, sa selektorima Aleksandrom Đorđevićem (1967) i Svetislavom Pešićem (1949), stvaraju uspešnu reprezentaciju: Vanja Marinković, Vasilije Micić, Nikola Milutinov, Nemanja Nedović, Aleksej Pokuševski, Filip Petrušev, Dušan Ristić, Boriša Simanić, Alen Smailagić, Miloš Teodosić, Aleksa Avramović, Nemanja Bjelica, Dejan Davidovac, Ognjen Dobrić, Marko Gudurić, Ognjen Jaramaz, Marko Jagodić Kuridža, Nikola Jokić, Vladimir Lučić, Nikola Kalinić, Balša Koprivica. Na donjoj slici: nakon pobede nad V. Britanijom (Srbija ide na SP, 2023).

Ženska košarkaška reprezentacija Srbije je u svetskom vrhu, a bila je i dvostruki šampion Evrope (u Budimpešti 2015) i u Valensiji, Španija, 2021.



Ženska košarkaška seniorska reprezentacija Srbije ŠAMPION EVROPE (Budimpešta, 2015)
Tamara Radočaj, Sonja Petrović, Saša Čađo, Sara Krnjić, Nevena Jovanović, Jelena Milovanović, Dajana Butulija, Tijana Ajduković, Kristina Topuzović, Milica Dabović, Ana Dabović, Danijel Pejdž. ***Selektor: Marina Maljković.***

KOŠARKA NA VODI, (eng. Waterbasketball), početak u Sloveniji (1997) kao verzija vodene košarke, a osavremenjena u Tasmaniji (2003). Igra: *timovi od po pet igrača, gađaju jedan obruč, koji pluta n vodi.*

KRASNIĆI DISTRIJA (Peć, Kosmet, SRJ, 1995), uspešna džudistkinja do 48 kg, olimpijska šampionka (Tokio, 2020), prvakinja Evrope i trostruka šampionka World mastersa u judou do 48 kg.

KRAV MAGA (hebrejski – kontaktna borba), ponikla u Izraelu 1930. godine, a



njen pokretač je Imi Lihtenfeld. Krav maga odbrambeni i borilački sistem, koji u sebi sadrži elemente rvanja, parterne i udaračke tehnike, sa kontra napadima, sistem je u upotrebi izraelske policije.

KREATIVNO RAZBIJANJE (engl. Creative Breaking), sportsko takmičenje



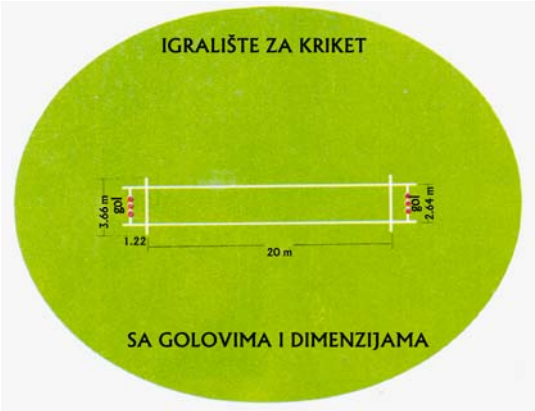
u razbijanju predmeta: *opeke, silen-blokova, cigli, dasaka, kokosovog oraha, bejzbol palica itd. Takmičari su iskusni majstori karatea ili tekvondoa. Udarne površine takmičara su: noge (rist, peta, taban, koleno), ruke (brid dlana, vrh pesnice, lakat, prsti, vrh dlana), kao i udarna površina glavom.*

KRIKET (saksonski cryce, štap, tojaga), sportska igra između dva tima u kojoj se takmičari (takmičarke) trude da obore protivnički gol snažno bačenom loptom. Pretpostavlja se da je ovaj sport nastao u Engleskoj krajem XII veka, uz još neke slične sportove. Zanimljivo je da je popularnost te igre u Engleskoj, čak rezultirala zabranom, dekretom kralja Edvarda III (iz 1365), koji je smatrao da mu popularnost kriketa odvlači dobru omladinu od redovnog vežbanja lukom i strelom. Međutim, zabrana nije imala efekta, jer su tu igru najviše primenjivali upravo oni koji su i hteli da je zabrane, odnosno najimućniji i najprivilegovaniji uz samog kralja. Igra se počela širiti i van tih krugova. Jedan od najzagriženijih igrača kriketa svoga doba bio je tad Oliver Kromvel (1599-1658), vođa engleske građanske revolucije iz XVII veka, a prvi kriket klub osnovan je Albansu (1666), ali prva redovna takmičenja održavaju se od 1719. godine. Nadmetale su se grofovijske reprezentacije. Prva pravila igre u svetu objavio je Londonski kriketski klub u 1744. godini, a dopunjena pravila su uspostavljena 1788, pa se ta godina i računa kao početak modernog kriketa,



Kriket u Engleskoj (početkom XVIII veka)

koja će postati jedna od najpopularnijih igara u Velikoj Britaniji, i s punim pravom njena nacionalna igra. Takmičenja su počela da se održavaju intenzivno počev od 1877. godine, isprva između dva najjača studentska kluba sa univerziteta Oksford i Kembridž. Zatim čuvene utakmice između Engleske i Australije. Utakmice kriketa su bile toliko popularne, da su se izjednačile sa održavanjem najboljih veslačkih regata





Jedan od najpoznatijih stadiona za kriket u Melburnu



Bat i lopta za kriket

i čuvenog Vimbldona. Kriket se vremenom proširio u mnoge druge zemlje sa raznih kontinenata: Australiju, Novi Zeland, Kanadu, južnu Afriku, Pakistan, Holandiju, Dansku, Francusku itd. Kriket, kao sportska disciplina igra se na livadi ili travnjaku. Dimenzije igrališta nisu strogo propisane, tako da ima manjih i većih terena, a jedno od takvih

je u Londonu, dimenzija 164 m x 132 m, ili u Melburnu (170 m x 154 m). Na utakmicama melburnskog stadiona prisutno je redovno i preko 70 000 gledalaca. Ako se kriket igra na livadi, tada je dovoljna dimenzija „stadiona“ 80 m x 70 m. U sredini livade označuje se polje za igru, dugo 20,12 m, a široko 3,05 m. Na svakoj od poprečnih strana polja





Oprema i rekviziti za kriket

nalazi se po jedan gol, sastavljen od tri jednaka vertikalna kolčića, prečnika 2 cm, obično od drveta jasena, preko kojih se stavljaju dve prečke. Visina kolčića iznad tla je 73 cm, dužina svake prečkice je 10,2 cm. Razmak između pojedinih kolčića je 7,16 cm, a razmak između prvog i trećeg kolčića 20,32 cm. Ispred gola, na udaljenosti od 1,22 m, ucrtana je linija koja s poprečnom linijom polja označava prostor za udarača. Bat (tojaga) za kriket, obično je od vrbovine dužine 90-100 cm, s jedne strane pljosnat i omotan gumom. Na delu kojim se udara lopta sličan je veslu i širok 11,4 cm. Lopta je nešto manja od teniske, ali oko tri puta teža (177 gr) i tvrda kao kamen. Napunjena je piljevinom od plute umočenom u tutkalo i obavijena crvenom kožom. Pošto je prečnik lopte 7,6 cm, ona ne može da prođe između kolčića od kojih je sastavljen gol. Igrači kriketa nose cipele sa ekserima, udarači i hvatači lopte imaju zaštitne pantalone i štitnike na nogama. Kad igraju u svojstvu čuvara polja, igrači stavljaju vatirane rukavice radi bezbolnijeg hvatanja odbijenih lopti. U kriketu učestvuju dva tima, a svaki ima po 11 igrača (igračica), koji se izmenjuju u ulozi udarača i ulozi čuvara polja. Za igru su potrebna dvojica sudija, kod svakog gola po jedan, i dva zapisničara. Pred početak utakmice kapiteni ekipa biraju žrebom koja će ekipa prva preuzeti ulogu udarača, a koja će igrati u svojstvu čuvara polja. Kapiteni ekipa zajedno sa sudijama određuju vremensku dužinu igre, jer u kriketu dužina igre nije strogo određena, i u odnosu na neke druge sportove, igre kriketa mogu da s prekidima potraju i po nekoliko dana, ali u jednom danu utakmica ne sme duže trajati od 6 časova. Ekipa koja je započela igru u svojstvu udarača, ima na igralištu samo 2 igrača, koji se postavljaju sa batom (tojagom) u ruci, svaki pred jednim golom u svojstvu čuvara i udarača. Ostali igrači ove ekipe čekaju izvan stadiona vreme za svoj ulazak na teren. Igrači protivničke ekipe, koji igraju u svojstvu čuvara polja, raspoređeni su po celom igralištu, na mestima gde najčešće pada lopta kad je udarač odbije batom (tojagom). Jedan od igrača te ekipe vrši funkciju bacača, a jedan koji se postavlja iza gola, funkciju hvatača lopti koje bacač promaši. Bacač se postavlja iza poprečne linije igrališta, udaljene 20,12 m od gola na suprotnoj poprečnoj liniji polja. Bacač mora baciti loptu što preciznije i što snažnije, kako bi pogodio i srušio gol (kolčić ili prečkicu). Zato bacač pre nego što će baciti loptu, izvodi zalet kao skakač udalj. Bačena lopta dobija na takav način veoma veliku brzinu (do 160 km/h) što otežava udaraču da je odbije batom (tojagom). Ako udaraču uspe da odbije loptu batom (tojagom), oba udarača se daju istovremeno u trk i jure najvećom brzinom, svaki u pravcu suprotnog gola. Koliko puta pretrče tu udaljenost između golova, toliko bodo-

va osvajaju za svoju ekipu. Udarač ispada iz igre ako bacač loptom sruši vrata, ili ako igrači bacačeve ekipe uhvate batom (tojagom) odbijenu loptu u vazduhu pre nego što ona padne na tlo igrališta, ili ako međusobnim dodavanjem lopte sruše gol pre nego što se pred njim postavi udarač koji trči od jednog gola do drugog. Posle toga u igru ulazi novi udarač. Kada se izređa svih 11 igrača ekipe koja igra u svojstvu udarača, uloge se menjaju – svi golmani golova odn. udarači prelaze u čuvare polja, raspoređuju se po igralištu, s tim da jedan preuzima ulogu bacača, a jedan ulogu hvatača promašenih lopti iza gola, dok na mestu udarača ulaze samo 2 igrača ekipe koja je prethodno imala ulogu čuvara polja. Po pravilima igre, u kriketu se za prestupanje poprečnih linija trkališta, za dodir vrata i za nepravilno bacanje lopte dodeljuju bodovi u korist igrača ekipe udarača koji trče od gola do gola. Pobednik je ekipa koja je ostvarila veći broj trčanja udarača od jednog do drugog gola, odnosno veći broj uspelih promena mesta, ali pri jednakom broju ulazaka u polje. Jedan ulazak ekipe u polje ostvaruje se kad 11 udarača ispadne iz igre.

KROSMINTON, savremeni sport koji je promovisan u 21. veku, sačinjava konstrukt tri srodna sporta: tenisa, badmintona i skvoša. Potekao je u Nemačkoj tokom 2001. godine. Krosminton se igra na terenu, koji je dimenzija uzdužne





polovine teniskog terena bez mreže. U ovoj igri loptica (spider) slična je kao u badmintonu, ali težina spidera i teren bez mreže čine udarce bržim. *Teren sačinjavaju dva kvadratna polja (5,5 x 5,5 m) i udaljena jedan od drugog 12,8 m na svim vrstama podloga. Igrači brane svoje polje, trudeći se da pogode lopticom (spiderom) polje protivnika. Meč se odvija na 2 ili 3 dobijena seta i do 16 poena. Taj brejk je do 2 poena razlike.*

KUBERTEN PJER (Pariz, 1863 – Ženeva, 1937), obnovitelj, reformator modernih olimpijskih igara i osnivač Međunarodnog olimpijskog komiteta *CIO*. Za vreme studiranja u Engleskoj, mladi Kuberten se upoznavao sa životom studenata i učenika. Uzor mu je bio Tomas Arnold (1795-1842), koji je imao specifičan odnos prema odgoju svojih učenika i studenata, kao nekadašnjeg direktora škole u Ragbiju. Pjer Kuberten je počeo objavljivati specijalne članke o školskom telesnom odgoju u Engleskoj (1886). Kuberten se svesrdno založio za to da odmor u školama bude iskorišćen za razne igre i sport, pa je 1888. godine osnovao i odbor za uvođenje telesnih vežbi u školama Francuske, a 1889. objavio je svoje značajno delo pod nazivom L'education athletique (Sportski razvoj), i u njemu razradio osnovna načela sporta i sportskog odgoja. A u 1892. godini u slavnoj pariskoj Sorboni je javno nastupio sa predlozima da bi u cilju što snažnije internacionalizacije i humanizacije sporta, trebalo obnoviti drevne grčke periodične Olimpijske igre i prilagoditi ih modernom vremenu. Kubertenova sledeća misija su bile zemlje SAD, na čijem prostoru je 1893. godine proučavao sve tamošnje školske i sportske prilike, gde je usput upoznavao najveće krugove sportskog pregalaštva među najboljim sportskim pedagozima toga doba. Kuberten je pokrenuo u Parizu Međunarodni kongres za fizičko vaspitanje i za oblast sporta, na kome je predložio da se usvoje sva načela amaterskog sporta. Kongres je u velikoj auli Sorbone jedno-

glasno prihvatio Kubertenove predloge i da se obnove Olimpijske igre, tako da se taj kongres pretvorio i u osnivački kongres CIO, a Kuberten je izabran za prvog generalnog sekretara, a od 1896, pa sve do 1925. Pjer Kuberten je bio i predesednik CIO. Zaslugom gospodina



Kubertena, u periodu 5 -14. juna 1896. godine u obnovljenom Panatenejskom stadionu u Atini bile su održane prve Olimpijske igre savremenog doba. Kuberten je najzaslužniji što su za Olimpijske igre i olimpijski pokret, kao glavnu pokretačku snagu međunarodnog sporta – pripremljene načelne odredbe i organizacione pojedinosti: principi, protokol igara, redosled svečanosti, te otvaranje i zatvaranje igara. Kuberten je čak uspeo da se dozvoli učestvovanje predstavnika naroda koji nisu imali svojih nacionalnih država, već su se nalazili u sastavu višenacionalnih država. U to vreme su u CIO bila zastupljena tri olimpijska odbora iz Austro-Ugarske (austrijski, mađarski i češki), pa je 1908. godine u CIO bio primljen Hrvatski o.k., a 1912. primljen je u CIO i Srpski olimpijski komitet. Generalni cilj Pjera Kubertena je bio da Olimpijske igre budu stožer zbližavanja svih naroda sveta, a Kuberten je u njima gledao i najvećeg pobornika svetskog mira na planeti. Posle uspešne misije, kada je dugo godina bio na čelu najveće sportske svetske organizacije koju je stvorio, Pjer Kuberten se u svojoj 62. godini života povlači sa svih funkcija i biva izabran za doživotnog počasnog predsednika CIO, ali uz napomenu od njegovih sledbenika, da na tu dužnost posle njega – neće biti izabran niko. Međutim, bez obzira na veliku angažovanost za osnivanje modernih OI, na osnovu novijih istraživanja, P. Kuberten je bio nacista i rasista, vođa globalne duhovne moći, koji je težio duhovnoj kolonizaciji sveta.

KUDO KAZUZO (1898-1970), poznati judo sensej, nosilac 10. DAN. Bio je svetski šampion i prvak Japana iz 20. veka. Kao naslednik dr Jigora Kana, on







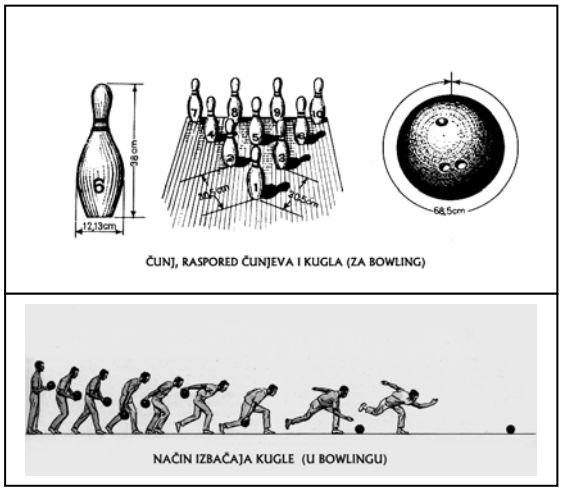
je bio i direktor Kodokana. Pisac je više knjiga iz judoa, a najpoznatije su mu: *Judo – tehnika bacanja, Judo – parterna tehnika, Dinamičan judo, Crni pojas,* i druge.

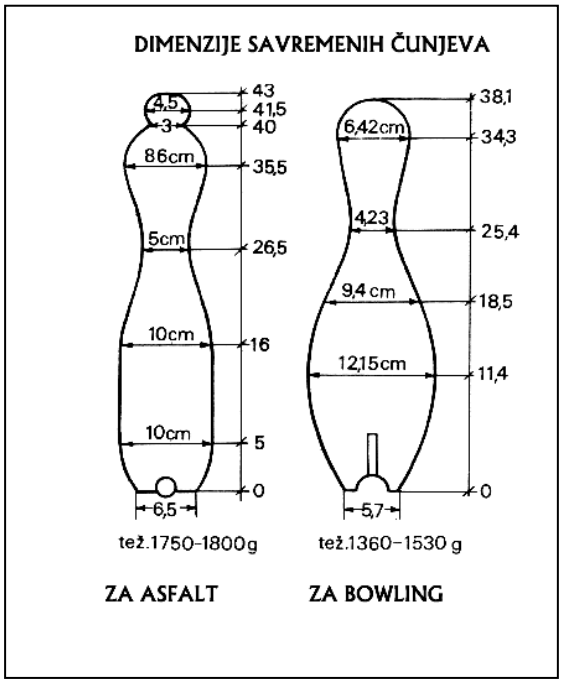
KUGLANJE (engl. bowling, rus. игра в кегли), sportska igra kuglom kojom se obaraju čunjevi postavljeni na postolju i na određenoj udaljenosti takmičarske staze. U nekim zemljama postoji i igra kuglanja bez čunjeva i ona se naziva boćanje (videti pod terminom „boćanje“). Međutim, ovde će biti prezentovana sportska igra kuglanje, koja je u vezi sa obaranjem čunjeva. Pretpostavka je da je preteča današnje igre sa kuglama bila drevna igra sa kamenim kuglama, još za vreme egipatske civilizacije, o čemu svedoče tragovi nađeni u grobnicama egipatskih faraona. Takođe su tragovi te drevne igre pronađeni i u ostacima stare grčke i rimske epohe, iz čega se da zaključiti da su ti stari narodi bacali nekakvo kamenje u pravcu predmeta koji su bili postavljeni na određenoj razdaljini, sa ciljem da ih sruše. Naročito je kuglanje bilo zastupljeno u nemačkim samostanima, gde se učilo da su čunjevi zlo, a kugle – dobrobit, tako da je kuglama trebalo srušiti zlo. Zbog tog načina se u takmičenja umešala i ideologija. Tokom srednjeg veka, kuglanjem se u Nemačkoj bavilo gra-

đanstvo. Mnogi zamkovi su u svom okrilju imali napravljene kuglane. Zanimljivo je da su se u razdoblju između XIII i XVI veka pojavila dva oprečna stava o kuglanju: jedan stav je bio zauzet i od nemačkog pesnika Huga von Trimberga, koji je u svojoj poemi opi-



sivao štetnost kuglanja, dok je suprotan stav njemu bio zauzeo Martin Luter (1483-1546), koji je pred crkvama podržavao sportsku igru kuglanja, pa je kuglanje njegovog vremena u protestatizmu nazvano „Luterova igra“, tako da se baš Luteru i pripisuje igra sa 9 čunjeva. Takođe, kuglanje se u Engleskoj spominje za vreme vladavine Edvarda III (1312-1377), koji je i sam bio neobično oduševljen tom igrom, ali se uplašivši da bi igra kuglama mogla da potisne streličarstvo, kralj je kuglanje zabranio 1366. I u drugim državama je kuglanje bilo zabranjivano, iz razloga što se ta igra igrala i u kafanama, gde bi se pijani gosti potukli kuglama i čunjevima, a zatim bi nasrtali i na goste i prolaznike na ulicama. Iz tog razloga su se krajem XVIII veka počele graditi specijalne zatvorene kuglane. Početak kuglaškog sporta se veže za godinu 1769, kada se u Nemačkoj počelo razmišljati o jedinstvenim pravilima kuglanja, ali se organizovano kuglanje kao sport razvija u Evropi tek krajem XIX veka. Nemačka je organizovala prvi Savez nemačkih kuglaških klubova 1885. u Drezdenu, gde se već za kratko vreme okupilo oko 220 kuglaških klubova. Zatim je ta igra preneta u SAD, gde je naroči-





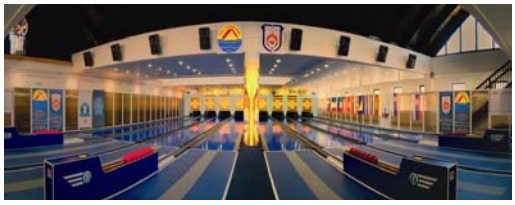
to bila popularna u mestima sa najviše kopača zlata. Upravo u takvim gradovima SAD počele su se graditi brojne kuglane, a sa njima paraleno su se razvijale i ostale hazardne igre. Zbog toga je 1840. godine uvedena zabrana kuglanja na celom prostoru SAD. Pošto su se te zabrane odnosile na kuglanje sa 9 čunjeva, dovitljivi igrači su izmislili 1880. godine igru sa deset čunjeva (bowling tenpins), da bi 1895. u SAD bio osnovan i Američki kuglaški kongres, koji će prvi u svetu propisati pravila ige, dimenzije kuglaških staza, čunjeva, kugli i ostalog pribora. Prvi Međunarodni kug-

lački savez (International Bowling Association, IBA) osnovan je 1926. godine u Stokholmu, a istog dana je održan i prvi svetski turnir u istom gradu, sa 10 čunjeva, gde su učestvovali kuglaši iz desetak zemalja. Od 1929-1939. sedište IBA bilo je u Verningerodeu u Nemačkoj, a Drugi kongres IBA održan je posle Drugog svetskog rata sa pravilima ige sa 9 čunjeva. Međutim, između članica kongresa došlo je do velikog neslaganja koja pravila da se uvedu, jer su neki bili pobornici kuglanja sa 9 čunjeva (evropski sistem), a neki za igru sa 10 čunjeva (američki sistem), dok su neki hteli da se uvedu još dva stila igranja kuglama: brvnarsko kuglanje i makazasto kuglanje. Posle velikog naprezanja i ogromnih kompromisa odlučeno je 1952. godine u Hamburgu, na osnivačkom kongresu da se tad formira najnovija kuglaška asocijacija, pod imenom Međunarodna kuglaška federacija (FIO, Federation Internationale des Quilleurs), koja je rešila da prizna sva četiri kuglaška sistema. *Kuglanje na brvnarskim stazama* nije popularno sem u nekim severnim delovima Evrope i Nemačkoj. Brvnasta kuglana, dugačka je 32,5 m, a široka 1,7 m. Sastoji se od brvnaste staze, postolja za čunjeve i jame u kojoj se skupljaju izbačene kugle i oboreni čunjevi. Brvnasta staza ima 5,5 m dugu dasku položnicu, koja je pokrivena linoleumom, i brvnastu površinu (duga 23,5 m) po kojoj se kotrlja kugla. Na kraju te brvnaste staze je čunjsko postolje, dugo 1 m, a iza koje je mali (0,25 m) slobodan prostor i jama duga 1,25 m, na svom početku duboka 0,16 m, a na kraju 0,10. Neposredno pre završetka daske položnice je prestupna linija, široka 5 cm, a ispred daske položnice, na početku kuglane, je slobodan prostor u dužini od 1 m. Brvnasti deo kuglane (širok je 0,35 m), od kuvane bukovine, ima plitko žljebasto udubljenje. Ono počinje neposredno iza daske položnice i postepeno se povećava na svakih 25 cm za 1,5 m. Posle 0,75 m, udubljenje žljeba od 4,5 mm konstantno je sve do 0,875 m pred prvim čunjem, kad počinje da se smanjuje. Ostala površina kuglane prekrivena je parketom. Staza, od početka daske položnice do prvog čunja, ima uspon do 10 cm, Kugle su prečnika 16,5 cm, a čunjevi i postolje su istih dimanzija kao i na asfaltiranim stazama. Igra se samo u pune čunjeve, jer čunjevi u uglovima stoje izvan brvnastog dela staze. *Kuglanje na makazastim stazama*, najviše se upražnjava u Belgiji i Nemačkoj, ali nema nekog većeg međunarodnog značaja. *Kuglanje na bovling stazama* izvodi se na 2, 4, 8, 12, 16 i više staza. Za velika međunarodna takmičenja potrebno je bar 8 staza. Kuglana za bovling duga je 25,5 m, a sastoji se od prostora za pripremu igrača (dugog 1,22 m i širokog 1,06 m), zaletišta (dugog 4,57 i širokog 1,06 m), staze, od prestupne linije do čunjskog postolja (duge 18,30 m i široke 1,06 m) i čunjskog postolja u obliku jednostraničnog trougla, na čijem je vrhu (okrenutom igraču) postavljen prvi, najbliži čunj, a u ostala tri reda postavljeno je u jednakim razmacima (po 30,5 cm) ostalih 10 čunjeva. Staze za bovling izra-





đene su od tvrdog drveta kuvane bukovine. Čunjevi su izrađeni od jasenovog drveta i jednake visine od 38,1 cm, a težina im se kreće od 1360-1530 gr. Način ove igre je takav da kuglaš ne sme prekoračiti na prestupnu liniju ili stati na nju, a taj prostor kontroliše poseban sudija, a u današnje vreme to je moderni uređaj (fotoćelija). Takmičenja su pojedinačna, u parovima ili ekipna sa odre-







Gornja slika: moderna kuglana u Banji Junaković kod Apatina, slika u sredini i dole: svetski šampioni Vilmoš Zavarko i Zorica Barać (reprezentativci Srbije).

đenim brojem nastupa (serija) koji se određuje pre takmičenja za pojedine igrače. Pri igri parova njihovi se pojedinačni uspesi sabiraju kao uspeh para. U ekipnim takmičenjima učestvuje od 3-8 igrača (za žene 6, a za muškarce 8). Muškarci igraju najviše do 8 serija, a žene do 6, ali celo prvenstvo najviše traje 4 dana. Igra se i na „američki" i na „evropski način". Nakon svih 20 serija rezultati se sabiraju, a određeni broj najboljih takmičara igra još 8 serija, a zbir svih 28 serija daje redosled pojedinca. *Kuglanje na asfaltnim stazama*, izvodi se na 2, 3, 4 ili više paralelnih staza. Asfaltna kuglana duga je 28,5 m, a široka 1,5-1,7 m. Sastoji se od daske položnice (duge 5,5 m, a široke 0,35 m), asfaltnog dela staze od završetka daske položnice do početka prvog čunja (široka 1,5 m i duga 19,5 m), čunjskog postolja (1 m), iza kojeg je mali (0,25 m) slobodan prostor i jama duga 1,25 m. Asfaltni deo kuglane prekriven je glatkim asfaltom, koji se u debljini od 28 mm nanosi na vodoravnu betonsku podlogu. Daska položnica, od tvrdog drveta pričvršćena je na betonsku podlogu, a prekrivena je linoleumom u istoj ravni sa asfaltnom terena. Na njenom kraju je tzv. prestupna linija, granica koju igrač ne sme prestupiti. Širina kuglane postolja i jame je 1,7 m. Drveno postolje za čunjeve ima na određenim mestima namontirana čelična ležišta za čunjeve. Sa svoje donje strane svi čunjevi imaju rupice i ugrađene metalne pločice sa čeličnom kuglicom i perom, pomoću kojih se mogu postavljati tačno na svoja mesta. Asfaltna kuglana ima 9 čunjeva postavljenih u kvadrat, kojem je jedna dijagonala (1 m) usmerena prema stazi i igraču. Čunjevi su međusobno udaljeni 50 cm, a dijagonale kvadrata duge su do 1 m. U presek dijagonale kvadrata stavlja se središnji čunj, koji ima kapu ili krunu. Ostali čunjevi stavljaju se u sredinu stranica kvadrata na njihova sečišta. Iza postolja je i jama u kojoj se skupljaju izbačene kugle i oboreni čunjevi, a iza postolja je obrnuto postavljena strunjača. Dubina jame je na početku 16 cm, a zatim se do strunjače ravnomerno smanjuje na 10 cm. Na savremenijim asfaltnim kuglanama montiran je iznad postolja uređaj za automatsko postavljanje čunjeva, upotrebljiv za igre u pune čunjeve i za igru „na čišćenje". Automatski uređaj ima i svetlosne pokazatelje o stanju čunjeva

na postolju, pokazatelj zbira hitaca, kao i pokazatelj zbira svih ukupno oborenih čunjeva. Na aparaturi je i uređaj za podizanje kugle i njeno vraćanje kuglovodom na početak staze. Na međunarodnim takmičenjima igra se samo punim kuglama prečnika 16 cm. Nekada su se kugle pravile od drveta, a danas od veštačkih masa (bakelit, tekstolit, polivinil itd.). *Kuglaško takmičenje po međunarodnom sistemu sastoji se od 200 uzastopnih hitaca za muškarce na 4 staze, a za žene 100 hitaca na 2 staze. Na svakoj stazi igrač izvodi po 50 hitaca mešovito (25 hitaca u pune čunjeve i 25 „čišćenjem"). Pravila igre: prilikom svakog hica u pune čunjeve, na čunjskom postolju mora biti postavljeno svih 9 čunjeva. Pri igri „na čišćenje", kuglaš svoj prvi hitac izvodi u pune čunjeve, a narednim hicima nastoji pogoditi što veći broj čunjeva. Igrač stiče*

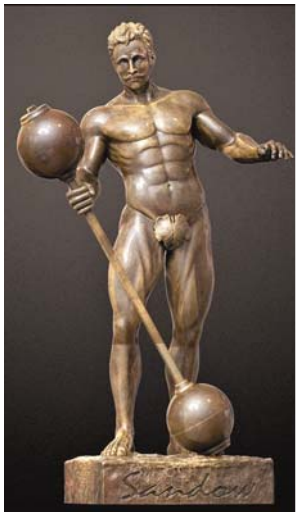




KUGLAŠKA SENIORSKA MUŠKA REPREZENTACIJA SRBIJE ZVANIČNI SVETSKI ŠAMPION 2009, 2011, 2013. Zvanički svetski šampion u kuglanju je reprezentacija Srbije. (Detenhajm-2009, Sarajevo-2011, Zalaegerseg-2013). Na slici muška i ženska reprezentacija, sa selektorom Milošem Ponjavićem, kapitenom Jovanom Ćalićem i predsednikom KS Srbije Urošem Dragojlovićem (snimljeno 2013. godine).

pravo na novo postavljanje čunjeva unutar jedne serije od 25 hitaca „na čišćenje", kada obori poslednji čunj na postolju. Nakon 50 izvedenih hitaca, igrači tad menjaju staze. Rezultat jednog igrača je zbir svih oborenih čunjeva u 200 hitaca. U ekipnom takmičenju učestvuje 6 igrača, a rezultati svih igrača vrede kao ukupan uspeh ekipe. Na prvenstvima sveta i na nacionalnim takmičenjima, od 2009. godine, igra se po novom sistemu, gde se takmiči po grupama, a ne po parovima. Najbolji kuglaši sveta su Vilmoš Zavarko i Jovan Čalić (članovi kuglaške reprezentacije Srbije).

KULTURIZAM (ATLETSKA GIMNASTIKA) BODIBILDING (franc. culturisme, engl. body-building, rus. атлетическая гимнастика), sistem telesnog vežbanja čija je svrha harmoničan i skladan razvoj muskulature tela, na šta se nadovezuje i takmičenje u estetskom izgledu, razvijenosti i proporcionalnosti

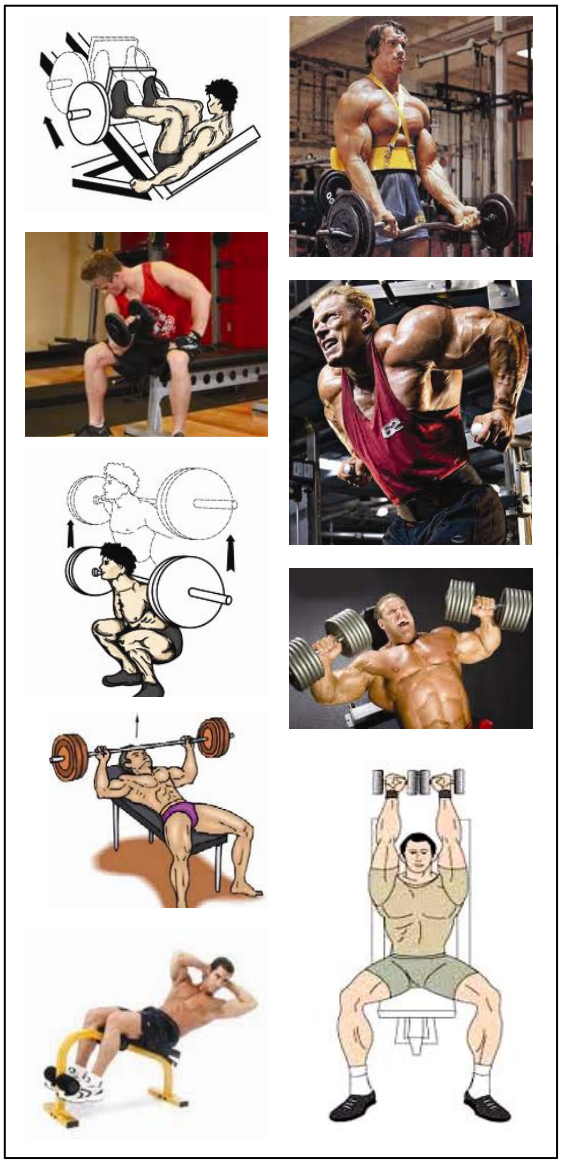




Sleva: Eugen Sandov (1867-1925) i Stiv Rivs – glumac Herkula. Sandov je preteča kulturizma, a Rivs ga je popularisao.

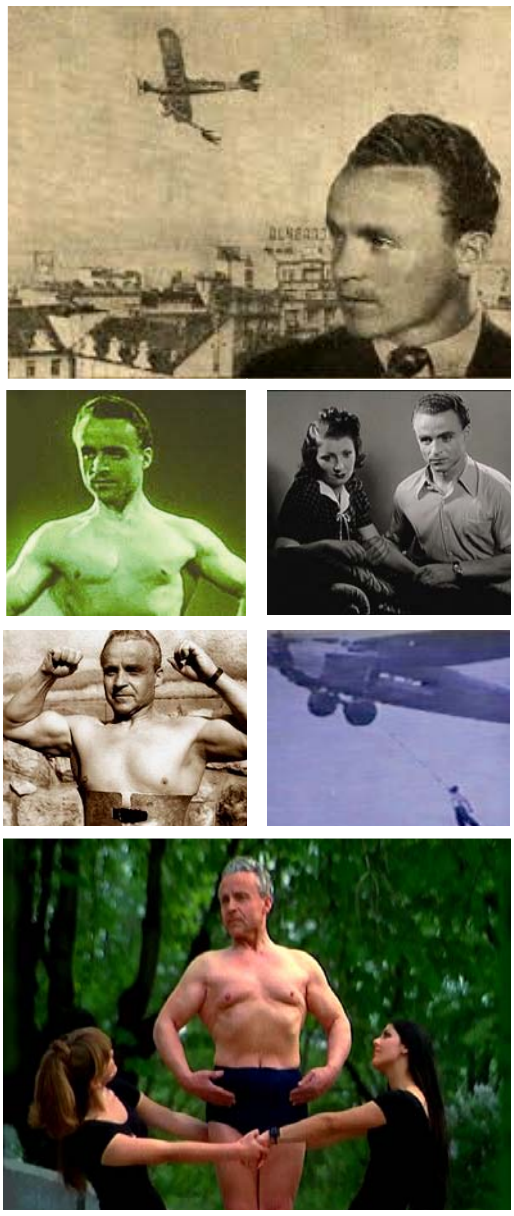
građe muškog ili ženskog tela. Preteče kulturizma dosežu i u vremena antičke Grčke, koja je najviše od svih drevnih država na svetu – negovala kult lepog i nadasve skladnog ljudskog tela. Period savremenog kulturizma (atletske gimnastike) počeo je sa jednim od najpoznatijih atleta sveta Eugenom Sandovim (1867-1925), koji je prvi u svetu razradio ceo sistem vežbanja sa tegovima u cilju proporcionalnog i skladnog razvoja muskulature i ukupnog ljudskog tela u celini. Jedna od poznatijih knjiga Eugena Sandova pod nazivom „Bodibilding" (Građenje tela) pojavljuje se posle njegove smrti (1930) u Londonu, ubrzo doprinosi velikoj popularnosti te

sportske discipline. Bodibilding se veoma brzo popularizuje u SAD, naročito u periodu između dva svetska rata. Na tlu SAD je poprimio velike razmere, da bi se veoma brzo proširio na tle Evrope, gde se pojavljuje čitav niz škola koje se bave kulturizmom, sa novim metodama i sistemima vežbanja na tegovima kao i benč-pres klupama. Prodor kulturizma u SAD povezan je uglavnom sa imenom Slovaka Jana Zimeka, čija porodica je bila useljenička u SAD, koji je primio novo ime Džon Grimek.



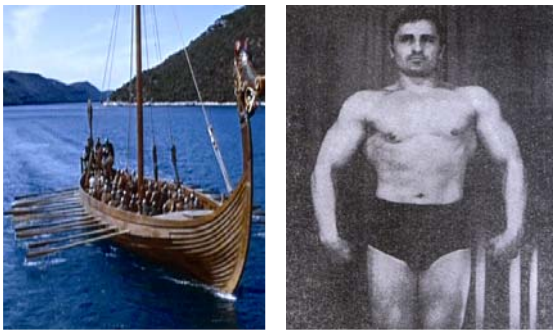
On će biti najzaslužniji za još veću popularnost kulturizma (bodibildinga) u SAD. Grimek je bio član američke reprezentacije i organizovao je prvo takmičenje u svetu 1939. godine, za izbor najlepše građenog muškarca, i od tada se takva takmičenja redovno održavaju u SAD pod nazivom „Mister Univerzum“, tako da je SAD time postala vodeća zemlja u svetu po ekspanziji vrhunskog bodibildinga i najbolje građenih atleta sveta. Posle Grimeka, najpoznatiji propagatori kulturizma u SAD su bili braća Ben i Džoe Vejder i Bob Hofman. Jedan od braće Vejder, Ben Vejder odlazi u Kanadu i 1946. godine osniva Međunarodnu federaciju za kulturizam (IFBB International Federation of Body Building). Godine 1970. održan je kongres IFBB u Beogradu, gde su donesena najvažnija pravila takmičenja. Takmičenja u kulturizmu za pojedine kategorije za prvenstvo sveta, održavaju se samo u seniorskoj konkurenciji, ali mnoge članice IFBB organizuju svoja nacionalna prvenstva i za juniore i za seniore (za žene i muškarce). Takođe se održavaju i kontinentalna prvenstva u bodibildingu u Evropi, Americi i Aziji. Prodor kulturizma na jugoslovenske prostore počinje 1950, ali je kao organizovani sport pustio svoje vidljivije korene tek 1965. Godine 1966. osnovana je prva Komisija za atletsku gimnastiku, koja je zajedno sa Savezom za dizanje tegova organizovala 1968. godine u Beogradu prvi izbor „Atlete Jugoslavije“, na kojem je apsolutni pobednik bio Petar Mladenović, arhitekta iz Zemuna. Od tada se svake godine održavaju takmičenja u kulturizmu i na tlu današnje države Srbije. Međutim, popularizaciji i ekspanziji kulturizma na jugoslovenskim prostorima, treba svakako zahvaliti i jednom od naših prvih nezvaničnih atleta akrobati Dragoljubu Aleksiću iz Beograda, koji se kao entuzijasta bavio kulturizmom još između dva rata, a 1942. u vreme okupacije snimio jedan od prvih zvučnih filmova u

boji, gde je demonstrirao golemu snagu svojih mišića kao i skladnost atletskog muškog tela. U svom filmu „Nevinost bez zaštite“, Dragoljub Aleksić je i glumac, i akrobata i snažni lepo građeni



Na slici gore: Dragoljub Aleksić kao akrobata 1942. Srednje slike: u filmu „Nevinost bez zaštite“, i donja slika: snimak u poznim godinama u Beogradu, gde je slavni akrobata i umro 1985. godine.

atleta, čija popularnost je bila velika sve do kraja pedesetih godina. Takođe, velikoj popularnosti kulturizma, doprinelo je i snimanje internacionalnog filma „Dugi brodovi“ (američko-jugoslovensko-norveške produkcije, 1967), za čije snimanje su režiseri i producenti tražili sa prostora bivše države Jugoslavije najbolje građene atlete, gimnastičare i dizače tegova, da bi učestvovali kao statisti (veslači-robovi na galijama). Sa pro-



Sleva: Kadar iz filma **„Dugi brodovi“**, snimljen na području Budve u Crnoj Gori (veslači prvi bodibilderi iz bivše Jugoslavije, dizači tegova i profesori DIF-a). Desno: **Vukašin Kapor** iz Gajdobre, kao statista iz filma „Dugi brodovi“, poznati bodibilder, snimak iz 1967.

ducentima iz SAD stigli su i instruktori za bodibilding, koji su u vreme snimanja filma i edukovali sve odabrane statiste. Organizacija takmičenja u kulturizmu (bodibildingu), po propisanim pravilima FIBE održava se tako, da se svi takmičari razvrstavaju u tri visinske kategorije: nisku (do 165 cm), srednju (od 165-172 cm) i visoku (više od 172 cm). Takmičari se razvrstavaju u visinske ka-



Levo: Ben Vejder, predsednik IFBB, slike sredina i desno: prvi mister univerzum iz 1959. godine, Meksikanac Edi Silvestre (1931-2000)

tegorije neposredno pre početka svakog takmičenja. Merenje vrše sudije. Prvi deo takmičenja tzv. predsuđenje, održava se bez prisustva gledalaca, obično u nekoj dvorani, odvojeno za svaku visinsku kategoriju. Odvija se u dve discipline: 1) nastup pred sudijama u četiri stava – sa čeone, zadnje i obe bočne strane; 2) u poziranju. U prvoj disciplini takmičarima je zabranjeno da

kontrahuju mišiće, a ocenjuje se opšti izgled svakog učesnika. U drugoj disciplini, svaki takmičar izvodi, u trajanju od 90 sekundi, nekoliko poza za koje veruje da najviše ističu sve njegove telesne kvalitete: proporcionalnost, oblikovanost i razvijenost muskulature. Posle nastupa svih takmičara jedne visinske



Svetski šampioni bodibildinga iz druge polovine XX veka
Frenk Zen (levo) i Serđo Oliva (desna slika)

kategorije, sudije mogu da pozovu pojedine takmičare da nastupe zajedno, kako bi izvršili neposredno poređenje i između pojedinih učesnika takmičenja. Na kulturističkim takmičenjima, sedam sudija ocenjuju svakog takmičara ocenom od 0-10. Ocene iz obe discipline se sabiraju i na taj način određuje plasman svakog pojedinca. Posle toga organizuje se nastup pred gledaocima, koji ima više egzibicioni karakter. Tad u tom delu programa svaki takmičar pozira u trajanju od 60 sekundi. Posle nastupa svih takmičara jedne visinske kategorije, proglašava se pobednik u toj kategoriji i objavljuje plasman i ostalih takmičara. Tri pobednika iz svake visinske kategorije takmiče se na kraju u tzv. apsolutnoj kategoriji. Svi oni nastupaju istovremeno u poziranju, a sudije određuju samo apsolutnog pobednika (drugo i treće mesto se ne određuje). Takmičari u kulturizmu nastupaju samo u kratkim kupaćim gaćicama; zabranjeno je nošenje bilo kakvog nakita (ogrlica, lančić, narukvica, sat), tetoviranje i mazanje tela. Kad je u pitanju trening kulturista, on je veoma intenzivan. U toku različitih faza oni održavaju treninge od 4-6 puta nedeljno, dok je to u fazi pripreme za važno takmičenje i 2 puta dnevno. U toku cele godine kulturisti (bodibilderi) primenjuju u svom treningu specijalne vežbe sa težinskim spravama za povećanje mišićne mase. Te vežbe se izvode sa velikim težinama od 80-95 % od mak-



Levo: **Franko Kolombo**, (gore desno) **Lari Skot** (mr univerzum), i dole desno **Miloš Šarčev** (iz Bečeja), srpski i svetski bodibilder

simuma. Na jednom treningu temeljno se obrađuju 2-3 mišićne grupe. Za svaku vrstu mišića koristi se 3-6 specijalnih vežbi, a svaka vežba sadrži obično 5-6 serija sa 6-8 ponavljanja. Trening početnika (bodibildera) je po svom intenzitetu mnogo manjeg obima za oko 60% od obima napornih vežbi koje koriste vrhunski kulturisti. Nekada do kraja XX veka koristile su se prvenstveno sprave dvoručni i jednoručni tegovi, sa raznim klupama, dok je početkom XXI veka izbor sprava povećan. Pojavljuju se razni oblici sprava, gde se sve više potiskuje rad sa osovinskim tegovima, a sve se više prelazi na sprave kojima se težina reguliše pomoću čekrka, ili otpor telu pružaju specijalne opruge, poluge i lat-mašine. Nažalost, često se na reklamama u štampi i TV mogu videti mnoge „sprave“ za razvijanje i lepotu tela, među kojima je većina veoma štetna, i to kao prvo zbog veoma lošeg kvaliteta.

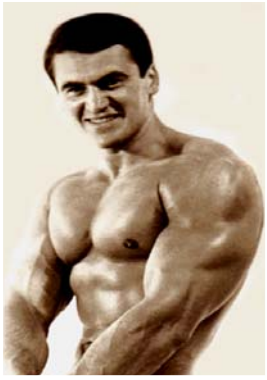
Naročito, u bofl proizvodima prednjače razne reklame TV-šopa, koje u istom paketu nude jeftine kuhinjsko-toaletne uređaje sa spravama za kulturizam, a to su naravno najlošijeg kvaliteta, štetne i veoma su škodljive po zdravlje sportista.

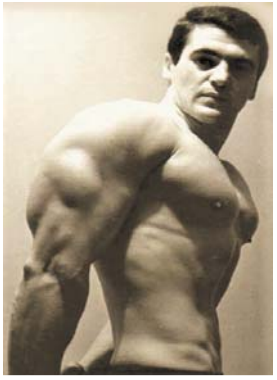




SERDŽ NUBRE, jedan od najpoznatijih francuskih i svetskih bodibildera (u Anseu, Gvadelup, 1938-2011). Od 1958-1982. godine osvajač je svih titula: Mister sveta, Mister Univerzum, Mister Olimpija u sve 4 verzije: IFBB, NABBA, WBBG, WABBA. Bio je počasni predsednik WABBA.

Šampioni SFRJ i Srbije u bodibildingu 1968-2021. godine: *Petar Mladenović, Slobodan Belić, Milan Perić, Dragoljub Šterović, Jovan Janković, Milan Marinković, Petar Čelik, Miodrag Prljević, Fikret Hodžić, Novica Pauljičić, Dragan Miljković, Danko Radovanović, Peter Liska, Nenad Brkić, Nebojša Jocić, Žarko Stojić, Rajko Sekulić, Slobodan Blagojević, Karolj Bodza, Slobodan Spasojević, Zoran Vejić, Milan Marić, Dragan Paunović, Jovica Savić, Siniša Privulović, Slobodan Vukić, Negovan Jovanović, Saša Stanković, Predrag Milošević, Zoran Jovanović, Ivan Strugarević, Juraj Valenčik, Predrag Stojnić, Boban Pešić, Igor Milanović, Goran Nikolić, Denis Mali, Dalibor Stešević, Miloš Disić, Predrag Petrović, Slaviša Đorđević, Lepomir Bakić, Predrag Pavlović, Zoran Vejić, Nenad Mihajlović, Slavoljub Paunović, Dušan Savić, Miloš Stojanović, Nikola Kovačević, Dejan Vološder, Maksim Trzin, Marko Pavlović, Igor Šikara, Svetozar Milenković, Srđan Pešić...* Žene: *Irena Čelik, Ilona Zarubica, Milka Sudarević, Biserka Šipka, Branislava Jovanović, Ljubica Bukinac, Danijela Pančić, Slađana Jevtović, Nataša Lukirić, Đurđica Borković, Ljuba Pantović, Radmila Delić, Maja Pavlović*... Prvi proslavljeni šampioni bodibildinga iz XX veka su: *Stiv Rivs, Arnold Švarceneger, Frenk Zen, Serđo Oliva, Franko Kolombo, Serž Nubre, Hubert Mec,* a u





Petar Mladenović, Atleta Jugoslavije (Beograd, 1968)
Na prvom zvaničnom takmičenju u atletskoj gimnastici, pod nazivom *„Atleta Jugoslavije"*, apsolutmi pobednik je bio Petar Mladenović, arhitekta iz Zemuna. Pokrovitelj takmičenja bio je beogradski sportski list „Tempo". Na slikama: Petar Mladenović, 1968. godine.

21. veku dominira *Roni Koleman*, osvojio priznanje „Mister Olimpija", čak 8 puta.





Sleva: Arnold Švarceneger (20. vek) i Roni Koleman iz 2012.

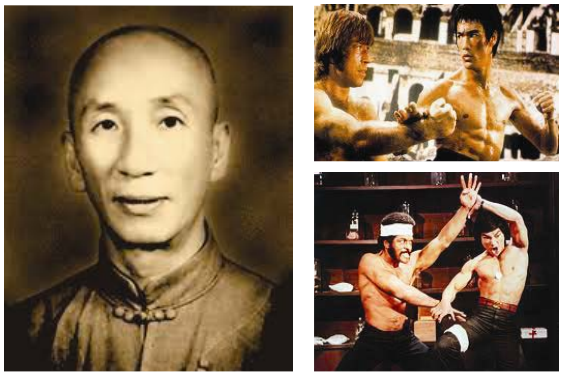
Međutim, savremeno takmičenje u bodibildingu u prvoj polovini XXI veka, „iskače" iz estetskog, humanog i zdravstvenog obrazca, jer je ovo sport u kome (dozvoljeno) nastupaju i takmičari, koji koriste preteranu „hemijsku pomoć" anaboličnih stereoida, hormon rasta i inslulin, a taj nedostatak estetike nagrađuju sudije na svetskim takmičenjima.

KUMITE-DACHI, sparing stav.

KUMI-UCHI, samurajsko i japansko drevno rvanje, pojavilo se u srednjem veku, odvojivši se od izvornog sumo rvanja. Praktikovali su ga najviše ratnici u oklopima. Trebala je velika snaga kao i

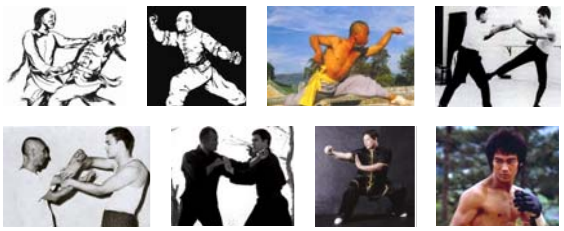
spretnost, da bi se moglo takmičiti u teškoj kompletnoj opremi. Još se ta veština neguje i danas u Japanu.

KUNG-FU, kineska škola karatea. To je stil, škola, pravac, separirani ogranak karate sistema koji je nastao u Kini pre



Sleva: legendarni sensei kung-fua Ip Men, desno: umeće Brusa Lija

oko 4500 godina, još u vremenima cara Huang Tia (Žuti imperator). Tek negde oko 600 godina p.n.e. dobijamo realnije podatke o kung-fuu, a koje je ostavio Konfucijev učitelj, slavni Lao Ce. Međutim, u VI veku indijski kaluđer Mao Mo, na svom proputovanju kroz Kinu, formulisao je delimično izmenjen i adaptiran sistem kung-fua i to u manastiru Shaolinu, koji se nalazi u severnoj Kini. *Činjenica je da se razvoj kung-fu veštine uvek vezuje za određeni manastir, a to nije slučaj samo sa kung-fuom i samo sa Kinom. U ovoj drevnoj borilačkoj veštini postoje dve struje: čist metafizički edukativni sistem i druga struja borilački sistem sa filozofskim (mističnim) aplikacijama. Testovi u okviru treniranja, koji su korišćeni u manastiru Shaolin, bili su veoma surovi i iscrpljujući: danonoćne vežbe, treninzi, tehnike, borbe, prostorije sa mehaničkim drvenim figurama, prenošenje usijanog kotla rukama... Ove ispite je uspevao da položi veoma mali broj kandidata. Ali, poslednjih vekova se kung-fu preselio izvan manastira, i mada je time izgubio deo svoje autentičnosti, kung-fu je dolaskom u „civilstvo" dobio na ogromnoj popularnosti. Što se tiče tehničke komponente, ova borilačka veština podrazumeva skup svih praktičnih elemenata koji se koriste u vežbanju. Sve tehnike zavise od stavova i položaja tela. Skoro svi stavovi u kung-fuu imaju onomatopejno poreklo, jer su nastali po analogoji na životinjski svet i po ugledu na držanje, stav i ponašanje neke od životinja. Stav ili položaj tela je dakle baza u kung-fu veštini, borba, kao i kate tj. formalne vežbe, zatim tehnika disanja, pravac i način kretanja itd. Veština je dobila svoju procvat i*



popularnost krajem šezdesetih godina, kada je tadašnji istinski majstor u veštini kung-fua, Brus Lung Li, snimio jedan od svojih najboljih filmova „U zmajevom gnezdu". Kao mladić vežbao je nekoliko škola kung-fua i to kod više učitelja, od kojih ni jedan nije dao presudni lik njegovom vežbanju. Kao rezultat toga i ne samo toga, Brus Li u svom zrelom dobu proklamuje sopstveni stil (uslovno nazvan stil) i daje mu ime Đit-kun-do (Jeet-Kune-Do). Time je on izvršio totalnu separatizaciju od svih ostalih stilova koji su imali dodira sa kung-fuom. Međutim, ako se povežu likovi majstora kung-fua Brusa Lija (filmskog) i Lija iz stvarnog života, razlike je bilo, jer je Brus Li ulaženjem u svet kinematografije, delimično zanemario najbolje, ali i izvorne kvalitete iskonskog kung-fua.

KWITANG, stil iz indonežanske drevne matične borilačke veštine, koja je delimično mistična. Videti pod *pentjak silat.*



L

LARSEN BENT (Kopenhagen, 1935), danski šahovski velemajstor i jedan od najboljih svetskih šahista. Počeo je su-

delovati na omladinskim prvenstvima sveta 1951. i 1953. godine. Bio je višestruki prvak Danske, a 1956. godine na XI Olimpijskim igrama osvaja naslov velemajstora. Na međunarodnoj šahovskoj sceni ostvario je više pobeda: Hastings 1956/57 (1-2); Dalas 1957 (3-4); Mar de Plata 1958 (1): u Kopenhagenu



1960 (4) i 1965 (4), u Bevervejku 1961 (1-2), Amsterdam 1964 (1-4), Le Harv 1966 (1), S. Monika 1966 (3), Havana 1967 (1), Vejnipeg 1967 (1), Sous 1967 (1), Pakma de Majorka 1967 (1), 1968 (2-3), 1969 (1), 1970 (2-4), Monte Karlo 1968 (1), Bisum 1969 (1), Lugano 1979 (1), Vinkovci 1979 (1). Sudelovao je na turnirima kandidata (1965, (3), 1968 (3. mesto) i 1971 (2-4).

LASKER EMANUEL (u Berlinhenu, 1868 – Njujork, 1941), nemački šahovski velemajstor, najistaknutiji šahista između XIX i XX veka (drugi službeni svetski šampion u šahu 1894-1921. god.). Kao dvadesetšestogodišnjak pobeđuje i



sve najslavnije šahiste svoga vremena: Berdelebena, Misesa, Blekburna, Birda, Štajnica, Maršala, Taraša, Janovskoga i Šlestera. Na SP u Havani (1921) gubi od Kapablanke. Lasker je šah smatrao umnim sportom i borbom stvaralačke individualnosti. On spada u predstavnike psihološkog stila igre. Napisao je 5 šahovskih knjiga i to: Common Sense in Shess 1896, St Petersburg Tournament Book, 1909, Mein Wettkampf mit Capablanca, 1922, Lasker's Chess, 1932, Alekhine – Bogoljubov Return Match, 1935. Povukao se sa takmičenja i posvetio se kao doktor nauka u matematičkim istraživanjima. Dolaskom Hitlera na vlast, kao veliki antifašista napustio je Nemačku i živeo u Njujorku, gde je i umro 1941.

LISTON ČARLS SONI (S. Francisko, Arkanzas, 1932-Las Vegas, 1971), američki bokserski šampion, počeo javno nastupati 1953. Od 52 borbe pobedio je čak 48 puta. Prvenstvo sveta u teškoj ka-



tegoriji osvojio je 1962. i 1964. Posle drugog poraza od Kasiju Kleja (Mohameda Alija), zbog simuliranjas u borbi zabranjuje mu se i bavljenje boksom u trajanju od 5 godina. Pokušao se vratiti na ring u 1970. godini, ali neuspešno. Umro 1971. godine u Las Vegasu, država Nevada.

LONČAR BRANISLAV (Bačka Palanka (1937-2019), uspešni jugoslovenski reprezentativac i trener u streljaštvu. Počeo je nastupati 1955. godine u omladinskoj reprezentaciji Jugoslavije. *Bio je*





prvak SFRJ 1962. i 1964. godine u trostavu sa puškom velikog kalibra i u olimpijskom meču, pobednik i na međunarodnim takmičenjima (u Lajpcigu 1961, Sofiji 1962/1963, u Beogradu 1962/1963). Na PE 1965. u Bukureštu osvojio je zlatnu medalju i zbir 596 krugova u olimpijskom meču. Proglašen je 1965. godine za najboljeg sportistu SFRJ.

LOTUS, kompanija Kolina Čempena, koju je otvorio 1. januara 1952. godine u Horsniju (predgrađu Londona), a istoimena fabrika trkaćih i sportskih automobila, osnovana 1953. godine u Norviku. Čempen je prvo konstruisao vozilo za „Formulu 2“, pobedivši na pozna-

toj trci u Le manu 1958. Na Čempenovim vozilima „Formule 1“, šampionske titule osvojili su: *Klark, Hil, Rind*, *Andreti, Mos, Surtes, Rodrigez, Isk, Amon, Sifert, Peterson, Rojteman*...Međutim, kompanija Entonija Brusa Čempena, u masovnoj prodaji bolida – nije se proslavila.



Trkaći bolid marke “lotus”, kreatora i industrijalca Entonija Brusa Čempena, Formula-1

LOV (engl. hunting, franc. shasse, rus. oxoma), pojedinačno ili grupno traženje, hvatanje ili ubijanje lovne divljači u prostorima širom prirode. Sportski lov pojavljuje se iz potrebe čoveka da pronađe razonodu i uzbuđenje, u odnosu na profesionalni lov koji je uglavnom privrednog karaktera. Iz lova su nastale, izdvojile se i osamostalile raznovrs-



Tutankamon lovi divljač harpunom
(1452. g.p.n.e, muzej u Kairu)

ne lovačke discipline i grane sporta. Tako se iz lova na konjima razvila sportska disciplina lovno jahanje, odn. lov na lisicu, a od nekadašnjeg lova strelom razvilo se streličarstvo (luk i strela). Takođe se razvilo i sportsko streljaštvo, gađanje kuglom i sačmom u pokretne mete (živi i glineni golubovi), kao svojstvene lovačke discipline, koje su poprimile takmičarski karakter, čega je lišen sportski lov na divljač. Lovom se dobija ukusno meso, koža i krzno, zapošljava se priličan broj radnika, razvija i proizvodnja lovačkog oružja, odeće, obuće i ostalog pribora, i unapređuje i veštački odgoj neke vrste divljači. Zahvaljujući sportskom lovu formiraju se lovno-turističke organizacije za posredovanje i organizaciju lova, produžuje se turistička sezona. Sportski lov razvi-





Lovačko oružje i standardna lovačka oprema

ja u čoveku snalažljivost, smisao za orijentaciju, spretnost, izdržljivost, upornost, čini ga otpornijim da savlađuje teškoće i prepreke. Dobar i svestran lovac može uz lov biti sposoban i za pešačenje, plivanje, planinarenje, pa i skijanje. U udaljenim krajevima prinuđen je na logorovanje, voženje bicikla, jahanje. Lovac mora dobro pratiti lovni kalendar i raspored odstrela divljači, mora biti human prihranjivač lovnog terena (obezbeđivanje vode za divljač, pojila, is-

hrane i u hladne zime). Dakle, lovac po prirodi svoga opredeljenja mora biti veoma disciplinovan, human i etički orijentisan. Time i on doprinosi lovstvu, dok lov njemu uzvraća time što ga vraća prirodi, čeliči mu telo, izoštrava čula i jača reflekse. Očigledno uočljivi uzajamni odnosi lovca i lovišta, prisutni u



Nemački kratkodlaki ptičar, 2. nemački oštrodlaki pričar, 3. irski seter, 4. koker španijel, 5. engleski seter, 6. bavarski, 7. kratkodlaki jazavičar, 8. lovni terijer, 9. foksterijer, 10. oštrodlaki jazavičar, 11. dugodlaki jazavičar, 12. dalmatinac, 13, poenter, 14. trobojac.

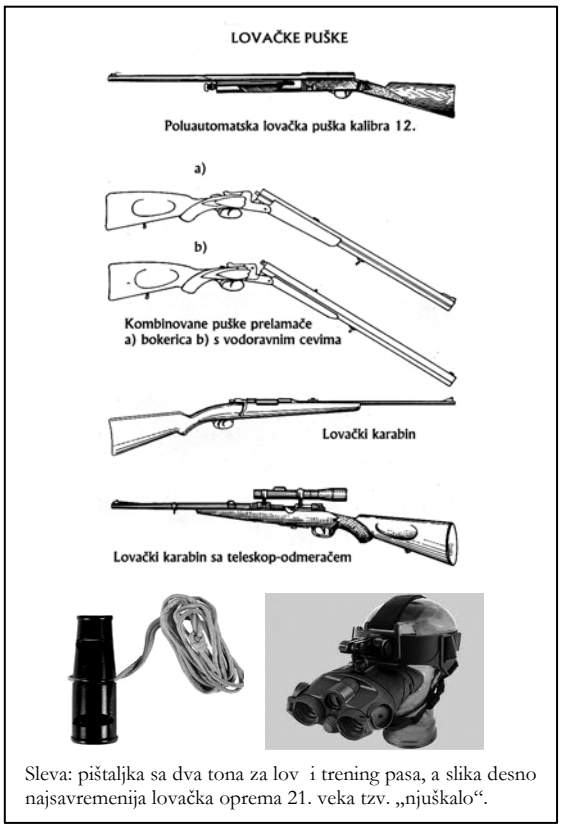
lovu, čine sportsku disciplinu veoma privlačnom za generacije različitog doba. Lov je od davnina jedna od najstarijih grana čovekove proizvodne delatnosti. Lov je doprineo čovekovom telesnom i umnom razvoju. Lov je i od praistorijskih vremena imao kolektivni karakter, jer su se njime bavili i muškarci i žene, da bi se u kasnom paleolitiku lovom bavili isključivo muškarci, dok su žene


Pas ptičar u akciji


Redovno, sezonsko prihranjivanje divljači

obavljale kućne poslove i pripremu hrane. Načini lova, lovačka oruđa i oružja menjala su se veoma usporeno. Lovačke tradicije prelazile su s pokoljenja na pokolenje. Tako su se na krajnjem severu Zemljine kugle javili oblici lova na morske životinje, a lovilo se pomoću čamaca, obale, ili pak na ledu harpunom, sve dok se nije pojavilo vatreno oružje. U tundri se lovilo pomoću psa. U nekim prostranstvima Azije bio je karakterističan i lov na konju (sa lovnim pticama i psima goničima), a u stepama Amerike, Azije i Evrope lovilo se lasom. Australijska plemena nisu odmah znala za luk i strelu, već su lovili kopljem i bumerangom, a služila su se jamama, paljenjem trave da bi isterala divljač, kao i hajkama na divljač. Na tragovima sta-

rih asirskih crteža na spomenicima, dā se zaključiti da su ti narodi lovili pomoću pasa, geparda i dvokolica upregnutih konjima. Sličnost je i u tragovima grčke i rimske kulture. U delima grčkog pisca Ksenofonta detaljno su opisani i mnogi načini lova: na zeca, jelena, lava, geparda, leoparda, na divlju svinju, medveda. Slično kao i Grci, tako su lovili i Rimljani. Veoma je zanimljivo koliko su



Sleva: pištaljka sa dva tona za lov i trening pasa, a slika desno najsavremenija lovačka oprema 21. veka tzv. „njuškalo".

Rimljani pridavali važnost konstrukciji npr. lovačkog koplja, koje nije bilo obično koplje. Ono je imalo ispod metalnog šiljka prečku (krsnicu), koja je sprečavala da ono uđe preduboko u telo zveri. Na taj način lovac je izbegao da dođe na dohvat zuba ili šapa zveri. Takvo koplje ostalo je u upotrebi sve do XX veka. Za praćku su upotrebljavali olovne ili glinene kuglice. Dosta pisanih tragova o rimskom lovu, može se pronaći kod Seneke i njegovom delu tragediji Hipolit. Početkom XII veka pojavio se i barut, pa je napravljeno i vatreno oružje, pre svega puška, koja se neprestano usavršavala i koja je i danas u sportskom lovu potisla ostala sredstva za lov. Nažalost, vatreno oružje, krčenje šuma, intenziviranje poljoprivrede, povećanje broja stanovništva, širenje erozije i smanjenje životnog prostora za životinje – prouzrokovalo je i rapidno smanjenje broja divljih životinja, a u mnogim slučajevima i potpuni nestanak pojedinih vrsta. To je prisililo države i zakonodavce da postave određena pravila lovstva, a takva slična pravila su postojala još u feudalno doba. Da bi se sprečilo propadanje lovišta i nestanak divljači, u svim zemljama sveta donose se zakoni o lovstvu i uvode određena ograničenja. Uvodi se lovna karta, lovostaj, određuje minimalna površina zemljišnog poseda (npr. 200 hektara) koja daje pravo vlasniku (lovačkom društvu) za lov. Na prostoru Kraljevine Jugoslavije, 1931. godine donesen je jedinstven zakon o lovu. U Srbiji su prva lovačka udruženja osnovana u Beogradu (1889), u Kragujevcu (1890), a nešto kasnije u Nišu, Jagodini, Paraćinu, Negotinu, Aleksincu, Valjevu i Šapcu. Godine 1889. osnovan je u Rogatu kod Lapova Savez lovačkih udruženja Srbije, koji 1896. izdaje nekoliko časopisa: Lovac, Časopis za lov, Šumarstvo i ribarstvo. Vojvodina je osnovala svoj Savez lovačkih društava 1922, a iste godine je objavljen i Lovački glasnik, kao i Glasilo lovačkih društava i Kinološkog udruženja u Vojvodini. Prethodno osnovani Lovački savez Kraljevine Jugoslavije, posle Drugog svetskog rata i oslobođenja, menja ime u Glavni lovački savez FNRJ, sa sedištem u Beogradu, koji je kasnije promenio ime u Savez lovačkih organizacija SFRJ, pa u Lovački savez Jugoslavije. Od 1931. godine lovačka organizacija Jugoslavije je učlanjena u Međunarodni lovački savez za zaštitu divljači (CIC). Danas se lova-

čke organizacije u Republici Srbiji zovu: Lovački savez Srbije, sa sedištem u Beogradu, u ulici Alekse Nenadovića 19, i Lovački savez centralne Srbije, na adresi Prvoslava Jovanovića 6, Kragujevac.

LUIS DŽOE (1914), bokser SAD, bivši svetski šampion u teškoj kategorji. Titulu je držao od 1937-1949. On je jedan od retkih boksera koji je čak 25 puta odbranio titulu svetskog prvaka. Bio je profesionalni bokser od 1934-1951. Prvi poraz u boksu doživeo je u meču sa M. Šmelingom, da bi u revanš meču 1938. godine opet pobedio Luis. Iz ringa se povukao 1949. godine, ali se vratio 1950, i u meču sa E. Čarlsom gubi titulu svetskog prvaka. Boksuje sa Roki Marćanom sa kojim gubi meč i povlači se iz boksa, umro 1981. godine.

LUPING PAPIRNIH AVIONČIĆA, takmičenje u bacanju ručno napravljenih malih aviončića od papira. Pravila koja su određena za ova takmičenja u akrobatskom letu aviončića, predviđaju da svaki takmičar svoj aviončić može napraviti kod kuće, uz korišćenje lepka, papira i makaza, a takmičar ga može napraviti i na takmičarskom terenu. Takvi takmičarski aviončići su „slobodno leteći" i mogu da izvode samo nekoliko figura: petlju (luping), valjak (roll), kovit (spin) i kombinacije ovih figura. Takmičar nema daljinske komande, već on to čini samo kontrolom energije leta. Održan je i svetski kup „Red bull Paper Wings World Finals Contest" u Salzburgu, na kome je nastupao i najpoznatiji takmičar Republike Srbije *Miroslav Dragojević* iz Novog Sada, koji je poznat kao jedan od najboljih takmičara ovog sporta.

LJ

LJUBEK MATIJA (Belišće, 1953 -Valpovo, 2000), bivši reprezentativac SFRJ u kanonistici, višestruki šampion SFRJ u trkama na 500, 1000, 1500 m. Na PS (Beograd, 1975) osvojio bronzanu medalju u C-1 na 10 000 m. Na Olimpijadi u Montrealu (1976) osvajač zlatne medalje u trci C-1 na 1000 m i 3. na 500 m. Tragično nastradao (ubijen) u Valpovu u Republici Hrvatskoj 2000. godine.

LJUBIČEVSKE KONJIČKE IGRE, narodna konjička manifestacija koja se od 1964. godine održava u Požarevcu u prvoj nedelji septembra sa trajanjem od 3 dana. Program počinje defileom učesnika na konjima i kolima kroz grad, izložbe konja, preskakanje prepreka, galopske i kasačke trke, prikaz visoke škole jahanja, dreserske vožnje, voltižiranje (2-3 takmičara izvode vratolomije na konju, skačući na jedno sedlo), kaskaderske veštine, trke pionira na malenim konjima, ali je primarna sportska disciplina *ljubičevski višeboj* (takmičenje s konjem u 5 disciplina): jahanje na 200 metara, gađanje buzdovanom u gong, gađanje kopljem i strelom u viseću metu, sečenje sabljom triju figura. Može da se osvoji 0, 1, 2 ili 3 boda. Pobednik dobija prestižnu titulu *„Vitez Ljubičeva"*. Ergela kod Požarevca osnovana je 1853. godine i najviše je uticala na uzgoj plemenitih konja u Srbiji, da bi 1941. godine imala 344 grla *engleskih punokvrnih, engleskih polukrvnih, punokrvnih i polukrvnih arapskih konja i lipicanera*, koji su osvajali najveća odličja u državi SFRJ.

LJUBOJEVIĆ LJUBOMIR (Beograd, 1950), šahovski velemajstor. Šahom se počeo baviti 1965. Naslov majstora osvojio je 1970, a velemajstora 1971. Postigao je izvanredne uspehe na međunarodnim takmičenjima i turnirima (Sarajevo 1970. 1-2; 1971. Vrnjačka Banja i Palma de Majorka 1-2; 1973 Manila 2; 1975 Orense 1, a 1974 i 1975 Las Palmas 1). Šahista Ljubomir Ljubojević je bio i najuspešniji predstavnik SFRJ na XX šahovskoj olimpijadi, koja je održana u Skoplju 1972, sa 82% bodova.

M

MA-AI, učenje je o pravilnoj distanci ili *o razmaku u borbi* u različitim borilačkim sportovima sa Dalekog istoka: karateu, judou, tekwondou, ju-jutsu, kendou itd.
MABUNI KENEY, jedan je od sinova majstora karatea, tvorca Shito-ryu stila, Kenwe Mabunija. Keney je rođen 1918. godine. Stekao je u Osaki visoko zvanje 10. DAN i titulu "akademik karatea".
MABUNI KENWA (1889-1952. god.), sensei poznatije drevne škole Shito-ryu stila sa Okinave. Škola je organizovana



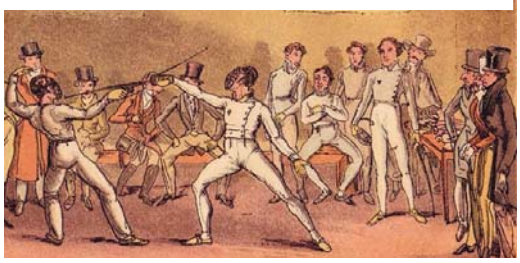


Gornja slika sa arhipelaga Okinava: u sredini je sensei Kenwa Mabuni, a iznad njega gore levo je slavni reformator karatea Gichin Funakoshi. Srednja slika je Kenej Mabuni (soke), naslednik slavnog oca. Donje slike su amblemi shito-ryu škole sa Okinave.

1929. godine u Osaki, i danas je ta škola vrlo popularna u zapadnom Japanu, a karakteristična je i po značaju koji pridaje blokiranju svih udaraca u karateu. Pokreti su polukružni, glatki i imaju lakoću i izraženu gipkost. Samo grananje genealoškog stabla Shito-ryu Mabunijeve škole bi bilo: Mabuni Kenwa, Mabuni Keney (Osaka) prvi njegov sin, sensei Tomoyori (Osaka), Sakagami iz Kanagawe, Vatanabe iz Osake, Iwata (grad Jedo), Tani iz Kobea i Nambu. Velike zasluge za razvoj karate stilova sa arhipelaga Okinava, učenici vrsnog senseija Kenve Mabunija uvek su mu iskreno pripisivali. Legendarni *K. Mabuni*, bio je treći veliki majstor sa Okinave koji je dolaskom u Japan uradio kombinaciju dve poznate okinavljanske karate škole (*shorin* i *shorei)*, te je svom stilu dao naziv shito (šito) što je i složenica od hijeroglifa koji označavaju obe okinavljanske škole. Poznata Mabunijeva karate škola Shito-rju, karakteristična je po mekim, brzim i polukružnim kretnjama. Udarci i blokovi (odbrane od udaraca) su veoma hitri i u polukružnim putanjama.
MAČEVANJE (engl. fencing), veština rukovanja određenim hladnim oružjem (mač, sablja, floret), a sa ciljem napada, odbrane ili sportske aktivnosti. Sportsko mačevanje razvilo se od ratničkog mačevanja. Od više svedočanstava koje govore o postanku mačevanja, jedno od najpoznatijih je pronađeno u egipatskom hramu u Medinet Habuu, koje datira još iz 1190 godine p.n.e. Mačevanjem su se bavili i ostali antički narodi. Još su se Rimljani od V veka veoma ozbiljno i sistematski bavili veštinom mačevanja, naročito u gladijatorskim školama (reč gladijator od lat. gladus – mač). I stari Grci su se kao izvrsni ratnici bavili veštinama mačevanja, ali su u odnosu na Rimljane bili mnogo humaniji, jer nikada u svojoj baštini nisu negovali okrutne i nehumane gladijatorske igre, jer pokretačima Olimpijade, maratona i Aleksandrijske biblioteke – nisu bile potrebne krvave orgije na kojima bi se videle sve mogućnosti mačevanja. Zanimljivo je da Rimljani nisu bili mentaliteta sportskog duha, ali su zato sa tribina veoma bučno navijali („ubij! ubij!"). Sportsko mačevanje poznato je još od davnina i u Kini, Japanu, Indoneziji itd. Među-

tim, tamo se nisu koristila hladna oružja i bodeži od metala već od drveta, kada je u pitanje sportsko vežbanje. Naročito je bio omiljen bambus, od koga se izrađivala imitacija oružja u obliku mača ili sablje, i sa kojima su ti narodi izvodili vežbe mačevanja do perfekcije. Takođe, mačevanje je bilo veoma poznato i kod afričkih naroda, ali je mače-







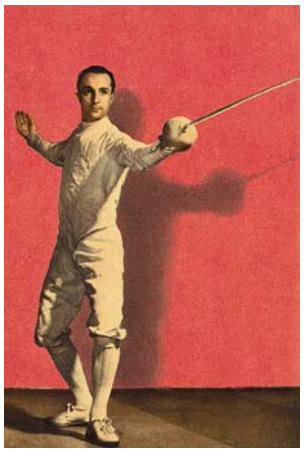
vanje u srednjem veku bilo veoma važno. Srednjovekovna Evropa je bila poznata po mačevalačkom sportu, koji se tada povezivao sa viteštvom. Sva pravila mačevanja su utvrđivanja s postankom prvih mačevalačkih udruženja, a njihov kodeks je strogo primenjivan na sportskim viteškim igrama – turnirima. Sredinom XV veka, veština mačevanja je posebno razvijana u romanskim zemljama (Španija, Italija, Francuska), ali i u Nemačkoj i srednjovekovnoj Engleskoj. Prve knjige o mačevalačkom sportu pojavile su se krajem XIII veka u Italiji. Godine 1295, braća Dal Serpentes izdali su zanimljiv mačevalački udžbenik u Milanu. Za njihovim stopama su nešto kasnije krenuli i drugi autori: Fiore dei



Mačevalački turnir žena
(Slika Gustava Vertheimera, 1885)

Liberi (1410), Moncio (1509), Marozo (1536), Agripa (1653), zatim se pojavljuju i nemački autori knjiga o mačevanju: Lihtenauer (1389), Talhofer (1443), Lebkomer (1525), Egenolf (1558). Bilo je i španskih autora, a najpoznatiji su: Pons (1474), Pedro de la Tore (1474), Karanza (1582), Narvaez (1600), kao i engleski autor Saviolo (1595). Škole mačevanja koje su se najviše isticale bile su u Italiji i Francuskoj. Početkom XX veka su poznate škole mačevanja bile u Mađarskoj i u Carskoj Rusiji. Prva sportska pravila mačevanja propisana su godine 1913. U srednjovekovnoj Srbiji je mačevanje bilo veoma zastupljeno, još od cara Dušana, na dvoru kneza Lazara, a naročito krajem XIV i početkom XV veka u vreme mladog despota Stefana Lazarevića, gde su bile poznate njegove mačevalačke škole, sa visokim sportskim kodeksom. Na tlu Kraljevine Srbije, mačevalačke škole su postojale u Beogradu 1843, a najpoznatija od njih je bila Mačevalački kružok, u kojoj su bili poznati učitelji mačevanja Đ. Marković-Koder i Holanđanin K. Vimes, koji će doći za predavače mačevanja u tu školu 1851. godine. Takođe, poznata škola mačevanja je bila i na Vojnoj aka-

demiji u Beogradu, na kojoj je u periodu 1891-1923. godine bio (sa manjim



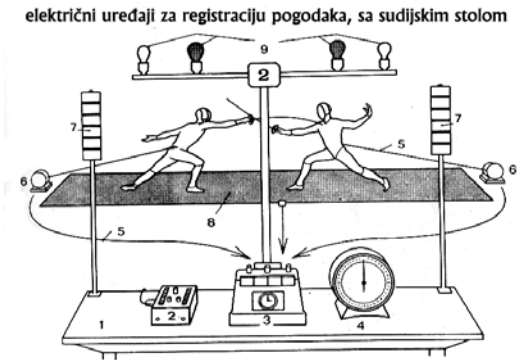
Eduardo Mañdaroti (1919-2012)

Eduardo Mañdaroti (Italija, 1919-2012), bio je najbolji mačevalac na planeti, šampion na 4 Olimpijske igre u borbi mačem i floretom pojedinačno i ekipno. Osvajač je zlatnih medalja na OI 1936, 1952, 1956. i 1960. godine: 6 zlatnih, 5 srebrnih, 2 bronze. Na SP osvojio je 13 zlatnih medalja, 8 srebrnih i 5 bronzanih. Bio je takmičar od 1936-1960. godine. Dobitnik je prestižne nagrade *Platinasti venac* od Olimpijskog komiteta 2003. godine.

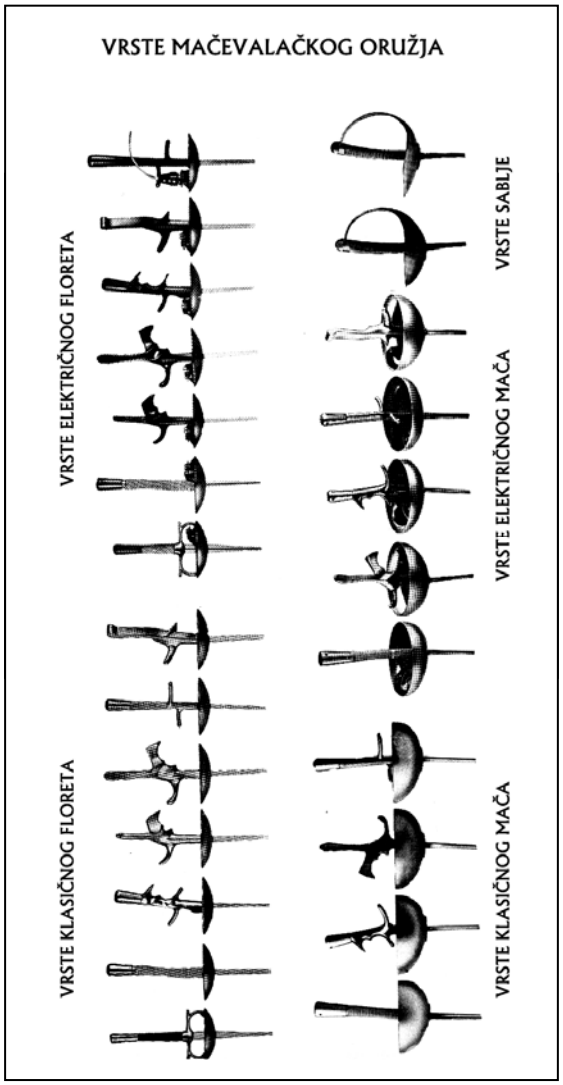
prekidima) učitelj mačevanja Belgijanac Č. Duket, koji se smatra i utemeljivač modernog mačevanja u Srbiji. Najveći mačevalački centar na prostorima tadašnje Vojvodine, bio je u Velikom Bečkereku (danas Zrenjaninu). Međutim,



MAČEVALAČKA OPREMA
Gore sleva: kompletna oprema sa rukavicama i mačem. Slika gore desno: maska, dole levo: plastron i dole desno: bluza.

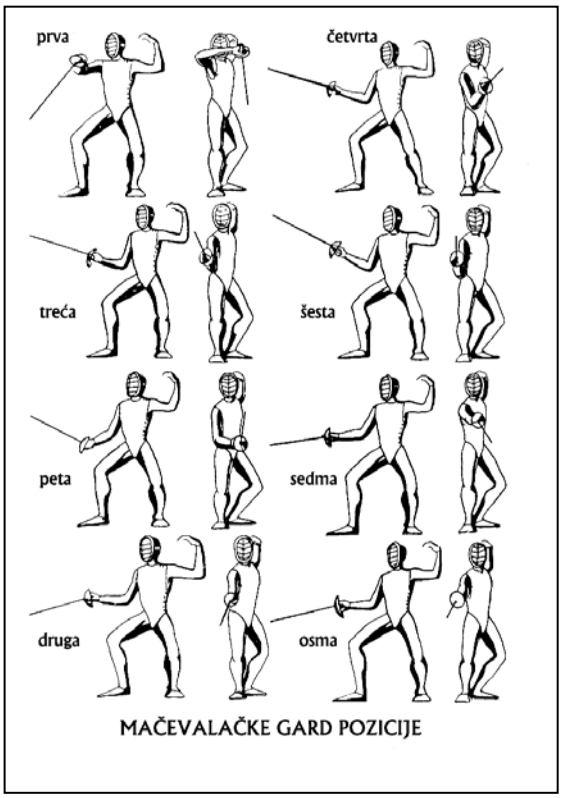


posle Drugog svetskog rata, na prostorima bivše Jugoslavije, mačevanje kao sport nije dobilo dovoljnu ekspanziju, naročito iz razloga nedostatka kvalifikovanog trenerskog kadra, nedostatka rekvizita, mada je odziv omladine koja se opredelila za tu vrstu sporta – bio zadovoljavajući. U periodu 1950-1975. godine u Jugoslaviji je egzistiralo oko 15 mačevalačkih klubova, sa oko 600 aktivnih mačevalaca. Najveću aktivnost i najveće kvalitete su pokazali mačeva-



oci Srbije, naročito Vojvodine, a jedna od najpoznatijih žena majstora mačevanja i floreta bila je *Vera Jeftimijades*, višestruka šampionka bivše SFRJ. Današnje mačevanje je mnogo drugačije nego sistem mačevanja pre mnogo vekova, čak i pre par decenija. Danas u mačevalačkom sportu u „polju igre“ vežbaju članovi mačevalačkih klubova i probrani takmičari, koji se bore na žičanoj

traci dužine 14 m koja se naziva planša. Oni se bore mačem i sabljom na borilištu dužine 18 m. Današnje mačevanje



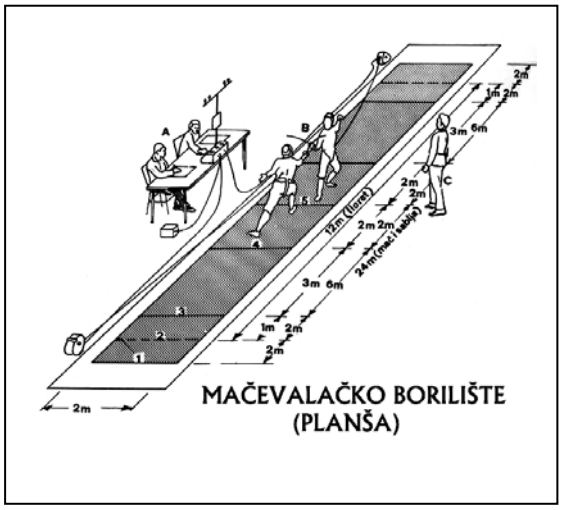
MAČEVALAČKE GARD POZICIJE

je spoj munjevitih refleksa, tempiranja, zavaravanja, pariranja, brzih protivnapada i tehnike nogu. Današnji moderni učitelji iz Ruske Federacije, Mađarske, Francuske, Poljske, Švedske i Italije su veštinu mačevanja doveli do savršenstva i doveli je do stepena u kojem se za-



Na OI, Berlin, 1936. godine, briljirala je mačevalačka reprezentacija Mađarske i njeni višestruki olimpijski i svetski šampioni: Endre Kabos, Pal Kovač, Aladar Gerei, Laslo Rajčani, Tibor Berzeli i Imre Rajči. Desno: Vera Jeftimijades (1937), 26 puta prvak SFRJ i Srbije.

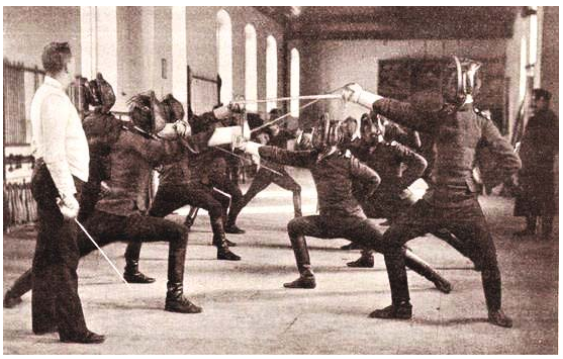
hteva elektronska registracija pogodaka, jer su borbe floretom i mačem postale toliko brze da ih oko mačevalačkih sudija jedva može primetiti. Mačevalačka oružja za muškarce u pojedinačnim i ekipnim takmičenjima su florete, mačevi i sablje, a za žene floret. Takmičari u borbama floretom i mačem imaju žicu na telu, pričvršćenu za oružje. Kabel ide od početka do kraja drške mača i spojen je na leđima mačevaoca.



MAČEVALAČKO BORILIŠTE (PLANŠA)

Kabel je spojen sa uređajem za brojanje pogodaka, a odmotava se sa kalema tako da se mačevaoci mogu kretati napred i nazad. Kada se postigne pogodak ili kontakt između vrha mača i bluze protivnika zatvara se električno kolo i pali se svetlo u boji, koje pokazuje da li je pogodak pravosnažan ili nije. Uređaj za brojanje pogodaka omogućava da se precizno utvrdi pogodak pošto je potreban pritisak od samo 500 g kod floreta i 750 g kod mača da se registruje učinak. Ono što je veoma komplikovano kod ovog aparata je da se odredi pobednik zbog brzine akcije. Suđenje borbi sabljom se ne registruje elektronski. U floretu važe samo pogoci koji su registrovani vrhom oštrice na trup protivnika. Maksimalna dužina floreta je 110 cm, i ne može biti teži od 5 kg i ima četverougaonu oštricu koja se sužava do 90 cm. Napravljen je od finog čelika. Mač je iste dužine kao i floret, ali ima veći štitnik za ruku zbog čega je teži (770 gr). Cilj je bilo koji deo tela od glave do palca na nozi. Oružje sablja je te-

ška kao i floret, ali je za 2,5 cm kraća. Poen sabljom može biti postignut prednjom ivicom oštrice ili poslednjom trećinom zadnje ivice kao i sa vrhom. Ciljna površina je od luka bokova prema gore. Takmičenje u mačevanju počinje tako što protivnici bez maski pozdravljaju jedan drugog i sudije, podizanjem oštrice do brade. Zatim učesnici dvoboja zauzimaju osnovni položaj, stojeći bočno prema protivniku da pokažu najmanju „ciljnu površinu". Težina se ravnomerno raspoređuje, a jedna ruka se drži savijena na leđima. Napad se razlikuje, zavisno od discipline, ali je uglavnom „dodir" ili „nagli ispad". U poziciji „ispada" napadač se kreće napred sa isturenom nogom. Kod „dodira" oštrica mača se brzo istura. Kratak skok prema protivniku naziva se balestra, a fleš je kratko, brzo kretanje prema protivniku. Trajanje duela u mačevanju je do 5 pogodaka ili 6 minuta stvarne borbe. A u direktnim eliminacionim rundama, broj pogodaka je 10 za muškarce i 8 za žene sa vremenskim ograničenjem od 10 minuta za muškarce i 8 minuta za žene. U vezi sa rezultatima, u floretu i sablji nema nerešenih rezultata. Ako je vreme isteklo, a rezultat nerešen, upisuje se svakom borcu „D" – kao da je iz borbe izašao poražen. Termini koji se koriste u mačevalačkom sportu su sledeći: TEMPO – vreme trajanja jednostavne akcije; NAPAD – početna akcija ka protivniku; ODBRANA – odbrambena akcija oružjem; RIPOSTA – napadačka akcija takmičara koji je odbranio napad; KONTRA RIPOSTA – napadačka akcija takmičara koji je odbranio ripostu. Oprema, oružje i uređaji koje su sastavni deo mačevalačkog sporta su: maska, koja je napravljena od žice sa okcima od 21 mm obično od nerđajućeg čelika, mačevalačka bluza ili dvostruki lame sa donjim rubljem naziva se i plastron koji je napravljen od konoplje ili najlona, kožne rukavice koje pokrivaju podlakticu, štitnici na grudima, mašina za brojanje pogodaka, kalem za namotavanje, utična žica, floret koji se sastoji od: držača, vrška floreta, srednjeg držača, opruge i vrška za bod, a držači



Vojni akademci Kraljevine Jugoslavije, uz istruktora Šarla Dusea (Prostorije Mačevalačkog kluba „Sveti Đorđe", Beograd, 1923)

ili drške floreta mogu biti raznog dizajna: italijanski, gardijski, belgijski i francuski. Mač je uglavnom američkog tipa, koji se standardno upotrebljava. *Mačevalački savez Jugoslavije* osnovan je 1928. godine u Novom Sadu. A posle II svetskog rata mačevanje postaje jedna od disciplina petoboja na Olimpijskim igrama. *Mačevalački savez SFRJ* formiran je 1949.

MACHI-DOJO, sala za treninge borilačkih veština koja je u privatnom vlasništvu senseija. Najveći broj vlastitih sala za karate imao je Gogen Yamagushi, naslednik Chojun Miyagija. Smatra se da je broj takvih sala njegove Goju-ryu karate škole oko 1.200, koje se nalaze u Japanu i nekim zapadnim zemljama, i u kojima trenira oko 600.000 karatista.

MAE, prednji, akcija kreće napred.

MAE-ASHI GERI, karate udarac nogom prema napred.

MAE-GERI, osnovni udarac nogom iz karatea, prema napred (vrhom stopala).

MAE-GERI-KEAGE, oštri karate udarac nogom napred.

MAE-GERI-KEKOMI, karate udarac nogom, a direktno iz kuka ka napred. Udarna površina je sam vrh tabana.

MAE-HIZA-GERI, karate udarac nogom prema napred (vrhom kolena).
MAE-KAKATO-GERI, karate udarac nogom prema napred, direktno petom.
MAE-KIN-GERI, karate udarac nogom prema napred. Udarna površina je rist stopala u visini protivnikove nadkolenice. Ovim udarcem se pogađaju i genitalije protivnika (u samoodbrani).
MAE-KOSHI-GERI, udarac nogom prema napred, direktno, vrhom tabana.
MAE-SHITSUI-GERI, karate udarac kolenom napred, u protivnika.
MAE-TE, udarac čelom pesnice direktno u protivnika iz stava fudo-dachi i kretanjem tela ka cilju koji se napada.
MAE-TOBI-GERI, za ovakav udarac prednja noga malo klizne napred i sa njom se odražava uvis (skokom), koleno druge noge se visoko trgne i, u skoku, nogom koja je bila odrazna, udara maetobi-geri. Radi zaštite tela, ruke ostaju ispred tela, zatim sledi spuštanje u karate stav hanmi-gamae.
MAE-UDE-DEAI-OSAE-UKE, blok potiskivanjem podlaktom, izvodi se po protivnikovoj ruci (podlaktu).
MAIN GASING, sportska igra Malezije i Indonezije, nadmetanje zvrkovima (čigrama), tako da svaka ekipa od po dva člana zavrti poveliki (drveni ili metalni) zvrk težine do 8 kg i nastoji njime da izbaci protivnički zvrk iz kruga. Takođe takmiče se i u dužini okretanja čigre.
MAJSTORSKA KATA, ili karate kata koja podrazumeva naprednije tehnike, kretanje i principe. Od većeg broja majstorskih kata samo su tri kate uključene u programe polaganja za učenička zvanja (zeleni pojas, plavi i braon), i to su kate: teki-shodan, basai-dai i jion-kata.
MAKALU (8471 m), vrh na Himalajima, četvrti vrh po visini u svetu, nalazi se 20 km istočno od Maunt Everesta. Prvo penjanje na himalajski vrh Makalu izvela je 1955. godine francuska ekspedicija pod vođstvom Žana Franca. Godine 1975. popela se na vrh, kroz vrlo teško i do tad neosvojenu južnu stenu, VI jugoslovenska alpinistička himalajska ekspedicija, što je u to vreme bio najveći uspeh jugoslovenskog planinarstva. Tada su dvojica penjača osvojila vrh bez upotrebe boca s kiseonikom, što je takođe jedinstven slučaj za tu visinu u svetu alpinizma uopšte. Vođa te ekspedicije je bio Slovenac Aleš Kunaver (1935-1984), poginuo u helikopterskoj nesreći na Mežakli *(Blejske Dobrave)*.
MAKI-GAMAE, gard nun-chaku, iz veveštine borenja povezanim palicama.
MAKIWARA, upletena rafija koja služi za uvežbavanje udaraca kao i blokova u



karateu (nogom, laktom, rukom). Sastoji se od drvenog stupa ili daske koja je uklještena u donjem delu. Gornji deo je tanji radi vibriranja prilikom udaraca. Makiware postoje statične (nepokretne) i pokretne (demontažne), a makiwara je drevno nasleđe tradicionalne okinavljanske metodike karatea. Ona vodi poreklo iz vremena kada se karate „uvežbavao" kao (isključivo) samoodbrambena borilačka veština i kada je bilo potrebno ojačati i očvrsnuti udarne površine na rukama i nogama za zadavanje što jačih karate udaraca. Na mestu koje je predviđeno za udaranje, pri vrhu daske, postavljaju se razni omotači (jastučići) od rafije, jute, platna, gume i slično. Treba naglasiti da korišćenje makiware, zbog mogućnosti od povređivanja, zahteva poseban oprez i korektno savladanu kompletnu tehniku udaranja.

MAKSIMOVIĆ GORAN (1963), reprezentativac SFRJ u streljaštvu, višestruki šampion države, šampion sveta i olimpijski šampion vazdušnom puškom na 10 m (Seul, 1988). Bio je učesnik na 5 OI *(Los Anđeles-1984, Seul-1988, Barselona-1992, Atlanta-1966, Sidnej-2000). Bio je i selektor streljačke reprezentacije Srbije.*

MAKURA-GESA-GATAME, zahvat držanja u judou, a izvodi se u parteru. Uke je na leđima i glavom je naslonjen






na natkolenicu torija. Tori desnom rukom ispod leve ruke ukea primi svoje koleno, a levom primi pojas ukea. Telo i glavu nasloni uz telo ukea i ostvari kontrolu nad njim, do sportske pobede.

MAKUUCHI, najviša kategorija profesionalnih i veoma cenjenih sumo rvača. Grupa od 42 najbolja sumo rvača (rikishi), podeljenih u klase unutar te kategorije koji menjaju mesta u skladu s rezultatima na takmičenjima.

MALA OLIMPIJADA, sistem takmičenja učenika osnovnih škola, kao sistem pripremnih takmičenja od školskog i međuškolskog do pokrajinskog i republičkog. Održava se svake 4 godine.

MANRIKI-GUSARI, legendarno oružje Dalekog istoka tzv. "lanac protiv 10.000 ratnika". Ovaj lanac je izgrađen



od dužine do 1 metar, sa težinom do 1 kilogram. Veština vežbanja s lancem je mukotrpna i zahteva dosta sportske kondicije i tehnike. Veoma je popularna u Japanu.

MARĆANO ROKI (1923-1969), američki profesionalni bokser teške kategorije. U toku svoje sportske karijere aktivnog bavljenja boksom (1947-1956), bio 6 puta svetski šampion i nikada nije bio pobeđen u borbama za titulu prvaka sveta. Poginuo 1969. u avionskoj nesreći.



MARIĆ ALISA (Njujork, 1970), šahovski velemajstor i doktor ekonomskih nauka, reprezentativka i najbolja šahistkinja SFRJ i Srbije. Bila je i juniorski vicešampion sveta (1985), prvakinja i šahovskih olimpijada (Novi Sad, 1990, Drezden, 2008), članica tima „Sveta" protiv Kine. Bila ministar sporta i omladine u Vladi Republike Srbije.



MARKOVIĆ RADIVOJE (Majur kod Šapca, 1909), poznati novinar, publicista, i sportski reporter. Diplomirao je na Pravnom fakultetu u Beogradu. Od 1932-1937. bio je urednik u listu „Pravda", a od 1945. radio-reporter i urednik



Radio Beograda i glavni i odgovorni urednik lista „Sport", od 1945. godine taj list je nosio ime „Fiskultura". Marković je bio i u vrhu rukovodstva *Bokserskog saveza Jugoslavije* i član *Jugoslovenskog olimpijskog komiteta* i prvi predsednik *Udruženja sportskih novinara Jugoslavije*. Bio je i jedan od najpoznatijih radio-reportera sa prenosa fudbalskih utakmica, sve do ekspanzije televizije. Napisao je dela: *Jugoslovenski boks na evropskom ringu (1951), Pola veka jugoslovenskog boksa (1961), Tri velika imena beogradskog ringa (1969), Sve o boksu (1973).* Preminuo je u Beogradu 1979.

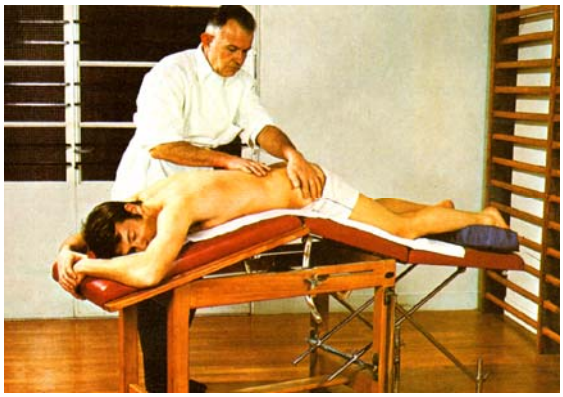
MARTIAL-ARTS (engl. borilačka umetnost), ili drugi naziv *ratničke veštine.*

MARTIN LUIS (1936), poznati reprezentativac Jamajke u dizanju tegova i višestruki svetski šampion (1959, 1962, 1963, 1965), 2. na OI (1960), 3. Na OI (1964), šampion Evrope iz 1959, 1962, 1963, 1965. godine u srednjoteškoj kategoriji. *Rekord: podignuta težina 500 kg.*

MARTINOVIĆ BRANKO (Beograd, 1937), bivši poznati jugoslovenski rvač i pobednik na mnogim domaćim i stranim takmičenjima. Rvačkom karijerom se počeo baviti od 1948. godine u FD „Metalac“, a kasnije OSD „Beograd“, da bi nastavio u SD „Železničar“ od 1950. *U periodu (1957-1965), bio je 7 puta šampion SFRJ u lakoj kategoriji. Nastupao je na OI u lakoj kategoriji (1960) i osvojio srebrnu medalju, a na OI (1964) u perolakoj kategorji, bronzanu. Na PS takođe je osvajao medalje: 1958, 1961 i 1963 (III).* Bio je trener RK „Železničar“ iz Beograda, a ima i priznanje *Zaslužnog sportiste SFRJ.*



MASAŽA, iz užeg područja mehanoterapije, vrsta fizikalne terapije, u kojoj se određenim pokretima i manipulacijama ruke na površini tela, direktno ili indirektno, mehanički deluje na različita tkiva u dubini. Primena masaže u terapiji seže u daleku prošlost. Pouzdani podaci govore o primeni masaže iz vremena 3000 godina p.n.e. kod naroda Kineza i Indijanaca. O tome su ostavili tragove i grčki lekari u starom veku. Najzaslužniji za primenu masaže u savremenom dobu je Pehr Henrik Ling, koji je znatno unapredio tzv. „medicinsku masažu“. S razvojem savremenog sporta pokušavale su se pronaći metode koje bi doprinele podizanju efikasnosti mišića, tj. što bržem otklanjanju umora. U celom nizu tih metoda i sredstava posebno je važna tzv. sportska masaža i samomasaža. Masaža utiče indirektno ili direktno na širenje krvnih sudova u mišićima, pa na taj način bolje snabdeva mišiće krvlju, a što je posebno važno, ona omogućuje bolji i efikasniji transport i otpadnih materija tokom oporavka. Po-



Masaža: u položaju lumbalne kifoze u lumbagu

red toga, masaža ima i veliki psihološki uticaj, posebno za one koji su na nju vremenom i navikli. Danas je poznata i intenzivna masaža *bio-hiling*, kojom maser (terapeut) deluje na pacijenta uz pomoć koncentrisane *bioenergetske putanje.*

MAŠIĆ JOVOVIĆ MIRJANA (Beograd, 1949), jugoslovenska reprezentativka u streljaštvu, bila članica streljačkog kluba „Beograd“, višestruka državna šampionka, svetska rekorderka u gađanju iz malokalibarske puške u trostavu sa 60 metaka i ekipno zlatna medalja za gađanju vazdušnom puškom (1970). Bila 1. na šampionatu Evrope u gađanju





malokalibarskom puškom trostav (1969, 1971, 1974, 1983), a gađala je malokalibarskom puškom u ležećem položaju sa 60 hitaca u metu – „olimpijski mač“,

a Mirjana Mašić Jovović je osvajač šampionata Balkana (1971, 1974) gađajući vazdušnom puškom u trostavu. Bila je viši sportski trener streljaštva, *Zaslužna sportistkinja Jugoslavije (1983)*. Povukla se sa takmičenja 1984. godine i posvetila se profesiji muzičkog pedagoga.

MATANOVIĆ ALEKSANDAR (Beograd, 1930), poznati jugoslovenski šahovski velemajstor i publicista. Naslov majstora osvojio je 1949, a velemajstora 1955. Bio je prvak Jugoslavije u šahu za 1962. i 1969. godinu. Uspešno je nastupao na međunarodnoj šahovskoj sce-





Levo: velemajstor Aleksandar Matanović iz 1961. Na desnoj grupnoj slici je šahovska reprezentacija Jugoslavije (OI, na Malti 1980). Donji red, sede: Matanović (selektor reprezentacije), Kostić (predsednik ŠSJ), Ljubojević i Ivkov. Stoje, zdesna: Marjanović, Nikolić, Parma i Kurajica. Aleksandar Matanović je u karijeri remizirao sa Bobijem Fišerom i Svetozarom Gligorićem i pobedio Mihaila Talja.

ni (Opatija 1953. 1, Beograd 1954. 2; u Hamburgu 1955. 1, i Zagreb 2-3, Beverveјk 1957, 1961. u Mar del Plati 2-5, Buenos Ajresu 1-2, i Zevenar; Užice 1966. 1-2, Bad Pijermont 1970. 1-3). Od 1954. godine bio je stalni član olimpijske reprezentacije Jugoslavije. Posle povlačenja iz aktivnog takmičenja posvetio se istraživanju šahovske teorije i publicistike. Bio je dugogodišnji urednik šahovske edicije „Šahovski informator".

MATERHORN (4477 m; ital. Kervino), alpski vrh na granici Italije i Švajcarske. Posle Maunt Everesta to je najpoznatiji planinski vrh sveta. Zbog svoga specifičnog oblika i lepote, smatra se najlepšim vrhom u Evropi, pa i u svetu. Figura Materhorna je simbol alpinizma, a selo Zernat na njegovom podnožju je najomiljenije alpinističko stecište.

MATES ROLAND (u Pesnehu, 1950), plivač reprezentacije Nemačke, pobednik na Olimpijskim igrama 1968. godine u plivanju 100 i 200 m mešovito. Pobednik je i na Svetskom prvenstvu (1973) u plivanju na 100 i 200 m, kao i na prvenstvu Evrope (1970) na 100 i 200



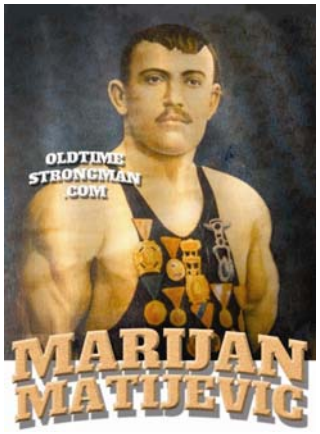


metara leđno i u štafeti 4 x 100 m (mešovito). R. Mates je postavio 19 svetskih i 29 evropskih rekorda u različitim disciplinama plivanja. Proglašavan je 5 puta najboljim sportistom Nemačke.

MATHISEN OSKAR (1888-1954), reprezentativac iz Norveške u brzinskom klizanju, svetski šampion iz 1908, 1909, 1912, 1914. Višestruki šampion Evrope.

MATIJEVIĆ MARIJAN (Duboki Dol, Gračac 1878 – Županja 1951), jedan je od najjačih ljudi svoga vremena. Marijan Matijević, nekad zvani „čuveni junak iz Like", prvi put se istakao na jednom rvačkom takmičenju u Berlinu gde je u borbi pobedio najjačeg nemačkog atletu Vebera, zatim 1904. godine u Carigradu osvaja neslužbeno prvenstvo sveta u rvanju i ostalim teškoatletskim disciplinama, dobitnik *velike zlatne zvezde* od turskog cara Abdula Hamida. Putujući sam po celom svetu od 19. godine, pobeđuje u rvanju, a savladao je i svetskog bokserskog šampiona Italijana Primu Karneru. Ostali poduhvati Marijana Matijevića su: *U luci Njujorka povukao je konopcima dva trgovačka broda, avionu nije dozvoljavao da poleti sa piste, držeći rukama čelično uže koje je bilo zakačeno za točak aviona, držao bure piva od 50 kg zubima, savijao debele metalne šipke oko vrata, lomio rukama konjske potkovice, dopuštao da mu se macolama razbija teški kamen na grudima*

od 300 kg, kidao prstima špil od 80 karata. Za sve svoje mnogobrojne poduhvate, M. Matijević je primio i brojne medalje svetskog ranga, a jednu od najznačajnijih u SAD „Worlds strongest man". Pobeđivao je i u Kini. Bio je oženjen Jevrejkom Irenom Koh i sa njom imao 11 dece. Kao medicinski fenomen imao je dvostruko koštano tkivo. Posle Drugog svetskog rata prolazio je i nekoliko





Sleva: **Marijan Matijević** (1878-1951), i slika desno, najveće priznanje za doprinos svetskom sportu od turskog sultana **Abdula Hamida** – dodeljeno Marijanu Matijeviću 1904.

puta područjem Vojvodine, gde je javno prikazivao silnu snagu svojih mišića i izdržljivost svoga tela, što se graničilo sa fantazijom. Matijević je i u svom vremešnom dobu uspevao da ponovi neke poduhvate koje je činio u mlađim godinama. Bio je i dobrotvor, živeći skromno.

MAUNTBORDING, planinski skejtbord. Prvo takmičenje započeto je kod Bešenovačkog Prnjavora (Srem, 2007) u Republici Srbiji, da bi se nastavilo na najboljim padinama u blizini Bukovca, gde su izgrađene najbolje svetske staze.



Planinski skejt sličan je snoubordu s razlikom da ne treba sneg. Takmičenje se odvija u disciplinama: „4 kros" i „free-style", da bi vrhunac trke bio: 34 momka, 8 devojaka i 4 juniora. Dvostruka svetska prvakinja u mauntbordingu je Senka Bajić iz Novog Sada (Srbija).

MEDICINA (lat.), nauka koja izučava bolesti organizma, način i sredstvo za njihovo utvrđivanje, izlečenje i rehabilitaciju, predupređivanje bolesti i održavanje zdravlja. *Medicina koja se bavi čovekom – humana medicina. Medicina obuhvata učenje o građi (funkcionalna anatomija) kao i funkcionisanje organa čovečjeg tela (fiziologija), o promenama koje se događaju u telu i prouzrokuju oboljenja organizma (patologija), i njihovim uzrocima (etiologija), o održavanju zdravlja (higijena), o zaštiti od bolesti (preventivna medicina), o lekovima (farmakologija), o lečenjima raznih bolesti (terapija). Vrlo je značajna grana sportska medicina ili biološka antropologija, obuhvata morfološko-funkcionalni razvoj čovekovog organizma i uticaj telesnog vežbanja i sportske aktivnosti na razvoj u raznim uzrasnim periodima i bavljenja sportom u savremenim uslovima života.*

MEDICINKA, oruđe za jačanje mišića, kao puna lopta, prečnika 30-35 cm, težine 2-5 kg. Koristi se u gimnastici, borilačkim i drugim sportovima za poboljšanje eksplozivne snage.

MEDITERANSKE IGRE, međunarodno takmičenje u sportovima, koje se organizuje svake četiri godine. *Učestvuju države koje izlaze na Jadransko more (izuzetak su Srbija i Severna Makedonija). MI je pokrenuo dr Muhamet Tahir Paša, predsednik Egipatskog olimpijskog komiteta (1948), a prve MI su održane u Aleksandriji (1951). Vodeni sportovi: plivanje, vaterpolo, kanu, kajak, veslanje, jedrenje. Spisak dvoranskih sportova: košarka, streljaštvo, konjički sport, boks, boćanje, mačevanje, streličarstvo, sportska i ritmička gimnastika, rukomet, karate, judo, odbojka, stoni tenis i dizanje tegova.*

MEGDANI, oblik sportskog takmičenja koji vuče poreklo iz srednjeg veka, i naročito su popularni u istočnim delovima bivše SFRJ, a organizuju se uglavnom u vreme verskih praznika. *Za razliku od turnira, sudije na megdanima su lakše naoružani, pa se i oni takmiče u disciplinama koje su bliske prirodnim oblicima kretanja: u skakanju, trčanju, rvanju, plesu, bacanju kamena, gađanju kopljem i džilitom, streljaštvu, lovu, jahanju, u borbi topuzom i mačem, itd.*

MEMIŠEVIĆ REFIK (Bačko Novo Selo, 1956 – Subotica, 2004), reprezentativac u rvanju grčko-rimskim stilom. Bio član RK „Spartak“ iz Subotice. Na





SP u Oslu (1981), osvojio je 1. mesto, na Olimpijskim igrama (u Los Anđelesu, 1984) 3. mesto, na SP u Meksiko Sitiju (1978) osvojio je 3. mesto; na SP u Katovicama 2. mesto, pobednik MI (1983).
MEN-DARE, u kendou zaštita ramena i glave specijalnim štitnicima (slike).





MENISKUS (grč.) polukružna pločica od čvrstog i vezivnog tkiva u zglobovima (koleno, pršljenovi kičme), može iskliznućem izazvati bolove i oštećenje funkcije zgloba. Ovaj problem je aktuelan kod fudbalera, u borilačkim sportovima, u trenažnom procesu i takmičenju.
MENTALITET (lat.) opšta odlika svih duševnih aktivnosti neke osobe, nastrojenost ličnosti, zbir duševnih dispozicija.
MENTALNA HIGIJENA, duševna higijena, praktična nauka koja sve svoje informacije crpi najviše iz medicine i psihologije, a ima za cilj razvijanje i održavanje duševnog zdravlja, dobre prilagođenosti i zadovoljstva u radu i ukupnom ljudskom životu.
METODIKA (grč.) deo pedagogije koja govori o pravilima, metodama nastave, koja se primenjuje i u sportu.

MERILIN OTI (Kingston, 1960), reprezentativka Jamajke u atletici, višestruka svetska šampionka u trkama na 100 i 200 metara (osvojila 14 medalja). Učestvovala na 6 Olimpijskih igara: Moskva-1980, Los Anđeles-1984, Seul-1988, Barselona-1992, Atlanta-1996, Moskva-2000. godine (ukupno osvojila 7 medalja). Prešla u Sloveniju i u 50. godini života takmičila se na PE-2010. godine.
MIĆOVIĆ VESELIN (Berane, 1965), bivši jugoslovenski reprezentativac u karateu, osvajač srebrne medalje na PS u karate sportu (Meksiko Siti, 1990).
MIHAILOVIĆ SVETOZAR (Rajkovići, Mionica, 1936), jedan od prvih pokretača jugoslovenskog sportskog judoa, majstor je judoa 9. DAN-a crvenog pojasa. *Trenerskim radom je počeo od 1954, a bio je i osnivač judo kluba „Slavija“ iz Novog Sada (1959). Postao je prvi profi trener u SFRJ (1961. g.), a njegovi takmičari su osvojili i 2 olimpijske, 3 svetske i 26 evropskih seniorskih odličja. S. Mihailović Draža je bio savezni sudija u judou i sambou, profesor fizičke kulture. Preminuo je 2007. godine u Novom Sadu. (Na slici: kao trener iz judo kluba „Slavija“, Novi Sad, 2006).*



MIHALIĆ FRANJO (Kutina, 1920 – Beograd, 2015), atletski reprezentativac SFRJ i jedan od najpoznatijih svetskih maratonaca. Bio je član JAK „Partizan“ iz Beograda, 24 puta šampion Jugoslavije (disciplina trčanje na 5000, 10000 m, i maratonu 20 km i 25 km i trčanje 1 č.



Na OI (Melburn, 1956) osvajač je srebrne medalje u trci iz discipline maraton. Osvajač brojnih takmičenja (Tokio, Boston, Sao Paolo, Atina. Zaslužni je sportista države SFRJ.

MIYAGI CHOJUN, poznati velikan karatea (1888-1953). Na ostrvu Okinava je osnovao i Goyu-ryu školu. Na poziv Yamaguchija došao je u Japan i u Kjotu, stekavši mnogo pristalica. Njegov stil proistekao je iz filozofskog shvatanja o







štetnim krajnostima. On je spojio (Go) "tvrdi" i (Yu) "meki" (gogen-yuken) stil, stvorivši novi karate pravac. Zadržao je svu snagu iz grubog Okinawa-te stila, iz kempoa (starog kineskog stila), dodavši joj veoma čiste, povezane i brze pokrete. Spoj svih ovih elemenata dao je novi stil karateu, a kome je pečat udario akademik Chojun Miyagi. Danas je škola ovog stila popularna širom sveta, najviše u zapadnom delu Japana.

MIYAGI TAKASHI, poznati majstor i akedemik karatea i najstariji sin slavnog senseija *Chojuna Miyagija* (Goyu-ryu stil).

MIYAMOTO MUSASHI, veoma poznati japanski mačevalac, izuzetan pesnik stiha haiku i haikaija (1584-1645).

MIYAZATO EICHI, majstor karatea, proslavljeni instruktor Naha-te škole sa arhipelaga Okinava (1922-1999).

MIKATSUKI-GERI, "polumesec" ili kružni karate udarac nogom ka napred. Udarna površina je stopalo ili unutrašnji brid stopala. Ovo je uglavnom ofanzivna nožna karate tehnika.

MIKATSUKI-GERI-UKE, blok nogama, sa udarnim površinama tabana noge, u karate sportu.

MIKIĆ JOVAN SPARTAK (Opovo, 1914 – Subotica, 1944), reprezentativac u atletici, sportski novinar, pravnik. Pred Aprilski rat 1941. godine bio je profesor (asistent) na Ekonomsko-komercijalnoj visokoj školi u Beogradu. Otišao u NOR 1944. Atletikom je počeo da se



Jovan Mikić Spartak (1914-1944)
Po imenu Jovana Mikića – Spartaka, danas se dodeljuje i prestižna nagrada iz oblasti sporta i kulture, zaslužnim pojedincima kao i sportskim kolektivima, ustanovama.

bavi 1934. kao član SK „Bačka" iz Subotice, a zatim SK „Jugoslavija" u Beogradu. Bio je višestruki šampion Kraljevine Jugoslavije u troskoku (1934: 13,86 m, 1935: 14,05 m i 1936: 14,20 m), i petoboju (1937): 2825 bodova. Bio je višestruki šampion Kraljevine Jugoslavije i Balkana u skoku uvis i troskoku (1932-1937). Poginuo je 1944. godine u borbi za oslobođenje Subotice.

MINERALNE VODE, prirodne mineralne vode bogate mineralnim solima (natrijumom, kalijumom, kalcijumom, magnezijumom, hloridom, fluorom, bikarbonatom, jodom, selenom itd.), pa su neophodne i u ishrani sportista.

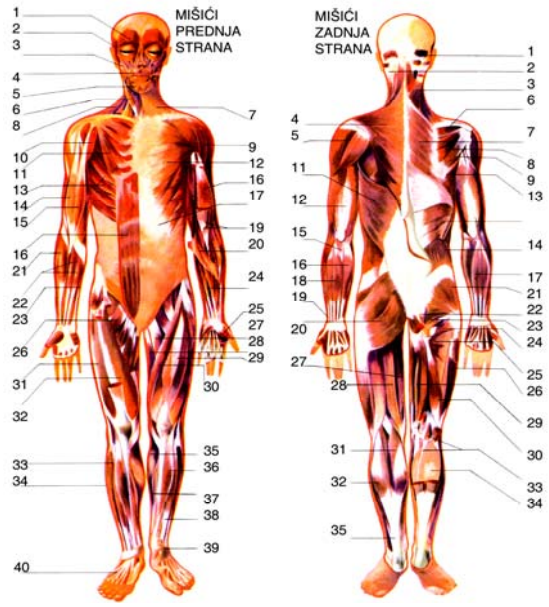
MIOKARD (grčki) srčani mišić, miokarditis (zapaljenje srčanog mišića).

MISTER OLIMPIJA, naziv za službenog profesionalnog prvaka na PS koji se dodeljuje u atletskoj gimnastici od 1965. Prvi Mister Olimpija bio je *Lari Skot*.

MISTER UNIVERZUM, najveća titula u bodibildingu 1959-1971, *a prvi mister univerzum bio je Edi Silvester iz 1959.*

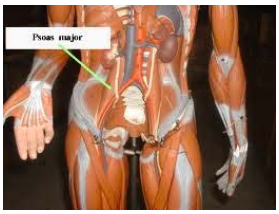
MIŠIĆI (lat. musculi), mesnati delovi tela. Svojim skupljanjem obavljaju sve telesne pokrete. Mišići su sastavljeni od

više mišićnih vlakana koji se skupljaju u snopove. Prema osobini mišićnih vlakana, svi mišići se dele na: poprečno-prugaste ili mišiće skeleta, glatke mišiće unutrašnjih organa i krvnih sudova i srčani mišić. Pokreti poprečno-prugastog mišića su pod uticajem naše volje, dok pokretima ostalih mišića upravlja vegetativni nervni sistem organizma.

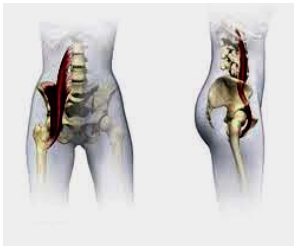


Mišići prednja strana: 1) Čeoni 2) slepoočni 3) maseterni 4) kružni mišić usana 5) četvrtasti bradni mišić 6) kosi mišić vrata 7) široki mišić 8) trapezni mišić 9) deltoidni mišić 10) korakobrahijalni 11) mali grudini mišić 12) veliki grudini mišić 13) prednji zupčasti mišić 14) i 15) duga i kratka glava dvoglavog mišića nadlaktice 16) nadlaktni mišić 17) spoljni kosi trbušni 18) pravi trbušni mišić 19) tetiva dvoglavog mišića nadlaktice 20) obli uvrtač 21) brahioradijalni mišić 22) dugi dlanski mišić 23) ulnarni (unutrašnji) pregibač ručja 24) pregibač prstiju 25) mišići dlanske uzvišice (tenara) 26) češljasti mišić 27) dugi primicač 28) unutrašnji pravi (grasilni) mišić buta 29) pravi butni 30) terzijski 31) spoljni stegneni 32) unutrašnji stegneni 33) dugi opružač prstiju 34) dugi pišnjačni 35) unutrašnja glava pišnjačnog 36) prednji golenjačni 37) lisni 38) dugi opružač prstiju 39) donja uzdica opružača 40) tetive opružača prstiju.
Mišići zadnja strana: 1) potiljačni 2) kosi mišić vrata 3) listoliki mišić 4) trapezni mišić 5) deltasti 6) nadgrebeni mišić 7) ramboidni mišić 8) podgrebeni 9) mali obli mišić 10) veliki obli mišić 11) najširi leđni mišić 12) troglavi mišić nadlaktice 13) zadnji donji zupčasti mišić 14) unutrašnji kosi trbušni mišić 15) lakatni 16) ulnarni (unutrašnji) pregibač ručja 17) ulnarni (unutrašnji) opružač ručja 18) zajednički opružač prstiju 19) dugi odmicač palca 20) veliki sedalni mišić 21) srednji sedalni mišić 22) krsno-sedalna veza 23) kruškasti i zaporni mišići 24) četvrtasti mišić buta 25) veliki primicač 26) spoljašnji stegneni 27) unutrašnji pravi mišić buta 28) polužilasti 29) poluopnasti 30) dvoglavi mišić 31) i 32) unutrašnja i spoljašnja glava lišnjačkom mišića 33) tabanski mišić 34) lisni mišić 35) ahilova tetiva.

MIŠIĆI BEDRA, dele s na dve grupe, unutrašnju i spoljašnju. Unutrašnju grupu mišiča čini bedreno-slabinski mišić (iliopsoas). Mišići spoljnje grupe pokrivaju spolja karličnu kost i raspoređeni su u tri sloja. U površnom sloju nalazi se veliki sedalni mišić (gluteus-maximus), a spolja od njega je mišić zatezač butne fascije (tensor fasciae latae). U srednjem sloju je srednji sedalni mišić (gluteus-medius), a u dubokom sloju, nalaze se mali sedalni mišić (gluteus-medius) i grupa pelvitrohanteričnih mišića. Potpreponski zjap (hiatus-subinguinalis) se nalazi na prednjoj strani korena noge između prednje ivice karlične kosti i preponske veze. Kroz ovaj zjap prolaze, butna arterija i vena (a.et. v. femoralis) i butni živac (n. femoralis). Videti prikaze na fotografijama.

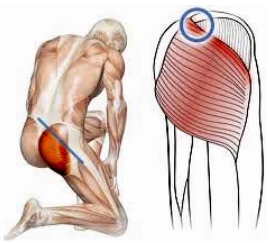






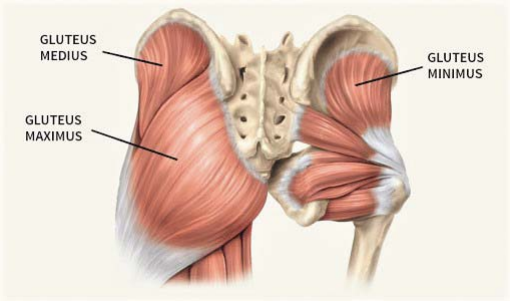
Psoas-major,
psoas-minor



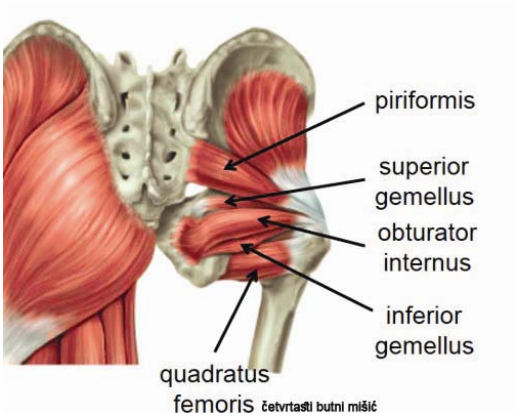


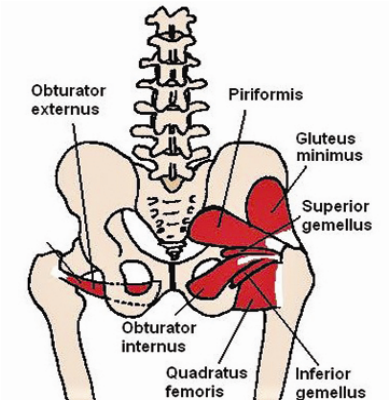
Gluteus-maximus
(veliki sedalni mišić)

Tensor-fasciaelatae
(zatezač butne fascije)

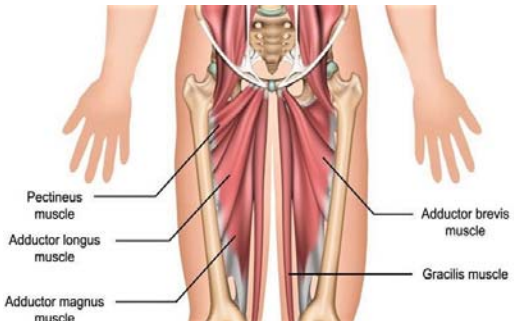


Srednji i mali sedalni mišić (gluteus medius i minimus)

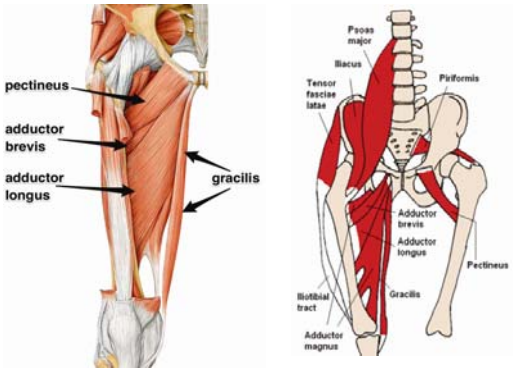




Unutrašnji zaporni mišić (obturatorius-internus)
spoljni zaporni mišić (obturatorius-externus)

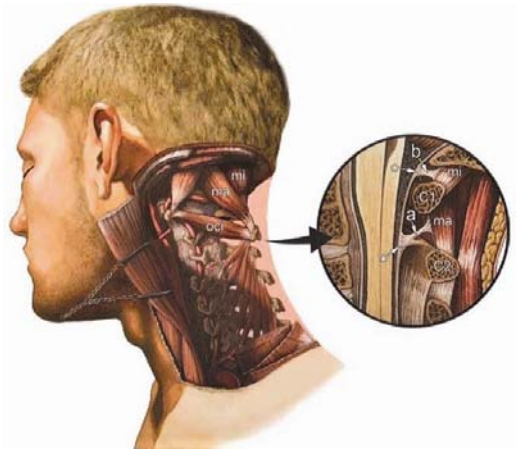


Mišić kratki privodilac (adductor-brevis)
mišić veliki privodilac (aductor-magnus)
vitki mišić (gracillis)



Leva slika: češljasti mišić buta (pectineus)
Desno: mišić dugi privodilac (adductor-longus)

Oko 40% telesne težine otpada na skeletne mišiće koji predstavljaju aktivne elemente lokomotornog sistema. Skeletni mišići se sastoje iz velikog broja mišićnih vlakana koja se najčešće protežu celom dužinom mišića. Miologija je nauka o mišićima. Mišić (musculus) je organ čije su glavne odlike sposobnost grčenja (kontrakcija) i opuštanja (relaksacija). Mišićno tkivo se razvija iz srednjeg klicinog lista, mezoderma. Mišići dobro izvežbanih sportista imaju veći procenat vlakana koja se brže savijaju nego kod prosečnih ljudi.

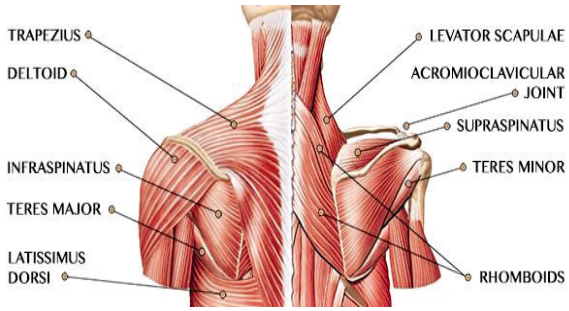


Mišići glave:
Mali zadnji pravi mišić glave
(rectus capitis posterior minor)
Veliki zadnji pravi mišić glave
(rectus capitis posterior major)



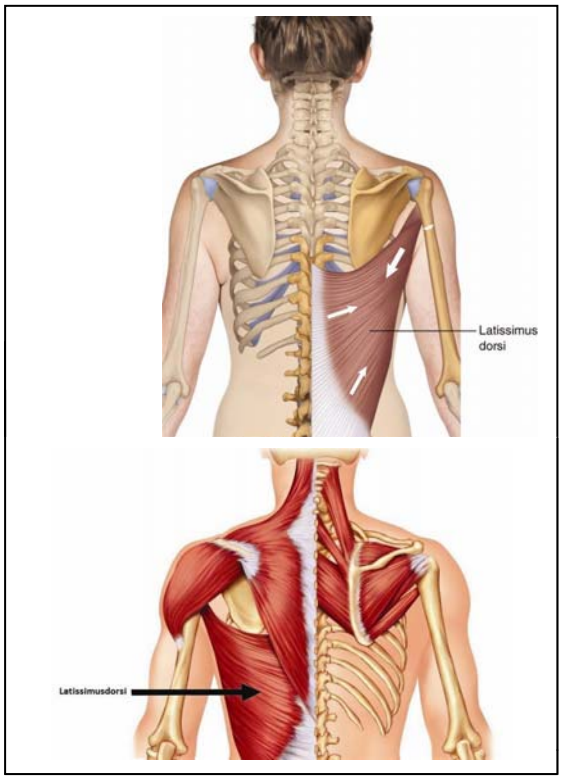
Mišići glave:
gornji kosi mišić glave
(obliquus capitis superior)
donji kosi mišić glave
(obliquus capitis inferior)

MIŠIĆI GORNJEG EKSTREMITETA, mišići ramena koji su raspoređeni oko zgloba ramena. Neki od ovih mišića delimično pripadaju i mišićima grudnog koša i leđa. Spolja rameni zglob pokriva deltasti mišić (m. deltoideus), iza



ramenog zgloba nalazi se podlopatičasti mišić (subscapularis), nadgrebeni i podgrebeni (supraspinatus et m. infraspinatus), mali i veliki obli mišić (teres minor et m. teres major). Mišići ramena inervisani su bočnim granama ramenog živčanog spleta (pexus brachialis), osim deltastog i malog oblog mišića koje inerviše (ahilaris). U topografskom i funkcionalnom pogledu u mišiće ramena spadaju i mišići grudnog koša (pectoralis major et minior, m. subclavius i m. serratus anterior), kao i površni mišići leđa (trapezius dorsirhomboidei i levator scapula).

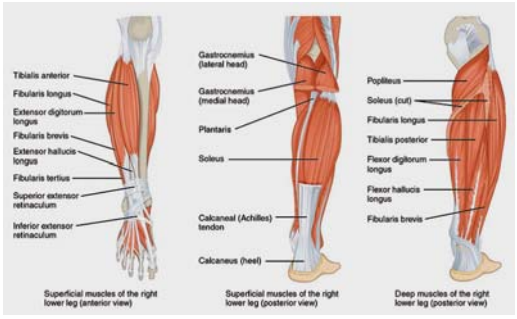
MIŠIĆI LEĐA se protežu od gornje linije potiljačne kosti (linea nuchae superior), tj. kao spoljnja potiljačna kvrga (protuberantia occipitalis externa), vratna veza sa nastavkom grudnih pršljenova (vertebrae thoracicae processus spinosi), pa nadrtne veze (liggsupraspinalia), lopatični greben (spina scapulae), spoljni okrajak ključnice (extremitas acromialis claviculae), nadplećak (acromion), pomoćni živac (accesorius), vratni splet (plexus cervicalis), nastavci grudnih i slabinskih pršljenova (origo vertebrae thoracicae processus spinosi et vertebrae lumbales), središnji krsni greben (crista sacralia mediana), bedreni greben (crista illaca), grudnoslabinska fascija (fascia thoracodorsalis), međukvržični žleb kod ramenice (sulcus intertubercularis humeri), grudno leđni živac (thoracodorsalis), nestalan mišić (spinalis capitis). Mišići leđa se dele na

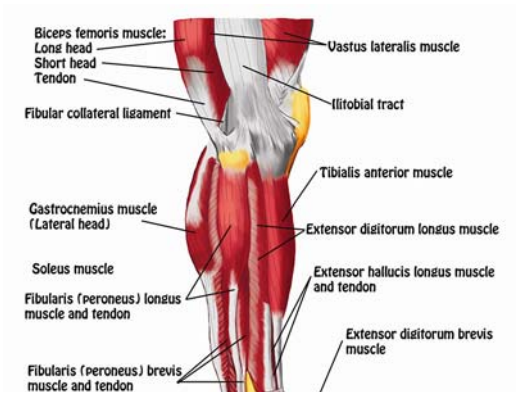


dve grupe, površne i duboke. Površni ili sekundarni su raspoređeni u tri sloja: u zadnjem sloju trapezasti (trapezius), dole najširi leđni mišić (latisimus dorsi)

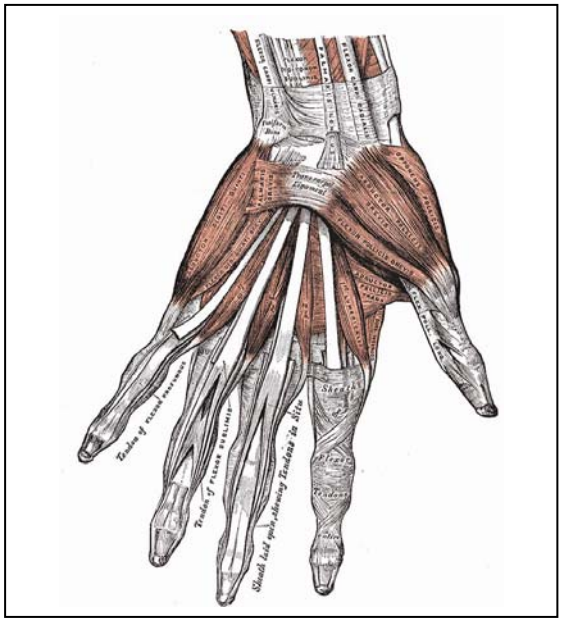
i u srednjem delu postoji podizač lopatice (levator escapulae) i rombasti mišić (rhomboideus). A u dubokom sloju se nalaze zakržljali spinokostalni mišići i gornji i donji zadnji zupčasti (serratus posterior superior et inferior). Duboki mišići su raspoređeni u dva sloja, površni i duboki: mišić ili opružač rtenjače (eretcor spinae), zavojni mišić (splenius), poprečno-rtenični mišić (transferso spinalis), kao i grupa od 5 mišića (između potiljačne kosti i prva dva vratna pršljena). Površni mišići leđa (slika).

MIŠIĆI POTKOLENICE, raspoređeni su u tri grupe. Pripijaju se uglavnom na gornjem delu kostura potkolenice gde zatim silaze sa svojim dugim tetivama ka stopalu – i završavajući se na kostima stopala. Svojom kontrakcijom sprovode pokrete stopala, ali istovremeno služe kao aktivne veze, održavaju svodove stopala i osiguravaju ulogu stopala da telu služi kao oslonac ili kao elastična opruga koja pri hodu, trčanju ili skoku – odbacuje nogu unapred. Prednja grupa: ili prednji golenjačni mišić (tibialis anterior), opružač prstiju, opružač palca i dr. Svi oni zajedno vrše savijanje stopala na gore (dorzalna fleksija). Golenjačni mišić vrši i pokret supinacije stopala. Spoljašnja grupa: dugi i kratki golenjačni mišić (peroneus kongus i brevis) – savijaju stopalo i glavni su pronatori stopala. Pri stajanju na jednoj nozi – a što se često sprovodi u borilačkim sportovima (karate, judo itd.) – svojom kontrakcijom, sprečavaju ovi mišići savijanje potkolenice napred i unutra i padanje tela. Zadnja grupa: raspoređeni su u dve grupe, i to jedna površna i druga duboka. Površna grupa: troglavi mišić lista (triceps surae), glavni tabanski savijač stopala (plantarni fleksor pedisa), koji svojim oblikom – gradi reljef i određenu oblinu kao i formu zadnje strane potkolenice lista. U dubokoj poziciji su smešteni: zatkoleni mišić, zadnji golenjačni i dugi pregibači palca noge, kao i dugi pregibač prstiju (pogledati u vizuelnom prikazu).



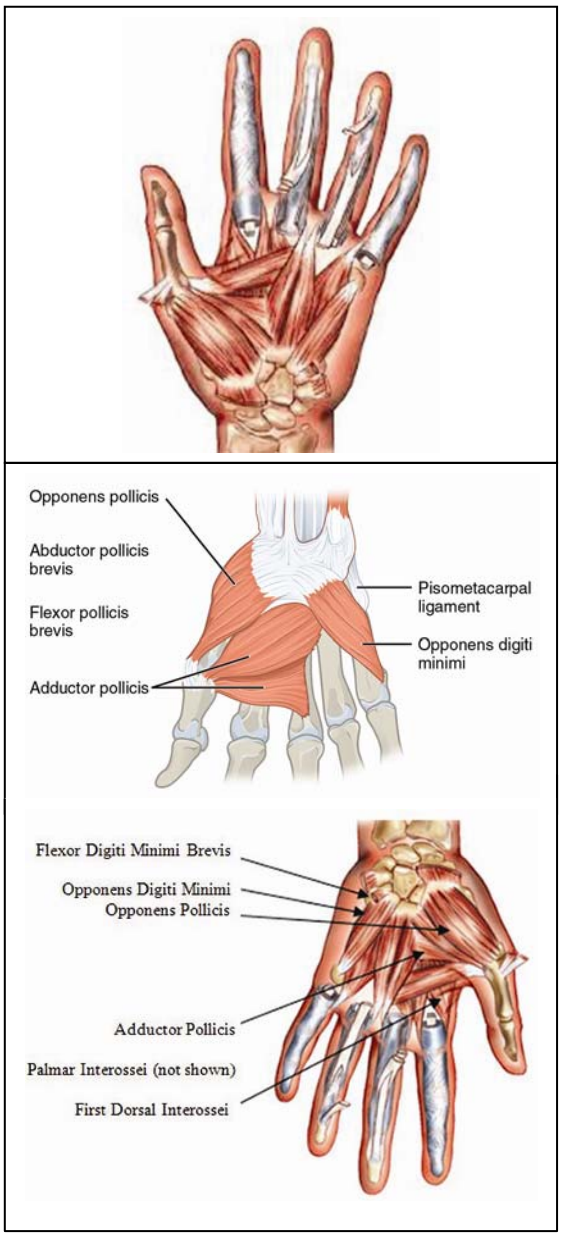


MIŠIĆI ŠAKE, veći broj sitnih mišića. Oni se nalaze u doručju šake pored te-



tiva fleksora i ekstenzora prstiju, koji dolaze iz podlakta. Svi mišići šake ruku

učestvuju u mnogobrojnim i raznovrsnim pokretima prstiju. Tu se posebno ističe jedna grupa mišića u predelu palca, uzvišenje – thenar, kao i na unutrašnjoj strani u predelu malog prsta – hipotenar. Kratki mišići kod šake sprovode pokrete prstiju sa dugim fleksorima i ekstenzorima koji dolaze iz podlakta. Pokreti prstiju uz istovremeno dejstvo i dugih (iz podlakta) i kratkih dlanskih mišića gube od svoje grubosti i snage, šaka postaje nežnija i plastična, može intimno da obuhvata oble predmete itd. Šake tj. ruke kao celina sa svojim mišićima i mišićima celog tela obrazuje jednu kompaktnu celinu ruke šake.

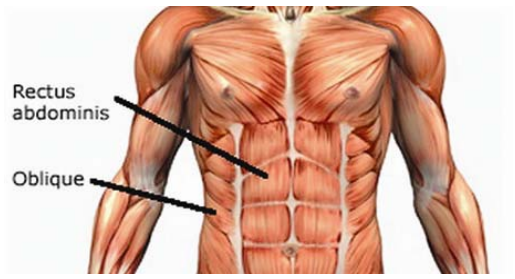


MIŠIĆI TRBUHA, spadaju u mišićnu masu koja je pripojena na donjem otvoru (toraksa), tj. rebara i gornje ivice karlice. To je jedna snažnija pljosnata grupa mišića koja čini prednji zid trbušne duplje. U prednje-bočnoj grupi se nalazi 5 mišića, 3 bočna i 2 prednja. Bočni su: jedan poprečni (transversus abdominis), i spolja od njega dva kosa, od kojih je jedan unutrašnji mišić (oliqus internus abdominis). Njihove široke i pljosnate tetive u prednjem trbušnom zidu formiraju snažniju aponervotičnu ploču u čijoj duplikaturi se nalaze dva mišića: pravi trbušni mišić (rectusabdominis) i ispred njegovog donjeg kraja, piramidalni (pyramidalis). U zadnjem trbušnom zidu, a pored ranije opisanih leđnih mišića, nalazi se i četvrtasti slabinski mišić (qadratus lumborum). Snažna mišićna masa prednjeg trbušnog zida preko svojih pripoja na bedrima i karlici – deluje na zglobove kičmenog stuba i vrši pokrete trupa: fleksija, bočno savijanje i uvrtanje. Ova mišićna ploča deluje na organe trbušne duplje i indirektno preko (dijafragme) i rebara deluje i na organe grudne duplje, na rad i aktivnost respiratornog i kardiovaskularnog sistema, pa svojim kontrakcijama kao trbušna presa, vrši pražnjenje sadržaja iz trbušnih organa (porođaj, povraćanje, mikcija, defekcija), a i pri forsira-

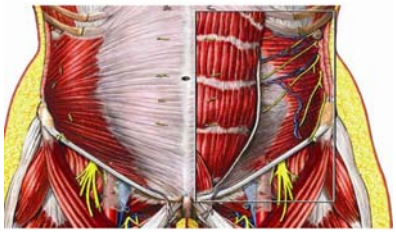


Spoljni kosi trbušni mišić (obliqus externus abdominis) i unutrašnji kosi trbušni mišić (obliqus internus abdominis)

nim disanjima kod povećanih sportskih i fizičkih napora, gde ova muskulatura učestvuje u uzdisanju, i to indirektno delujući preko organa trbuha na dijafragmu i pomerajući je ubrzano, time se povećava sama frekvencija disanja i u kratkom povećanju minutnog respiratornog volumena (vizuelni prilog).

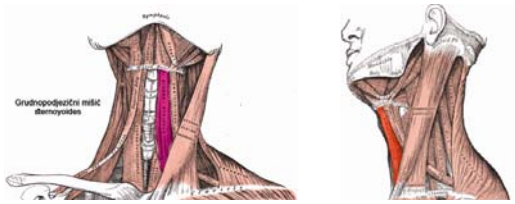


PYRAMIDALIS



Pravi trbušni mišić (gornja slika)
(rectus abdominis)
i piramidalni trbušni mišić (donja slika)
(pyramidalis)

MIŠIĆI VRATA, podeljeni su kičmenim stubom na prednje i zadnje. Zadnji su ustvari gornji delovi leđnih mišića o kojima je bilo reč u ovom odeljku (videti abecedno "mišići leđa").



Grudnopodjezični mišić (sternoyoideus)
grudnoštitasti mišić (sternothyreoideus)
lopatično-podjezični mišić vrata (omohyoideus)

Prednji mišići vrata su raspoređeni u dva sloja, površni i duboki. Ističe se i bočni pregibač glave (sternocleidomastoideus), koji se pruža od zadnjeg dela baze lobanje, pa sve do prednjeg dela gornjeg otvora grudne duplje. Prednji mišići vrata su fleksori i bočni pregibači, dok je tu zadnja grupa – mišići ekstenzori vrata. Fleksija glave i vrata, u stojećem položaju, vrši se pasivno, pod uticajem Zemljine teže. Okretanje glave i vrata do 90 stepeni vrše sternokleidomastoidni mišići (pogledati fotografiju).

MIŠIĆNI GRČ (lat. spasmus), iznenadno bolno zatezanje jednog ili grupe mišića; traje duže ili kraće, može biti podstaknut lokalnim nadražajem, a može poticati od nerva i biti moždanog ili moždanskog porekla: grč sudova, grč mišićnih vlakana i krvnih sudova, npr. kod angine pektoris ili migrene. Prisutnost grča u sportskim aktivnostima je intenzivnija nego kod onih koji se ne bave sportom. Grč može biti naročito opasan za kupače, plivače, ronioce.






MITIĆ RAJKO (Dol, Bela Palanka, 1922-2008), nogometni reprezentativac i profesor fizičkog vaspitanja. Diplomirao na Visokoj školi za fizičku kulturu u Beogradu 1956, a na Visokoj sportskoj školi u Kelnu stekao zvanje višeg trenera fudbala. Počeo je igrati u FK „Košutnjak" u Beogradu, zatim je kratko igrao za BSK, da bi bio standardni igrač FK „Crvena zvezda" u Beogradu i igrao od 1945-1959. Učestvovao je na Olimpijskim igrama 1948, i 1952., a na prvenstvu sveta 1950. i 1954. Od 1960. do 1966. glavni trener i rukovodilac FK

„Crvena zvezda“, period (1960-1970) savezni selektor FSJ. Povlači se iz karijere i radi kao novinar za beogradski nedeljnik „Tempo“, a 1971. godine postao je predsenik Saveza fudbalskih trenera Ju-



Gore sleva: Rajko Mitić, desno kao kapiten reprezentacije Jugoslavije, dole: trener „Crvene zvezde“, sa Šekularcem 1965.

goslavije. Dobitnik je i prestižnog priznanja Zaslužnog sportiste Jugoslavije. Poznatiji sastav fudbalskog kluba „Crvena zvezda“, u kome je Rajko Mitić igrao: *Beara, Durković, Zeković, Šekularac, Kostić, Mitić, Spajić, Popović, Tasić, Toplak, Ćosić (protiv Mančester Junajteda,1958).*

MODERNI PETOBOJ (savremeni, moderni, ranije olimpijski petoboj), takmičenje pojedinaca i ekipa u jahanju, mačevanju, plivanju i trčanju u prirodi (cross-contry), u trajanju od pet dana. Sastav savremenog petoboja baziran je na drevnoj priči o glasniku-konjaniku koji je, provlačeći se kroz neprijateljske redove, izgubio konja, a ipak stigao na odredište, i to pomoću mača, pištolja, plivanja preko reke i trčanja u prirodi. Drevni (antički) petoboj ili *pentatlon* sastojao se od trčanja, bacanja koplja i diska, skoka udalj i rvanja. U program antičkih igara uveden je davne 708. godine p.n.e. U novije vreme negovao se kao sportsko takmičenje, najpre u Švedskoj (1900), a na predlog Pjera de Kubertena, 1909, uveden je i u program Olimpijskih igara kao olimpijski petoboj. Godine 1912, na Olimpijadi u Stokholmu, prvi put je organizovano takmičenje u olimpijskom petoboju. Godine 1948. osnovan je u Stokholmu Međunarodni savez savremenog petoboja i zimskog biatlona (UIPMB, Union Internationale du Pentathlon Moderne et Biathlon d'hiver). Današnji moderni petoboj predstavlja vrhunski test za sportiste svetskog ranga. Sistem takmičenja u pet disciplina odvija se četiri dana, a za svaku disciplinu postoje bod tabele. Generalno upisivanje bodova je zasnovano na standardnom sistemu od 1000 poena (u nekim disciplinama i 1100). To znači da bodovi prikupljeni na pet takmičenja se sabiraju da bi se odredio konačni pobednik, kako pojedinačno tako i ekipno. Svaka nacija može prijaviti 4 takmičara, ali samo trojica imaju pravo da se takmiče. U deo modernog takmičarskog petoboja ulazi jahanje, a „staza“ je duga 600 m sa 15 prepreka, uključujući i preskok preko vode kao i dvostruke i trostruke prepone. Konji ne pripadaju takmičarima već ih obezbeđuje organizator, a odabrani su pre-



MODERNI PETOBOJ
Jahanje, mačevanje, gađanje, plivanje, trčanje.

ma ujednačenim karakteristikama. Prepreke su visoke 1,14 m ima ih 15. Na vrhu mogu da imaju živicu (živu ogradu) okrenutu prema jarku s vodom širine 3,3 metra. Zvono označava početak skakanja, ali i svaki krug treba završiti u

roku od 2 minuta. Kazneni poeni se dodeljuju, i to 60 ukoliko konj, jahač ili obojica padnu, 24 poena kazne je prvo odbijanje da se preskoči prepona, 48 poena za dva odbijanja, a 72 poena za treće odbijanje. Ostali kazneni poeni se dobijaju za obaranje prepona ili ukoliko konj kroči u vodu. Po dva poena se oduzimaju za svaku sekundu prekovremenog ograničenja od 2 minuta. Jahač mora imati zaštitnu kapu i lovačku uniformu ili nacionalnu uniformu koja obuhvata jaknu, okovratnik, kravatu i jahaće „bričes" pantalone. Sedla engleskog tipa su, uglavnom u upotrebi, a zabranjene su uzengije sa nazubljenim točkićima ili oštrim ivicama. Mačevanje: u upotrebi su mačevi sa električnom žicom. U svakom dvoboju svi takmičari moraju izvesti udarce u vremenu od 3 minute. Ovo takmičenje u sklopu modernom petoboja obavlja prema istim opštim pravilima koja važe za regularno mačevanje na (OI) olimpijskim igrama (videti u terminu „mačevanje"), a izuzetak predstavlja to da je dovoljan jedan udarac da bi se dobila borba, a borbe traju do 3 minuta. Svaki učesnik na petoboju mora se suočiti sa svim mačevaocima na takmičenju. Ukoliko istekne vreme od 3 minuta, a da se ne zada pobedonosti udarac, oba mačevaoca „dele" poraz. Ukoliko pak pobedi u 70% dvoboja, mačevalac dobija 1000 poena. Iznad ili ispod 70% pobeda znači dodavanje ili oduzumanje poena. Sledeća disciplina u okviru petoboja je gađanje iz vazdušnog pištolja kalibra 22 u mete na udaljenosti od 10 ili 25 m, sa ograničenim vremenom od 3 sekunde po hicu. Dvadeset metaka (dijabola) se ispaljuje u četiri serije od pet metaka. Zabranjena je i upotreba korektivnih sočiva na nišanima strelaca. Takmičar mora postići 194 poena, od mogućih 200, da bi dobio 1000 poena. Bonus od 22 poena se daje za svaki poen preko 194 i po istoj osnovi se oduzima. Bez kaznenih poena su dozvoljena dva promašaja u seriji od 20 hitaca. Posle toga slede dva kaznena poena po meti. Plivanje slobodnim stilom je takoše u okrivu petoboja, i to je trka sa vremenom na stazi od 100 m. Optimalno vreme na ovoj dužini staze tad donosi takmičaru 1000 poena. Ukoliko se dogode 2 pogrešna starta, zanimljivo, svi takmičari znaju da će trka na treći pokušaj početi pored ponovljene greške. Naravno, takmičar koji je pogrešio kod trećeg starta kažnjava se sa 5 sekundi od ukupnog vremena. I poslednji deo petoboja je trka „kros-kontri", koja se odvija po različitom terenu i duga je 4000 m. U ovoj finalnoj disciplini, takmičari startuju pojedinačno prema trenutnoj poziciji posle četiri discipline. Takmičar koji prvi prođe kroz cilj trke „kros-kontri" je i pobednik na takmičenju u modernom petoboju. On, dakle ne mora imati najbolje vreme, ali će imati ukupno najviše poena. Inače, start i cilj trke je na istom mestu. Takmičar koji stazu pređe u vremenu od 14 minuta i 15 sekundi dobija 1000 poena. Svaka sekunda više ili manje od toga vremena „vredi" plus ili minus 3 poena. Može se dogoditi da pojedinac odustane od takmičenja u nekoj od 5 disciplina modernog petoboja, ili bude iz njega isključen, on ostaje na spisku takmičenja pri utvrđivanju konačnog redosleda, samo mu se brišu bodovi iz discipline u kojoj nije učestvovao. Pri određivanju ekipnog redosleda priznaju se rezultati samo onih takmičara koji su nastupili u svih 5 disciplina modernog petoboja.

MONAH (grč.), "koji živi sam", muški član duhovničkog reda koji pripada nekom manastiru. Monaštvo je rašireno ne samo u hrišćanskim već i u brojnim drugim religijama (bramanizmu, budi-

zmu, lamatizmu). Poznati su i monasi Shaolina, manastira, koji je osnovan u 4. veku po Hristu i nalazi se u Vu tan planinama u provinciji Honan, južno od Pekinga u Kini. Monasi manastira Shaolin su poznati i kao prethodnica stvaranja karatea i njihov duhovni vođa i prvi učitelj borenja Bodhidharma (Bodidarma). Monasi su podvižnici u budizmu, katoličanstvu, hrišćanstvu itd.

MONAŠTVO, redovništvo ili religijski običaj povlačenja u samoću (videti pod "monah"). U hrišćanskoj ali pravoslavnoj hijerarhiji crkve monaškim redosledom stiže se do episkopa. Po pravoslavnoj hijerarhiji crkve i Odluci Svetog arhijerejskog sabora SPC, jerarhija jurisdikcije i jerarhija hirotonije (rukopoloženja) put odozdo ka većim činovima je: *Monaški red: monah, shimonah. Monaško sveštenstvo: jerođakon, protođakon, arhiđakon. Prezviterski sveštenički činovi su: jeromonah, sinđel, iguman, protosinđel, arhimandrit. Arhijerejski episkopski činovi: episkop, mitropolit, arhiepiskop, patrijarh.*

MON BLAN (4.807 m; ital. Monte Bianko), najviši vrh zapadne Evrope i Alpa. Jedan od važnih vrhova u alpinizmu. Istorijat o njegovom osvajanju istovremeno je i istorijat o alpinizmu. Još davne 1760. godine bila je raspisana nag-



MON BLAN (MONTE BIANCO)
Ipak nije najviši vrh u Evropi, jer je od njega viši vrh Elbrus na Kavkazu u Ruskoj Federaciji, sa visinom (5.633 metra)

rada za prvo uspešno osvajanje njegovog vrha, to će se desiti tek posle dvadeset šest godina. Najtačnije 8. avgusta 1786. vrh Mon Blan su osvojili J. Balmat i Mišel Pakar. Od tada je počelo penjanje po njegovim stenama i prvenstvena penjanja klasičnim smerovima. Na njegovom podnožju smešteno je seoce Šamoni, najpoznatiji alpinistički centar sveta i Alpski muzej, sedište udruženja alpskih vodiča, polazna stanica najveće žičare na svetu na Agij di Midi 3842 m, kao i ulaz u tunel pod Mon Blanom. Jugosloveni *D. Jakšić, F. Draženović i Frolićeva,* osvojili ga bez vodiča 1930, 1938. g.

MONSUN (ar.) vetar, duva u Aziji, i polugodišnje menja pravac; u letnjoj polovini godine duva od okeana prema kopnu, dok u zimskoj duva obrnutim smerom, dakle od kopna ka okeanu.

MONT EVEREST (8.848 m), najviši planinski vrh na svetu, koji se nalazi na granici između Kine i Nepala. U njegovoj grupi nalazi se još četrnaest vrhova viših od 8.000 m, pa je zbog toga on u svetu i najprivlačniji cilj visokogorskih ekspedicija. Velike probleme u usponu alpinistima zadaje međumonsunski period bez snežnih padavina, redak vazduh, udaljenost od saobraćajnih veza, kao i opasnost od snežnih lavina i hlad-





MONT EVEREST (MOUNT EVEREST)
Osvojen 29. 05. 1953. godine (Edmund Hilari i Terzing Norgaj, članovi britanske ekspedicije, pod vođstvom Džona Hanta). Od tada, pa do 2017. godine, na njemu je poginulo 210 alpinista.

noće. Međutim, u svetu alpinizma je on veliki izazov, ali mora se podneti poseban zahtev vladi u Nepalu za dopušte-

nje penjanja (nekoliko godina unapred), tako da se sve alpinističke ekspedicije organizuju na nacionalnim osnovama, retko na međunarodnoj, a uspon je ujedno i merilo prave vrednosti alpinističkih ekipa i alpinizma pojedinih država. Prvi je pokušao uspon Englez H. Bir, 1921, ali uspeh je postigla samo 25. po redu ekspedicija, pod vođstvom Engleza Džona Hanta, pa su se na vrh popeli



Na slici levo Novozelanđanin Edmund Hilari, sa šerpasom Tenzingom Norgajem. Slika je snimljena 29. 05. 1953. godine, a nakon što su osvojili najslavniji planinski vrh sveta Mont Everest.

članovi te ekspedicije Edmund Hilari iz Novog Zelanda i šerpas Tenzing Norgaj, 1953. godine. Posle njih, vrh Mont Everest je osvajalo više ekspedicija, sa raznih strana planine, a među njima i jedna žena, Japanka Junko Tabei (1955.), dok su bez boca s kiseonikom uspeli da se popnu Rejnhold Mesner i Peter Haberl. Vlada Jugoslavije je podnela Nepalu zahtev za odobrenje penjanja nje-



Alpinisti SFRJ 1979. godine, u fazi osvajanja Mont Everesta. Na slici: VII jugoslovenska ekspedicija u tzv. "zoni smrti"

ne VII ekspedicije u 1979. godini. Penjanje su ostvarili alpinisti: Zaplotnik, Štremfelj, Škarja, Božić i Belak, dok je tad u alpinističkoj ekspediciji SFRJ nastradao šerpas Ang Pu. Svaka penjačka ekipa na Himalaje mora imati: vođu, nosače, članove jurišne ekipe, kao i polazne i visinske logore (spasonosne sektore). A značajan uspeh izvela je u mesecu maju 2008. godine, alpinistička ekipa Kine, jer je na Mont Everest (8.848 m), iznela tad zvaničnu olimpijsku baklju, koja je zasvetlela na XXIX Olimpijskim igrama (*Peking, 2008).* Ekipu alpinista Kine je sačinjavalo čak 30 odabranih članova. Alpinistički podvig u vezi sa osvajanjem vrha Mont Everest, izveo je Srbin i lekar iz Kragujevca *dr Dragan Čeliković,* koji se popeo na 8.848 metara, 23. maja 2010. godine, a sa njim su ekspediciju činili još i trojica alpinista iz Crne Gore *(Marko Blečić, Dragutin Vujović i Đorđije Vujičić), vođa je bio Kanađanin Sam Vajt.*

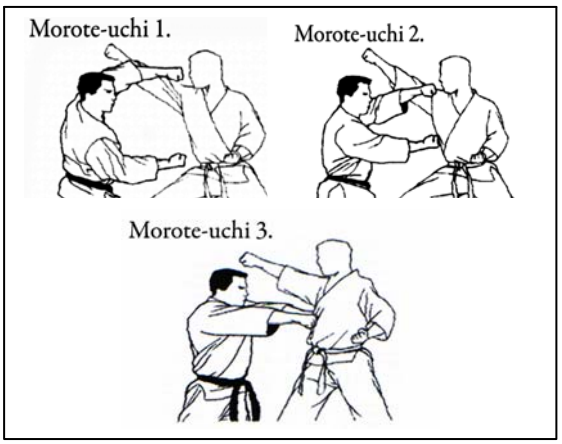
MOROTE-GARI, ručna judo tehnika, u kojoj tori hvata ukea rukama oko obe





noge, ramenom ga gurajući u trbuh baca na tatami (strunjaču).

MOROTE-UCHI, karate udarac koji se izvodi prema napred, direktno čelom pesnice u ukea i sa obema rukama istovremeno. Udarac je veoma efikasan



u sistemu samoodbrane u kombinaciji sa drugim udarcima i karate blokovima. Udarac morote-uchi je u sastavu majstorske karate kate *basai-dai.*

MOROTE-UDE-UKE, karate blokada, koja se izvodi spoljnim delom podlaktice, dok je donji deo ruke koja blokira pojačan pesnicom druge ruke.



Karate blok morote-ude-uke (iz zenkutsu i kokutsu dachi

MOROTE-TSUKI, karate udarac izveden obema rukama prema napred (u gornju, srednju ili donju regiju tela).

MORTANGES PAHUD (1896-1971), holandski reprezentativac u konjičkom sportu, bio je prvi na Olimpijskim igrana 1924. godine (na ispitu svestranosti, ekipno), zlatna medalja na Olimpijskim igrama (1928, 1932. godine) u istoj disciciplini ekipno i pojedinačno.

MOŠNICE (lat. skrotum), kesasti organ u kome su testisi, muške polne žlezde. U različitim sportovima, a naročito u vrhunskim takmičenjima, taj deo tela sportista je intenzivno ugrožen. U svim borilačkim sportovima (karateu, boksu,



Suspenzor – efikasna zaštita sportista od težih povreda



judou itd.) neophodno je i zaštititi ovu osetljivu zonu na telu sportiste. Npr. u boksu amaterskih i profesionalnih takmičenja, ne sme se udarati ispod pojasa, dok u sportskom karateu povreda protivnika u tom delu povlači težak prekršaj i diskvalifikaciju sa takmičenja.

MOTOCIKLIZAM (franc. motocyclisme), ili sportska grana koja obuhvata raznovrsna takmičenja vozača motornim vozilima na dva ili na tri točka. Razvoj svetskog motociklizma vezan je za konstruisanja motornih vozila i prvog automobila, a uz njega i konstruisanje i prvih trokolica na motorni pogon. Međutim, tadašnje poznate idejne vođe automobilskih industrija u svetu, sredinom XIX kao i početkom XX veka: *Gotlib Dajmler, Karl Fridrih Benc, Henri Ford, Dejvid Bjuik, Arman Pežo, Rudolf Dizel, De Dion, Buton, Trepardu, Nikolaus Oto, Serpole, braća Durije, Adam Opel, Ferdinand Porše, Anjeli, D. Giakosta, V. Lanča* i ostali, koji su najzaslužniji za stvaranje praktičnog automobila, i čiji centri inženjersko-tehničkog kadra su uglavnom bili locirani u SAD (Mičigen, Detroit), sa jednim manjim delom u Nemačkoj, Francuskoj, Engleskoj i Italiji – uverili su se



PRVI BICIKL NA PARNI POGON
Francuza Pjera Mikausa i Mišela Peroa (1868-1869)

ozbiljno da je konstrukcija automobila na četiri točka potpuno zadovoljila sve aspekte praktičnosti kao i racionalnosti prevoznog sredstva, tako da je konstruisanje mogućeg prevoznog sredstva na tri ili dva točka – smatrano samo gub-

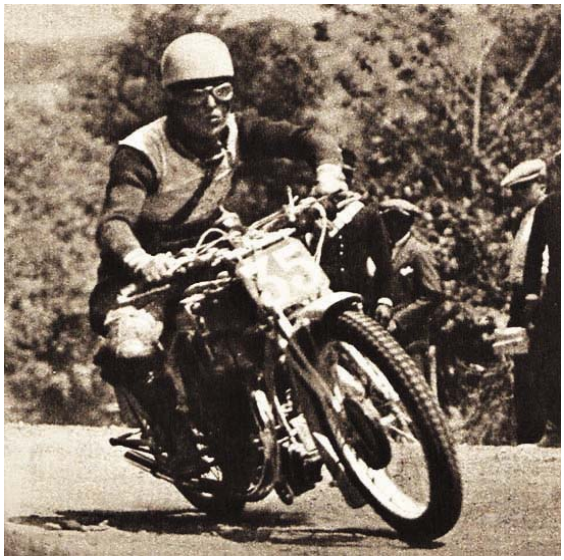
ljenjem vremena. Tadašnji poluskriveni predlozi za konstruisanje nekakvog prevoznog sredstva na tri točka u pomenutim velikim automobilskim centrima



Motobicikl Nemaca G. Dajmlera i V. Majbaha iz 1885.

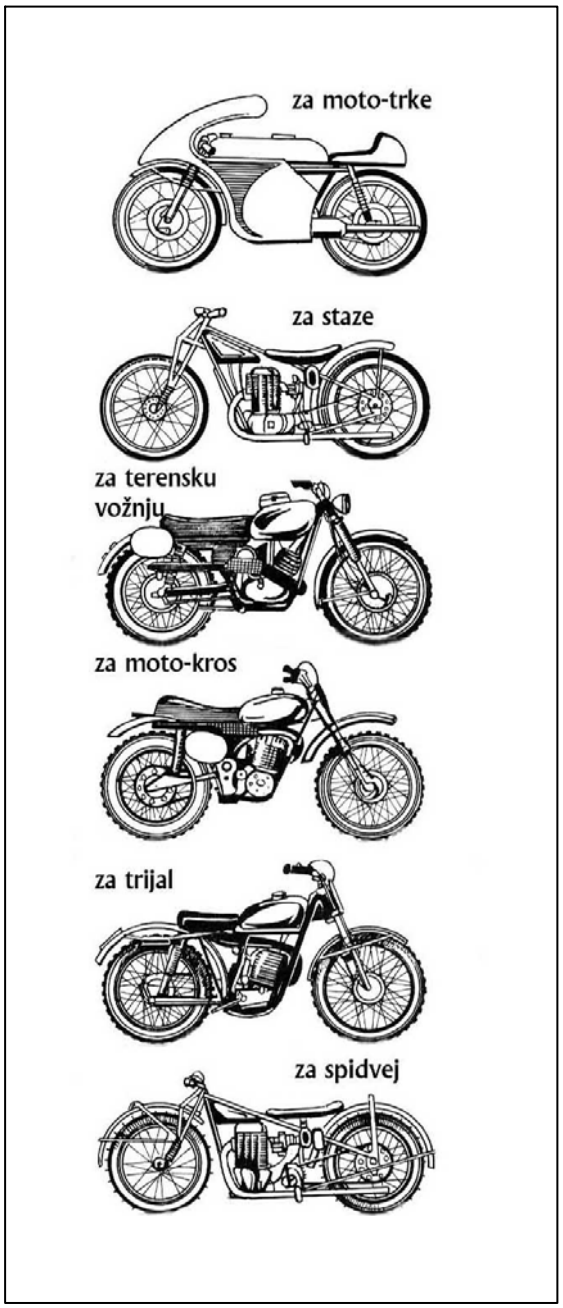
su jednoglasno zanemarivani, jer se došlo do generalnog stava da je automobil na četiri točka – sasvim ispunio očekivanja kod radoznalog čovečanstva. Međutim, 60-ih godina devetnaestog veka, nekolicina vrednih entuzijasta je i dalje ostala uporna u želji da se konstruiše neko motorno vozilo na tri ili pak na dva točka, koje će biti pristupačno širokom krugu sportista. Oni su smatrali da je potrebno izvršiti nadgradnju nekadašnjeg „čuda“ iz 1818. godine, odnosno preteče bicikla i praktičnog bicikla, koji je konstruisao nemački inženjer Karl Fridrih Drajs fon Sauerbron iz grada Karlsruea (1785-1851). Posle njegove smrti, bilo je vizionara širom sveta, koji su razmišljali o nadogradnji Sauerbronovog bicikla, tako što bi se na njega ugradio pomoćni motor. Međutim, glavni problem je bio kako ugraditi vertikalni motor u njegov okvir. Francuski konstruktor Mišel Pero konstruisao je 1868/69 bicikl na parni pogon. Međutim, nemački konstruktor Gotlib Dajmler, koji je živeo u SAD, je 1885. godine (dve godine posle konstruisanja svog prvog automobila) započeo radove i na biciklu, u čiji je drveni okvir ugradio benzinski motor od 0,5 KS, koji je imao vazdušno hlađenje, a pokretnu snaga se ostvarivala pomoću dva remena priključena na zupčasti prenosnik zadnjeg točka. Francuski konstruktor G. Mile zamenio je 1892. drvenu konstrukciju bicikla čeličnom, i u okvir bicikla ugradio petocilindarski rotacioni motor. Prvu serijsku proizvodnju motocikla počeli su 1894. godine H. Hildebrand i A. Volfenmiler u Minhenu, a proizvodnja motocikla s jednocilindričnim motorom i s prenosom pokretne snage na zadnji točak pomoću remena, počela je 1901. u fabrici motora „NSU-motori“ u Nekarsulmu u Nemačkoj, da bi stopama nemačke fabrike krenula proizvodnja i u drugim državama „Loren i Klemen“ u Češkoj, „Puh“ u Austriji, zatim u Velikoj Britaniji itd. Međutim, iako se uspelo sa novim inovacijama (čelični lanac je zamenio kožni remen), napredak motociklizma nije baš bio u uzlaznoj putanji. Ali, ni to nije omelo sportske entuzijaste da razmišljaju o takmičenjima. U Francuskoj su počele da se održavaju prve trke u svetu na motornim dvotočkašima, i to se dešava u Francuskoj 1897. godine na relaciji Pariz-Kaburg, a 1902. je održana trka od Pariza do Beča. Dalje su usledile moto-trke i u drugim zemljama sveta: u Nemačkoj 1899, u Indiji i Češkoj 1903. godine, koje su imale međunarodni karakter. Zatim 1907, u Londonu, engleski automobilistički klub „Automobil Club“, raspisuje propozicije za Tourist Trophi (TT): tri formule karakteristika motocikla sa jednim cilindrom, dva cilindra i motocikle bez ograničenja broja cilindara i kubikaže. Tadašnje ambicije organizatora nisu se ostvarile u epohalnim očekivanjima. U to vreme najveće ostvarene brzine su bile oskudne (1907. g. 46 km/h, 1908. g. 58 km/h, 1909. g. 69 km/h). Godine 1911.

raspisuju se propozicije za tri konstrukciono-tehničke ispravne formule takmičenja: kategorija Junior od 250-350 cm^3 i kategorija Seniora sa 50 cm^3. Te novine, bez obzira što su doprinele većoj proizvodnji i prodaji dvotočkaša, ipak nisu u znatnoj meri uspele da takmičenje u sportskom motociklizmu podignu na znatniji nivo. Razlozi su bili u samoj neorganizovanosti takmičenja na kojima nije bilo pravila, vozači motocikla su ličnom improvizacijom pokušavali da uspeju da se istaknu, uz svoju snalažljivost i snagu motora. Tek je na tom planu krenulo nabolje 1912. godine, kada je u Londonu osnovana Međunarodna federacija motociklističkih klubova (Fedaration internationale de clubs motocyclistes, FICM), koja kao vrhovni forum motociklističkog sporta, donosi i usklađuje pravila, kontroliše i usklađuje, organizuje i rukovodi međunarodnim motociklističkim trkama. Prve međunarodne trke su organizovane 1913. u Engleskoj, 1921. u Belgiji, 1922.



Italijan Tacio Nuvolari, šampion trke "Điro del Emilia", 1923.

u Italiji, 1925. u Nemačkoj i Holandiji. Prvi brzinski svetski rekord registrovan je 1920. kada je postignut rezultat od 167 km/h (Dejton, Ohajo, SAD), a u vožnji motocikla s prikolicom, 1923. Prvo takmičenje za prvenstvo Evrope organizovano je u 1938/39. godini, a prvo prvenstvo sveta 1949. Posle Drugog svetskog rata, razvoj motociklizma ulazi u novu razvojnu fazu. Tehničko-konstrukcioni napreci zahtevali su i postavljanje novih pravila. Godine 1946. održan je kongres FICM, na kome su utvrđeni najnoviji normativi za održavanje međunarodnih motociklističkih trka, a 1949. godine FICM je promenila ime u FIM (Međunarodna motociklistička federacija). Za veliku nagradu pod



nazivom Gran-pri, koju je tad odobrila FIM, na trkama koje imaju individualni karakter i za vozača i za fabričku marku motocikla, pravo na tim trkama su imale samo zemlje: V. Britanija, Belgija, Holandija, Španija, Finska, SR Nemačka, Čehoslovačka, SAD i Japan. Na pojedinim takmičenjima za Veliku nagradu za PS boduje se sav postignuti re-



1. Zundap MC 125, 2. Maico R 400, 3. Husqvarna SR 250, 4. Cycrooss 380, 5. Java CZ cross 380, 6. Suzuki TM 400, 7. Ancilotti scarab A, 8. Puch MC 250.

dosled, gde broj bodova vredi kao konačan uspeh na PS i za vozača, i za marku, kao i za tip motocikla. Uspesi tih trka doprineli su razvoju industrije motocikala pojedinih zemalja. Najveći doprinos motociklističkom sportu u svetu dala je italijanska industrija, koja je dominirala sve do 1960. godine i to u klasama automobila 125-250 cm^3, dok je u klasama od 350-500 cm^3 dominirala Velika Britanija. Tačnije, u periodima od 1952-1960. godine dominacija italijanskih i britanskih moticikala i njihovih vozača menjala se čas u korist jednih, pa u korist drugih, da bi i jednima i drugima primat na svetskim prvenstvima preuzeli japanski takmičari, 1961. godine, sa motorima „honda" kubikaža: 50, 125, 250 i 350 cm^3, dok u klasama od 500 cm^3, vođstvo preuzimaju italijanski vozači sa markom motocikla „MV Augusta", dok je iz klase prikolica dominirala marka BMW. Najveća motociklistička trkališta se odvijaju u: Engleskoj (Tourist Trophy, na otoku Man), GP Velika nagrada Nemačke u Nirnbergu, GP Francuske u Ruanu, GP Belgije u



Gornja slika: motokros iz 1948. godine. U sredini: motokros iz 1980. godine i sa SP, 2018. Donja fotografija: spidvej iz XXI veka

Frankošauzu, GP Holandije u Duču TT, GP Italije u Monci i GP Španije u gradu Barseloni. *Razvoj motocilizma na području jugoslovenskih zemalja (isprva u SHS), zavisio je i od ukupnog razvoja motociklizma u svetu i razvoja industrije motocikala. Interes najvećih motociklističkih industrija u svetu je bio u boljoj prezentaciji svojih proizvoda, tako da su se takmičenja održavala u raznim zemljama, pa i na prostorima jugoslovenskih zemalja, tako da su se počeli osnivati i motociklistički klubovi u Beogradu, Zagrebu, Mariboru, Sarajevu, Subotici. Potom 1948. godine osnovan je i Auto-moto savez Jugoslavije, a prva prvenstva u motociklizmu su održana na tlu Jugoslavije (1945) brdska i takmičenja na ravnom putu, u spidveju (1959), u motokrosu iz 1961.* Kategorije, klase i konstrukcije trkaćih motocikala moraju zadovoljiti takmičarske i konstrukcione stan-

darde. Motocikli se dele u osnovne dve kategorije (A i B), koje se dalje prema zapremini cilindra, dele na klase. U kategoriju A ubrajaju se motocikli sa dva točka, a u kategoriju B motocikli i motocikli s prikolicom. Klase motocikla iz kategorije A imaju 50, 75, 100, 175, 250, 350, 500 i 1200 cm^3. Prema nameni i obliku, motocikli se dele na motocikle, skutere, mopede i specijalne motocikle. Motocikli u užem smislu su najbrojnija vrsta dvotočkaša, a upotrebljavaju se uglavnom kao prevozno sredstvo u saobraćaju, u oružanim snagama, u policiji, u sportu i sl. Motociklističke trke zahtevaju i posebnu opremu motociklista, radi njihove bezbednosti, kao i zaštite drugih učesnika u trkama, a obavezno i brojnih gledalaca duž trkaće maršrute. Za sve vrste motociklističkih trka propisana je kožna odeća, rukavice, čizme, nesalomljive zaštitne naočare i zaštitna kaciga. Na peščanim i spidvej trkama takmičari imaju osim toga i posebnu metalnu papuču na levoj nozi, kojom kližu na stazi, naročito na krivinama, dok takmičari na ledu imaju poseban štitnik za koleno leve noge, kojima po potrebi kližu na ledu. Na veoma prašnjavim stazama, takmičari nose zaštitnu odeću protiv prašine kao i štitnik za lice. U moto-krosu svi takmičari



Takmičar-motociklista (moto-kros iz XXI veka)



REKORDNE BRZINE MOTOCIKLOM
SVETSKI ŠAMPION BRZINSKOG REKORDA
Bil Vorner (1969-2013)

Bil Vorner (Vimaun, Florida, 1969), američki motociklista sa Floride, šampion brzinskog rekorda na dva točka (500 km/h, iz 2011. godine). Na dorađenom motociklu "suzuki hajabus", pokušao je oboriti i sopstveni rekord, ali je tragično izgubio život 2013. godine u američkoj vazdušnoj bazi Mejn na avionskoj pisti. Trenutak pre pogibije Vornerova brzina motociklom iznosila je 483 km/h. Na slici: Bil Vorner pre pogibije.

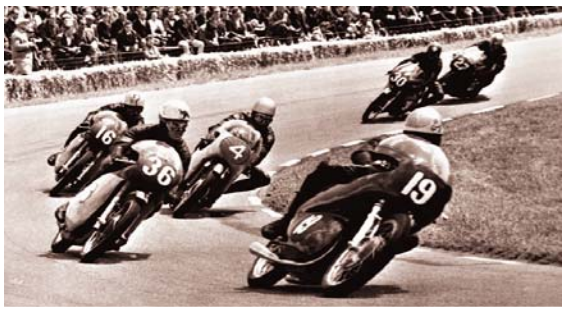


Trevis Pastrana

Trevis Pastrana, višestruki svetski šampion u akcionom moto-sportu. Rođen 1983. godine u Anapolisu, Merilend, SAD. Prvi u svetu izveo je dvostruki okret motociklom (unazad), iskočio iz aviona bez padobrana. Svetski rekorder u najdužem skoku reli automobilom sa kopna na baržu (*Subaru impreca STI*, na pristaništu u Long Biču), a ukupna dužina leta automobilom bila je 82 metra.



umesto kožnog kaputa nose obično pulover, a na terenskim trkama obavezan je i uobičajeni dvodelni kombinezon i visoke čizme. Kožne pantalone obično završavaju uvek negde iznad struka sa posebnim zaštitnim opasačem i za zaštitu bubrega. Sva motociklistička takmičenja moraju obavezno biti organizovana u skladu sa svim propisima FIM i nacionalnih motociklističkih saveza. Svi takmičari pre trke imaju pravo da upoznaju stazu na kojoj će se takmičiti i to na treningu bez merenja vremena i na treningu sa merenjem vremena, u propisanom broju pređenih krugova. Vremenski rezultati koji takmičari pokažu na obaveznom treningu odlučuju i njihovu startnu poziciju u službenom delu predstojećeg takmičenja u motociklističkim trkama.



Fil Rid (Kenterbiri, 1939-2022) iz Engleske, bio je 7 puta svetski šampion na motoru "yamaha" (125, 250, 500 ccm) do 1983. god.



Kejsi Stoner, australijski motociklista, apsolutni je šampion na GP za Veliku nagradu Valensije za 2011. godinu, vozeći motocikl marke „repsol-honda", u kraljevskoj klasi, sa četvorotaktnim motorom od 1000 ccm.

MOTONAUTIKA (franc. motonautique, rus. водно-моторный спорт), je sportska i rekreativna plovidba motornim čamcima. Motorni čamci su vozila na vodu koja rade na principu mehaničkog pogona, koja ostvaruju svoje kretanje pomoću vijaka pod vodom, odn. u vazduhu ili na raktivni pogon. Čamci se koriste i za vuču pri skijanju na vodi. Motonautički čamcu su podeljeni na serije i klase. Najmanji trkaći čamac dužine je 3 m, a najveći 13,71 m. U motonautičkom sportu postoje brzinska takmičenja na velike razdaljine i brzinska takmičenja za postizanje rekorda. Takmičenja trkaćim, sportskim, gumenim čamcima, kao i takmičenja čamcima sa kabinama organizuju se na mirnim i tekućim vodama, uz obalu i na otvorenom moru. Prvi plovni objekti na mehanički pogon pojavili su se u XV veku. Ta su prvobitna mehanička plovila imala ručke koje bi se pokretale rukama ili nogama, pa se dalje prenosila potisna snaga na točkove koji su na krajevima imali lopatice uronjene u vodu. Krajem XVIII veka, pojavljivanjem parne mašine izvršen je uticaj na mehanizovanje plovnih objekata na vodi. Međutim, intenzivna modernizacija čamaca omogućena je tek pronalaskom propelera. To je pošlo za rukom Džonu Stivensu, koji je 1804. godine vršio prve eksperimente u vezi sa funkcionisanjem propelera. Iste godine čamac na propeler izradio je Jozef Resel, koji je prvi ugradio parni motor u čamac, postigavši brzinu od 11 km/h. Prvi motorni čamac na benzinski motor konstruisao je Gotlib Dajmler 1886. ugradivši motor sličan onome koji je konstruisao godinu dana ranije na krmu čamca na vesla, da ni se deceniju kasnije (1896) pojavio savršeniji motorni čamac u vodama SAD. Motori su usavršavani početkom XX veka u Velikoj Britaniji i SAD, sa pojavljivanjem motora na naftni pogon (konstruktora Rudolfa Dizela). Posle toga je organizovana prva motonautička trka u Nici 1894. A godine 1903. u Parizu se osniva i Helice-Club, koji je u bazenu Poase organizovao regatu na 100 km. Pobednik je bio motonautičar Dubon na motornom čamcu „Flora" s prosečnom brzinom 22,6 km/h, a iste godine listovi Vélo i Yachting Gazette organizuju takmičenja sa 56 motornih čamaca na reci Seni. Prvi trofej za takmiče-

nje motornih čamaca uručen je 1903. godine. Taj trofej se zvao International British Trophy, a koji je pripao vozaču engleskog čamca „Napier Minor“ s motorom od 66 KS, a sudelovala su samo tri čamca. Najveća tadašnja postignuta brzina bila je 18 nautičkih milja/h. Godine 1904. organizuju se slična takmičenja u Velikoj Britaniji i u SAD (poznat je Gold Cup). Na tim takmičenjima najveća brzina ipak nije premašivala više od 54,64 km/h (1910. godine). Ali, novi konstruktor čamaca F. Krauč je izgradio čamac „Pan IV“ motorni čamac sa konkavnim dnom u obliku slova V, koji je imao izvanredne karakteristike. Između 1904-1914. godine centri motonautičkog sporta u svetu pos-



Takmičenje u motonautici (Monte Karlo, 1909. godine)

taju Monako i Monte Karlo. Novi poduhvat konstruktora čamaca Engleza Sandersa zainteresovao je sve svetske motonautičare. Njegov motorni čamac „Maple Leaf“ bio je dug 12 m, sa 750 KS, a kojim tada postiže brzinu od 92 km/h. Godine 1922. osniva se Union Internationale duYachting Automobile, koja 1945. menja ime u Union Internationale Motonautique (UIM). A u 1920. godini motonautičar Garfild A. Vud iz SAD, svojim čamcem „Miss America“ sa brzinom od 100 km/h osvaja veliku nagradu International British Trophy. Trijumf Amerikanca Vuda trajao je do 1933, kada ga je pobedio Englez K. Don čamcem „Miss England“, koji dostiže brzinu od 177,494 km/h, a nešto kasnije i brzinu od preko 190 km/h. Ipak, *Garfild Vud* se vraća na pobedničko postolje brzinom od 200,9 km/h. Međutim, na motonautičkoj sceni pojavljuje se 1939. godine i Englez *M. Kembel*, koji



Rekorderi motonautike XX veka, gornje slike: Malkolm Kembel, sa čamcem „Plava Ptica“ K3 iz 1939. godine. Slike u sredini: Malkom Kembel sa sinom Donaldom, Donald Kembel u čamcu „Blue Bird“, kojim je postigao brzinu od 400 km/h, London, 1958. I donje slike: „Blue Bird“ iz 1966.

je sa svojim motornim čamcem „Blue Bird“, dugim 8,20 m s motorom „Rolls-Royce“, 228,124 km/h. To je bila tada najveća moguća brzina toga vremena, jer se smatralo da sve preko te brzine ne može da održi stabilnost čamca na vodi. Čak je smatrano da je nemoguće izgraditi motor veće snage ili otporniji trup na neke veće brzine. Ipak, smeli i vredni konstruktori novih motornih čamaca nisu se predavali. Umesto masivnih i teških konstrukcija čamaca, u izgradnji su se počeli koristiti lakši materijali. Godine 1950. Stanli Sajers u čamcu „Slo-Mo-Shun IV“ u Sijetlu, postiže novi rekord svog motornog čamca od 287,263 km/h, da bi već 1952. godine *Džon Kob* na „Crusaderu“ s reaktivnim motorom postiže 332,811 km/h na jezeru Loh Nes (Škotska). Nažalost, njegov čamac se raspao, a motonautičar Kob

je poginuo pre nego što je ispunio uslove za sticanje titule svetskog prvaka. To će poći za rukom 1954. godine Englezu Donaldu Kembelu, koji je na jezeru Mid (SAD) probio vodenu barijeru oborivši svetski rekord pri brzini od 347,939 km/h, a 1956. godine Kembel je ponovo osvojio svetski rekord pri brzini od 362,681 km/h na jezeru Koniston (Engleska). Ipak, Kembel se nije predavao, tako da je 1957. postigao brzinu čamca 384,745 km/h, a 1958. godine čak 400,115 km/h. Nažalost, legendarni šampion sveta *Donald Kembel,* pri brzini reaktivnog čamca (527 km/h), strada na jezeru Koniston, 1967. godine. Na prostorima bivše Jugoslavije, motonautika je relativno mlada sportska grana. Posle Drugog svetskog rata (1946) delovao je i Odbor za motonautiku u sastavu *Komisije tehnika i sport*, a zatim i u sastavu Pomorsko-brodarskog saveza Jugoslavije u 1949, zatim Brodarskog saveza Jugoslavije (1953). Samostalni Savez za motonautiku i skijanje na vodi Jugoslavije osnovan je 1965. godine. Prva sekcija za motonautiku osnovana je 1946. pri Pomorsko-brodarskom društvu Pobeda u Beogradu, a prvi samostalni klub osnovan je 1952. godine pod nazivom Motonautički klub Mornar sa sedištem u Beogradu. Jugoslavija je postala član UIM od 1946. godine. Danas u Srbiji deluje i Motonautički klub na Adi Ciganliji. *Motorni čamci* se dele po vrsti u dve grupe: deplasmanske čamce i glisere. Deplasmanski čamci su opremljeni motorima manje snage sa malim brzinama do 13 km/h, a nešto jači motori mogu neznatno povećati njihovu brzinu. Oblik trupa im je dosta oštar, ali zato dobro podnose uzburkano more, a istisnina deplasmanskih čamaca jednaka je težinam čamaca. *Gliseri* su čamci pljosnatog dna i oštrih ivica u sastavu boka i dna. Kod glisera se pri većim brzinama na njihovom pljosnatom dnu stvara znatna hidrodinamička sila uzgona, koja prouzrokuje podizanje čamca (glisiranje – klizanje po površini vode). Pri takvoj vožnji bolje se iskorišćava snaga motora, jer je znatno smanjen otpor, pa se povećavaju brzine čamaca. Zbog toga se gliserima mogu postići i veoma velike i stabilne brzine. Trup čamaca gradi se od drveta, a veoma retko od metala, a u poslednje vreme XX veka sve češće se izrađivao od veštačkih, sintetičkih masa



ojačanih staklenim vlaknima. U izgradnji čamaca – rebra (poprečni elementi) povezuju uzdužne noseće elemente (kobilicu) sa uzdužnom oplatom. Tehnologija proizvodnje čamaca znatno se poboljšala sa izumom sintetičkih vodootpornih lepila, a pre toga sve se spajalo ekserima, vijcima i sa zakivcima. Međutim, veliki čamci i manji brodovi izrađuju se od čeličnih limova. U gradnji motornih čamaca koriste se i legure aluminijuma, jer su otporne na koroziju i lakše od drveta. Aluminijumski čamci grade se za brzinske trke, za postizanje rekorda, za plovidbu i na otvorenom moru, pa su i

najskuplji. Učestalom upotrebom poliesterskih smola i staklene armature se omogućila jeftinija izrada korita čamca, za koju ne nepotrebna bilo kakva boja za održavanje. Plastični čamci grade se na takav način da se u kalup slažu slojevi staklene armature natopljene tečnom poliesterskom smolom koja se utvrđuje kontrolisano, jer se u gradnji dodaje i katalizator. Današnja proizvodnja čamaca je serijska i radi se vakumiranjem, pa se tim načinom čamac može napraviti za par sati. Iz te grupe je i gumeni čamac, koji se izgrađuje od gumene cevi u obliku slova U. Oni se duvaju pumpom ili vazduhom iz boce, a mana im je u kratkoći trajanja. Specijalni trkaći čamci rade se za trke, pa je toj svrsi sve podređeno. Oni se opremaju najjačim dopuštenim motorima, sa jednim sedištem i upravljanjem pomoću volana. Slično njima su sportski čamci, koji služe za razonodu, brzu vožnju i vuču skijaša (videti poglavlje skijanje na vodi). Turističko-rekreativni čamci su takođe namenjeni svrsi i oni su uglavnom zatvorenog tipa, radi udobnog krstarenja i turističkih putovanja. Uglavnom veličinu tih motornih čamaca diktira njihova namena, a oni se proizvode i kao manji brodovi i jahte. Dakle, čamcima se nazivaju sva otvorena plovila, a jahtama zatvorena, s tim što većim jahtama i manjim brodićima mora da upravlja profesionalna posada, jer se takva plovila mogu uvrstiti u putničke brodove. Za pokretanje motornih plovila (čamaca, jahti i brodića) koriste se motori. Male čamce pokreće isključivo spoljni (vanjski) motor, čamce srednje veličine spoljni ili ugrađeni motor, a veće samo ugrađeni motor. Brzina čamca uvek zavisi od snage motora, a snaga motora zavisi o zapremini (kubikaži) cilindra motora. Najčešći su benzinski, dizel-motori, električni ili hidromlazni motori. Svi brodski motori moraju biti otporni na vodu, morsku so i elektrolizu, moraju imati otvoren krug hlađenja morskom vodom ili zatvoreni krug hlađenja slatkom vodom, dok se manji motori hlade vazduhom pod pritiskom. Takođe brodski motori moraju imati ograničen broj okretaja, dobru zaštitu svih vitalnih delova, kao i mogućnost da se njima lako rukuje. Benzinski motori dele se na dvotaktne (spoljne viseće) i četvorotaktne (teže i ugrađene) motore. Na tabelama se mogu videti precizni podaci o vrstama, dimenzijama, snazi motora, kubikaži, i ostali podaci:

MOTORNI ČAMCI SA SPOLJNIM (VANJSKIM) MOTOROM

Kategorija kubikaže motora u ccm	Serija		Čamac najmanje dimenzije		Kokpit najmanje metara		
	trkaći O	sportski S	dužina m	širina m	dužina m	širina m	dužina m
175	OJ	SJ	3,00	1,10	0,30	0,90	0,75
175-250	OA	SA	3,50	1,30	0,30	0,90	0,75
250-350	OB	SB	3,50	1,30	0,35	0,90	0,75
350-500	OC	SC	3,75	1,30	0,35	0,90	0,75
500-700	OD	SD	4,00	1,35	0,40	0,90	0,75
700-850		SE	4,25	1,40	0,40	0,90	0,75
850-1000	OF	SF	4,25	1,40	0,45	0,90	0,75
1000-1500	OI	SI	4,50	1,50	0,45	0,90	0,75
1500-2000	ON	SN	4,50	1,50	0,45	0,90	0,75
2000-	OZ	SZ	5,00	1,50	0,45	0,90	0,75

MOTORNI ČAMCI S UGRAĐENIM MOTOROM

Kategorija kubikaže motora u ccm	Serija		čamac najmanje dimenzije	
	trkaći R	sportski S	dužina m	širina m
1000	R-1	S-1	4,25	1,40
1000-1500	R-2	S-2	4,50	1,50
1500-2000	R-3	S-3	4,50	1,50
2000-2500	R-4	S-4	5,00	1,50
2500-5000	R-5	S-5	5,25	1,55
5000-7000	R-6	S-6	6,00	1,60
7000-	R-00	S-00	6,25	1,70

Sportski motorni čamci moraju imati službeni znak ili zastavicu nacionalne organizacije. Palube čamaca obojene su nacionalnim bojama i prema pravilniku

UIM, odnosno nacionalna zastava mora biti nacrtana u obliku pravougaonika 25 cm x 40 cm, na palubi, poklopcu motora ili na bokovima. Broj na čamcu mora biti bele boje na beloj osnovi u pravougaoniku i dimenzija 25 cm x 40 cm, sa brojkama visokim 24 cm, sa debljinom njihovih linija 4 cm. Svaki čamac mora imati uređaj za regulisanje gasa koji se automatski vraća na minimum, ali takođe čamac mora imati na pramcu prsten koji služi za vezivanje ili teglenje čamca, koji mora biti i čvrst da izdrži vučenje čamca. Čamac mora da ima svu dodatnu opremu: prstenje, čekrke, kuke, svetiljke, koja mora biti dobro pričvršćena u čamcu. Na takmičenjima svaki čamac mora imati svu opremu koju zahteva organizacioni odbor i koja je objavljena u propozicijama.



Takmičenje na Bodenskom jezeru, 1962. godine



Motonautika (takmičenje offshore, 2011. godine)







Motonautika (centralna konzola)

MOTORNO LETENJE, grana sportskog vazduhoplovstva, a najrazvijeniji oblik je letenje avionima za sportske namene opremljenim klipnim motorima. Prvi pionir tog takmičenja bio je Amerikanac Orvil Rajt, 1903. godine u Severnoj Karolini (SAD). Sportsko motorno letenje regulisano je pravilnikom FAI









Gore sleva: Orvil Rajt, Konstruktor prvog aviona za motorno letenje, gore desno (zajedno sa bratom Vilburom), i donje slike – takmičenje u motornom letenju iz XXI veka.

(školovanje pilota, trenažu, sportsko turističku aktivnost, sportsko figurno letenje, takmičenje u preciznom letenju, aerorelije u obliku kružnih i zvezdastih letova, trke oko stubova iznad određenih staza u raznim kategorijama aviona, kao i trke helikoptera. Prema podeli FAI svi avioni su svrstani u klase C. M. I). O razvoju motornog letačkog sporta u svetu brine se Međunarodna sportska, akrobatska i helikopterska komisija, a kod nas VS Srbije.

MUDI HELEN VILS (Berkli, Kalifornija, 1905-1998), reprezentativka SAD u tenisu. Bila prva šampionka Vimbldona i osvojila ga osam puta: 1927-1930, 1932-1933, 1935, 1938. Pobednica je Međunarodnog prvenstva SAD 1923-1925, 1927-1929. i 1932. Bila članica reprezentacije SAD, osvajača Wightam Cupa 1923-1925, 1927-1932, i 1938. godine.

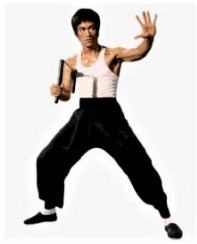
MURATOV VALENTIN IVANOVIČ (Moskva, 1928-2008), jedan od najboljih sovjetskih reprezentativaca u sportskoj gimnastici. *Na OI 1952, bio je prvi u višeboju ekipno; na OI 1956, prvi u višeboju ekipno, kao i u vežbi na tlu i preskakanju konja, 2. u vežbi na karikama. Bio je 1. u višeboju na SP 1954, 1. u vežbi na tlu i vežbama na vratilu, a na (SP 1958) prvi u višeboju ekipno. Višestruki je prvak SSSR u višeboju i vežbama na tlu i na karikama (1950-1956).* Zaslužni je majstor sporta SSSR. Njegova supruga *Sofija Ivanovna Muratova*, bila je takođe višestruka svetska i olimpijska šampionka u gimnastici.



MUSASHI MIYAMOTO (1584-1645), jedan od najpoznatijih mačevalaca Japana, osnivač najveće i najslavnije škole u kojoj se vežbala borilačka veština sa štapovima (jo-jitsu) i (bo-jitsu). Miyamotovo znanje je bilo neprevaziđeno, jer je mogao da se i golim štapovima bori sa najslavnijim samurajima u čijim su rukama bile oštre sablje "katane" ili ubojita sečiva kvalitetnih oružja "wakizashi".

MUSO-MOROTE-GAMAE, iz nunchaku veštine, stav za borbu (*vidi slike).*







MUSTAG-ATA, planinski vrh u Kini koji je visok 7.546 m, i nalazi se u istočnom Pamiru, izazov alpinistima.

MUSTIKA, stil iz drevne indonežanske borilačke veštine *pentjak-silat.*

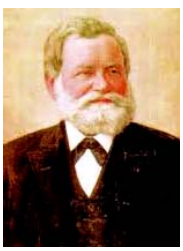
MUSUBI-DACHI, stav (mirno) u tehnici karate sporta. To je centralni otvoreni stav sa priljubljenim petama, gde su prsti razmaknuti u jednoj širini stopala. Ruke (šake) karatiste tada spuštene niz telo. Iz ovog stava započinju i izvođenja većine kata, a takođe započinju i takmičenja.



N

NABOJ-KONTUZIJA (lat. contusio), ozleda nastala dejstvom tupe sile (udar, pad, sudari) skopčana s krvavim podlivima; uboj, nagnječenje. Ovakve povrede su veoma česte u sportskim treninzima i takmičenjima. Za sprečavanje ili umanjenje povreda svojih takmičara, brinu treneri u samom trenažnom procesu, kao i adekvatan sudijski pristup.

NACIONALNA HIMNA, odražava kao pesma simbol jedne nacije, kao i njene borbe za slobodu i političke ideale. Himna se izvodi u svečanim prilikama. Ime *himna* je grčkog porekla, koja je prvobitno bila posvećena u čast bogova i heroja, zatim pohvalna pesma. Nacionalna himna bivše države SFRJ bila je „Hej, Sloveni", koja je uvek prezentovana na takmičenjima međunarodne scene. Aktuelna himna Republike Srbije XXI veka je „Bože pravde", čiji je tekstopisac bio *prof. dr Jovan Đorđević* (1826-1900), književnik, prevodilac i profesor *Velike škole* u Beogradu. Muziku za himnu *„Bože pravde"* komponovao je Slovenac *prof. dr Martin Davorin Jenko,* koji je bio horovođa Narodnog pozorišta u Beogradu, a himna je od 1872. godine bila posvećena punoletstvu kralja Milana Obrenovića i Kneževini Srbije. *A od datuma (11. V 2009) „Bože pravde" – himna je Republike Srbije.*



NAGAMINE SHOSHIN, lider okinavljanskog stila karatea Matsubayashi-rju, bio je jedan od najvećih senseija karatea XIX veka.

NAGASHI-TE-UKE, visoki blok u karateu, koji se izvodi spoljašnjim delom dlana.

NAGASHI-UKE, visoki unutašnji karate blok izveden podlakticom.

NAGE-ASHI, karate odbačaj nogom.

NAGE-WAZA, naziv za sve tehnike bacanja, koje se primenjuju u judou, jiujitsi, sambou, aikidou i drugim borilačkim sportovima Dalekog istoka. U judo sportu kod sistema nagi-waza (bacačke tehnike) postoje: ručna bacanja (te-waza), bočna bacanja (koshi-waza), nožna (ashi-vaza), požrtvovanja (sutemi-waza) i protivbacanja (kaeshi-nage-waza). Požrtvovana bacanja su put ka parteru.

NAGINATA, halebarda Dalekog istoka. U Japanu je ona bila tradicionalno oružje, i sa kojim nostalgično-romantično danas uglavnom vežbaju japanske devojke. Naginata je sastavljena od dužeg štapa do 1,5 metra, a na vrhu je smešteno sečivo u obliku široke sablje dužine oko pola metra. Srednji vek je






ovo oružje namenio uglavnom damama. U današnjem Japanu se još neguje tradicija rukovanja naginatom. Japanci ovu veštinu nisu promovisali van Japana, već je čuvaju isključivo kao deo svoga podneblja. U Indiji postoji slično oružje koje se naziva "slonova glava". To je ubojito oružje čiji ukrasi su izrađeni od zlata i srebra sa karakterističnim umetničkim motivima (na slikama).

NAHA-TE, okinavljanska stara i poznata škola karatea, iz gradića Naha.

NAIFU-ANCHI-TACHI, iz ju-jutsu, stav koji se primenjuje u suprotstavljanju svakom protivniku koji napada oštrim hladnim oružjem.

NAIHAN-CHI, grupa kata pravolinijskog izvođenja, a preteča je teki-kate. Nastala sredinom 19. veka u Tomari-no i Shuri-te školama na Okinavi. Ova kata je prisutna u svim stilovima borilačkog i sportskog karatea.

NAIHAN-CHI-NI, druga okinavljanska karate kata.

NAIHAN-CHI-SAN, treća okinavljanska karate kata.

NAIHAN-CHI-SHO, prva okinavljanska karate kata.

NAIHO (jap.), od spolja ka unutra.

NAIHO-UKE, karate blok koji se izvodi rukom od spolja ka unutra.

NAKAYAMA MASATOSHI (1913-1987), Funakoshijev učenik. Karateom počeo da se bavi u 17. godini. Pre karatea, još kao dečak bavio se i veštinom kendo, što mu je tad bila odskočna daska za najbrže sticanje majstorskog zvanja u karateu. On je jedan od osnivača *Japanske asocijacije (JKA)*, koja će izraditi nastavni plan sastavljen od svih najpotrebnijih





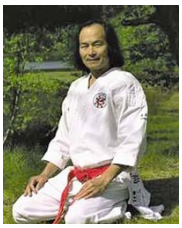
tehnika za polaganja za zvanja u karateu. Na molbu SAD, od 1948. godine do 1959, Nakayama je držao veći broj kurseva po vojnim bazama. Posle isteka od 6 meseci, pred M. Nakayamom su

polagali učesnici kurseva, gde su se odvijale i sportske borbe u karateu. Nakayama je postao generalni sudija JKA i organizator za uključivanje u (FAJKO). Masatoshi Nakayama je živeo u Pekingu i završio je najveće studije za kineski jezik. Smatrao je da ima dosta povezanosti između kineskog i japanskog karatea. Dosta je naučio od najvećeg kineskog majstora Paia. Nakayama je dostigao nivo 10. DAN, razvivši svoj karate stil (kimeru), gde je bila veoma važna i uloga disanja za koncentraciju fizičke snage. Posle njegove smrti nasledili su ga najbolji učenici, a jedan od takvih je postao Hirokazu Kanazawa, koji se nešto kasnije potpuno odvojio od karate stila svoga učitelja *Masatoshi Nakayame.*

NAKAYUBI-IPPONKEN, specijalni karate udarac pesnice na kojoj je isturen zglob kažiprsta kao udarna površina.

NAMI-GAESHI, karate blok nogom, izvodi se u kružnoj putanji. Stav iz koga se izvodi je kiba-dachi. Udara se spoljašnjim bridom stopala u visini kuka.

NANBU YOSHINAO (Kobe u Japanu, 1943), veliki sensei karatea i osnivač Sankukai nanbudo karate stila: *bio je šampion Japana i Evrope.* Danas živi u Parizu.



NANSEN FRIDTJOF (1861-1930), polarni istraživač iz Norveške, koji je 1888. godine, sa svojom ekspedicijom na skijama uspešno preputovao Grenland, i o tome napisao knjigu pod nazivom *Pas ski over Grenland,* iz 1890. godine. Svojim književnim delom je upoznao i celokupnu svetsku javnost sa tajnama iz skijanja, kao budućeg skijaškog sporta.



NARKOMANIJA, (grč.) navika trajnog uživanja opojnih droga (narkotika), apsolutno nespojivo sa sportistima, kao i zdravom načinu života. Videti *droga.*

NARKOTICI, (grč.) hemijske supstance, sredstva za narkozu; smanjuju razdražljivost centralnog nervnog sistema (mozga i kičmene moždine), u većim dozama izazivaju omamljenost i potpun gubitak svesti, a proizvodnja i prodaja strogo se kontrolišu. Videti pod *droga.*

NEHRING JOHANES,(1902-1930), nemački pilot u vazduhoplovnom jedriličarstvu, koji se prvi u svetu 1929. godine popeo jedrilicom na visinu 1209 m. Dao je doprinos *jedriličarskom sportu.*

NEKOASHI-DACHI, stav iz karatea poznat kao „mačija noga" ili zadnji zatvoreni stav. Isturena noga je oslonjena na prste, a druga za jedno stopalo iza i pod uglom od 45º.

NENADIĆ MILAN (Drenovac, Petrinja, 1942), poznati jugoslovenski reprezentativac u rvanju grčko-rimskim stilom u kategoriji do 78 kg. Bio je član rvačkog kluba „Gavrilović" iz Petrinje. *Od 1967. godine bio je višestruki šampion SFRJ, šampion Evrope (1969, 1970) a vicešampion 1968. Osvajač je 3. mesta na (SP 1969) i 1970. godine, bio 2. 1973. Na Olimpijskim igrama (Minhen,1972) osvojio bronzanu medalju.* Živi u Zrenjaninu.

NICOVIĆ MARKO (Kolašin, 1946), magistar pravnih nauka, advokat. Karateom se bavi od 1967. godine počevši u Parizu, a judoom od 1964. Trenirao je Wado-ryu stil kod poznatog karate majstora prof. T. Konoa, a od Svejapanske karate federacije bio je prvi sa prostora bivše SFRJ, koji je dobio instruktorsku licencu. *Mr Marko Nicović* je bio i nekadašnji reprezentativac, a ostvarivao je pobede na mečevima u Amsterdamu, Parizu i Hamburgu. Bivši je načelnik Uprave za suzbijanje kriminaliteta Gradskog sekretarijata za unutrašnje poslove

grada Beograda. Ima visoko majstorsko zvanje *karate-shihan* crvenog pojasa 9. DAN (kudan). Predsednik je Srpske Karate Unije (SKU), i autor raznih knjiga



Mr Marko Nicović (iz 1985) i 2021. godine (desno)

iz tematike karatea, ful-kontakta i o suzbijanju narkomanije. Član je Borda direktora za međunarodno suzbijanje narkomanije i savetnik Interpola u Lionu. Živi u Beogradu i bavi se advokaturom. Na Kongresu *Svetske karate konfederacije (WKC),* izabran za predsednika od 2009.

NI-DAN, majstorsko zvanje u karateu, crni pojas 2. DAN.

NIDAN-GERI, vezani udarac karatiste, nogom, u dve visine tela protivnika.

NIHON-KEMPO, japanci ga nazivaju kineski boks. U ovom borilačkom sportu postoji zaštitna oprema kao što je u borilačkoj veštini kendou (videti slike).



Sleva: takmičenje nihon-kempo i zvanični znak škole

NI-HON-ME, veština u borbi sa četiri sablje, svaki protivnik drži u ruci po dve sablje. Ova veština potiče sa Dale-



kog istoka, a korene vuče od drevnih japanskih samuraja, kojima su oružja u vidu raznih sablji – bila primarna.

NIHON-NUKITE, udarac sa dva ispružena prsta, naziv „ubod dva noža".

NIJU-SHIHO, majstorska kata iz karatea *„kata 24 prilaza"*, u neizmenjenom obliku potiče iz Shuri-te sa Okinave.

NIKOLAJEVIĆ DRAGOMIR (1873-1939), pukovnik, profesor boksa, mačevanja i rvanja, bio je prvi rukovodilac za pitomce Oficirske škole u Beogradu.

NIKOLIĆ VERA (Grabovica kod Despotovca, 1948-2021), jedna od najboljih evropskih i svetskih atletičarki. Karijeru počela u DTV Partizan. Od 1964. do 1967. na balkanskim krosevima kao juniorka i seniorka osvaja sva prva mesta. U periodu 1967-1973. na prvenstvu Jugoslavije u trkama na 800 m, 1500 m, 400 m, kao i u štafeti 4 x 400 m osvaja sva prva mesta. Na prvenstvu Evrope



Vera Nikolić, najbolja atletičarka Evrope i sveta

za omladinke (Odesa, 1966), osvojila je zlatnu medalju u trci na 800 m. Takođe i za seniorke na prvenstvu Evrope u Budimpešti (1966), i u Helsinkiju (1971) osvaja prva mesta. Na svetskim prvenstvima (1966) i (1969) u trci na 400 m bila je najbolja na svetu, a 1971. vicešampionka sveta, dok je 1967. i 1970. bila treća na svetu. Svoj najveći uspeh postigla je 1968. na međunarodnom atletskom mitingu u Londonu, kada je u trci na 800 m sa rezultatom 2.00,5 oborila svetski rekord. Do 1992. godine je živela u Zagrebu i vratila se u Beograd.

NIN-JUTSU, veština špijuniranja, potekla u srednjovekovnom Japanu. Legenda kaže da je nekada živeo slavni di-

verzant i špijun u staro ratničko vreme Japana. Oblačio se u crno odelo, da bi bio skroz nevidljiv u noćnim akcijama. Sa sobom je nosio kolekciju ubojitog i neobičnog oružja i zvao se nin-ja. Bio je



kompletan ratnik: vešt mačevalac, majstor veštine nun-chaku, vrstan poznavalac karatea, judoa, kendoa, ju-jutsu i aikidoa. Sve pomenute savladane veštine *ninje* su prenosile na potomke, tako da su se u Japanu iznedrile i slavne porodice ovih ratnika.

NIŠOVIĆ MIRKO (1961), bivši reprezentativac SFRJ kajak-kanuu, svetski prvak i olimpijski šampion u kanuu, sa rezimeom pobeda: *zlatna medalja na PS (Tempere,1983) u C--2 na 500 m, 1. m PS (Mečelen, 1985), C--2 u disciplini 10000 m, vicešampin PS: 1982, 1985, 3. iz 1983. Šampion OI (Los Anđeles, 1984) C--2 na 500 m, srebro na OI (Los Anđeles, 1984) na 1000 metara disciplina C--2.*

NOKAUT (engl.) udarac u boksu, od koga je protivnik pao i ostao najmanje 10 sekundi na podu, donosi pobedu bez obzira na broj poena koje je protivnik ranije sakupio. Tehnički nokaut je prekid borbe i pobeda kada protivnik više ne može da se normalno brani. Klasični nokaut je najteži udarac u boksu, i veoma opasan jer: *nokautirani bokser gubi*



svest, nastupa funkcionalno rastrojstvo, lakši potres mozga (comocio cerebri), ili teži potres mozga (contusio cerebri). U nokautu, vraćanje svesti (bistrenje) je postepeno. Takođe, postoji i *hladni nokaut* ili bokserski udarac u srce, uz nesvesticu.

NORDIJSKA TRKA PASA SA SAONICAMA, organizuje se od 1973. godine na Aljasci. U takmičenju učestvuje 62 tima, koji treba da pretrče preko 1800 km preko Arktika. Trka počinje u Vilou, a završava se u gradu Noum. Višestruki



šampion sveta je Lens Meki (40), a *njegova trka je trajala 8 dana, 23 sata i 59 sekundi. Timovi se sastoje od 10 do 18 pasa upregnutim u sanke. Postoji i vrsta takmičenja trka pasa na Alpima, zatim trka pasa u Jukonu u Kanadi, koja je i jedna od najopasnijih trka, kao i trka na zaleđenom jezeru Destne u Češkoj. U nordijskoj disciplini za žene „World sledog shampions", za 2011. godinu pobednica sa svojih 8 pasa sa sankama, bila je Ole Peter Engli.*

NORTON KEN (Ilinois, 1943-2013), američki bokser WBC teške kategorije, svetski šampion: 1973, 1975, 1978.

NOVOSADSKI MARATON, sportsko takmičenje pokrenuto 1993. godine, a organizuje ga „Novosadski maraton" i Univerzitet u Novom Sadu. *Ova manifestacija promoviše fizičku spremnost na kojoj učestvuje 400 odraslih takmičara, 200 studenata, 150 dece i 50 učesnika humanitarne šetnje. Tradicionalni Novosadski maraton održava se svake godine (11. oktobra), gde osim glavne trke na deonici od 42 km, sadrži i štafetu maratona, trku maratona srednjoškolaca, i čitav niz pratećih manifestacija.*

NOVOVIĆ DAVOR (1973), svetski rekorder u maratonskom plivanju, srpski reprezentativac, rođen u Crnoj Gori, a karijerom počeo u *PK „Primorac"*, pa u kotorskom *PK „Maraton-elite"*. Postignuti rezultati: *Ginisov rekorder, preplivao 3 reke i 4 mora: Lamanš, relaciju Atina- Herceg Novi (dužina 1280 km), Bari-Herceg Novi, preplivao reku Amazon za 46 dana (5450 km), a time oborio i sve dosadašnje svetske rekorde maratonaca: Hrvata Veljka Rogošića i Slovenca Martina Strela.* Svetski šampion maratona *Davor Novović* živi u Beogradu.



NUNCHAKU, odbrambeno je oružje, nastalo od okinavljanskog oruđa za rad. Ovo oružje spadalo je u oružje malih borilačkih veština Dalekog istoka. Oružje je nastalo iz "mlatilice" za pirinač. Sastoji se iz dva kraća štapa dužine 30-50 cm koji su spojeni konopcem, češće lancem. Nunchaku je vezan za karate i vežba se u karate klubovima Japana, najčešće u SAD, itd. Prikaz na slici.



NURMI PAVO (1897-1973), nekadašnji finski reprezentativac u atletici, bio je svetski šampion u trčanju na dugim stazama, na Olimpijskim igrama (Anvers-1920, Pariz-1924, Amsterdam-1928) osvojio je 9 zlatnih medalja, 20 zvaničnih i nezvaničkih svetskih rekorda, pa je upamćen kao najuspešniji trkač sveta.

O

OBADOV SLAVKO (Zemun, 1948), bivši reprezentativac u judou i sambo rvanju. Doktor nauka iz fiz. kulture. Počeo u JK „Slavija" iz Novog Sada sa 14 godina, kod trenera judoa Svetozara Mihailovića. Bio je višestruki šampion Jugoslavije u judou u polusrednjoj kategoriji i srednjoj (1971, 1973), 3. na šampionatu Evrope (London, 1968) u polusrednjoj kategoriji. Na PS 1973. (2), a 3. mesto na SP u sambo rvanju (Teheran, 1974). Na OI (Montreal, 1976) u judou bio je 3. Majstor je judoa 9. DAN-a. Vodio Katedru za borilačke sportove na FFK u Novom Sadu od 2007-2013. godine.



OBI, pojas u borilačkim sportovima: karateu, judou, ju-jutsu, aikidou itd.

OBI-GOSHI, bočno judo bacanje, sa ulazom isti kao za uki-goshi, za razliku što tori desnom rukom drži gard ukea ispod ukeove leve ruke visoko na leđima. Momenat za napad je kad uke krene ulevo. Prikaz obi-goshi, na slici.



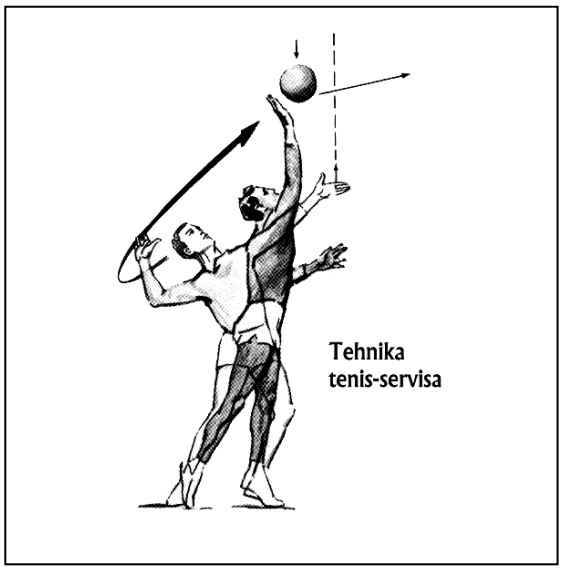
ODBOJKA (engl. volleyball, slov. odbijena, mađ. röplabdázás), ekipna igra loptom u kojoj učestvuju dva tima sa po 6 igrača, podeljene mrežom. Igrači nastoje odbiti (prebaciti) loptu u protivničko polje i to rukama, najčešće prstima, ili bilo kojim delom tela iznad pojasa. Sportska igra odbojka podeljena je na setove, a setovi se sastoje od poena. Utakmica se odvija sve dok jedna od ekipa ne dobije tri seta. Set dobija ekipa koja prva postigne 25 poena sa najmanje dva poena razlike, a u trećem setu 15 (s najmanjom razlikom od 2 poena npr. 15:13). Neke slične igre loptom susreću se kod mnogih naroda sa drevnom kulturom. Odbojku, kakva se igra danas izmislio je 1895. Amerikanac G. V. Morgan, nastojeći da i u zimskom periodu nastavi kontinuitet rada nad letnjim sportovima (u dvorani). Morgan je razmišljao da pokrene novu sportsku igru, koja bi bila drugačija od košarke i koja se pojavila četiri godine ranije, takođe i u SAD (1891). G. Morgan je za-

mišljao novi sistem sportske igre koja bi bila pristupačna svim uzrasnim kategorijama, da se lako organizuje sa jednostavnom i jeftinom opremom da na-



TEHNIKA U ODBOJKAŠKOJ IGRI

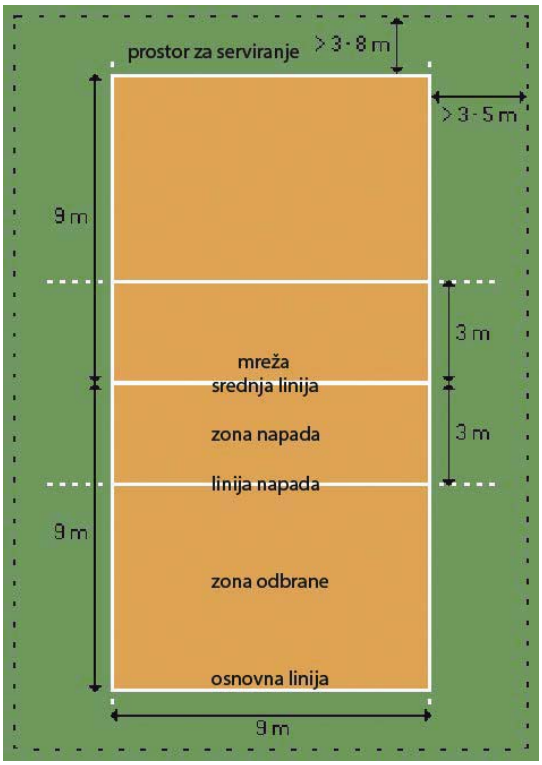
por igrača bude proporcionalan njihovom znanju, da njeni takmičarski elementi budu dopuna školskim gimnastičkim vežbama, i da odmori u toj novoj igri budu češći nego što je to bilo u košarci. Morgan domišljato povezuje u jednu strukturu od nekoliko elemenata iz već znanih i omiljenih sportskih igara koje su se igrale loptom: handbala, tenisa, fudbala i košarke. Dvoranu, a time i igrače podelio je teniskom mrežom podignutom na veću visinu 1,98 m. Loptu je upotrebio iz košarke, koja se isprva mogla hvatati, voditi i bacati neograničenim brojem dodira. Veličina igrališta i broj igrača bili su promenljivi. Tešku košarkašku loptu brzo je dopunio unutrašnjim naduvanim gumenim balonom (šlaufom), a nešto kasnije je konstruisao specijalnu loptu koja se i danas koristi u odbojci. Takva lakša lopta je dopuštala njeno uspešno odbijanje rukama umesto da se vodi kao u košarci. Isprva je Morgan svoju igru nazvao (mintonette), međutim 1896, njegov saradnik A. T. Holsted predlaže naziv (volley-ball – odbijanje lopte u vazduhu). Odmah posle toga, 1897. godine počinju da se štampaju i priručnici za novi i čudesan sport. Odbojka postaje deo programa YMCA i počinje se



Tehnika
tenis-servisa

širiti najpre po SAD, a zatim u Kanadu (1900), Kubu (1905), Puerto Riko (1909), Peru (1910), Urugvaj (1912), Brazil i Meksiko (1917). Međutim, isprva u obe Amerike odbojka se razvija kao uzgredna, zabavna aktivnost, za koju su posebno bile zainteresovane žene i starije osobe. Na mnogobrojnim plažama i rekreacionim terenima, po školama, koledžima i klubovima, mogla se videti igra odbojke koja je bila u raznim oblicima: igra u krugu na slobodnom prostoru (livadi, pesku, plitkoj vodi), igra parova (dubl) muški i ženski, mešovito, mešovitih šestorki. Međutim, šarolikost tih oblika nije doprinosila daljem razvoju odbojke, kako u centru (SAD) odakle je potekla, tako isto i u državama koje

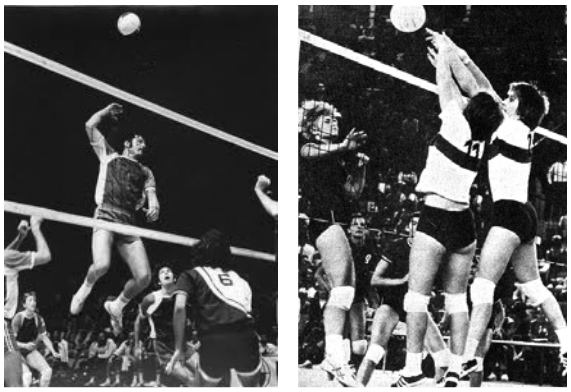
su je prihvatile. Odbojka se pojavljuje i u azijskim zemljama između 1910-1917. godine (u Indiji, Filipinima, Kini i Japanu), i u tim zemljama odbojka je poprimila takmičarski karakter i postaje deo *Igara Dalekog istoka, Manila 1913. godine.* Dolazak odbojke u Evropu datira od 1917. godine, najpre u Francuskoj pa u Italiji, doneli su je američki vojnici koji su učestvovali u Prvom svetskom ratu, a bili su u vojnim misijama u evropskim zemljama. Od 1919. godine odbojka se igra u Poljskoj i Čehoslovačkoj, da bi se 1922. pojavila i u SSSR. U prvo vreme odbojka se igrala po američkim pravilima. Zahvaljujući brojnim takmičenjima posle Drugog svetskog rata, Evropa postaje centar gde se igrala kvalitetna odbojka (Čehoslovačka, SSSR, Rumunija, Poljska, Bugarska, DR Nemačka). Posle 1923. godine odbojka stiže i u Afriku, Egipat, zatim u Alžir, Tunis i Maroko. U 1947. godini stvorena je Međunarodna odbojkaška federacija (FIVB, Federation internationale de volleyball) u gradu Parizu. Do 1974. godine u FIVB je bilo već učlanjeno 125 nacionalnih odbojkaških saveza. Na prostorima bivše Jugoslavije, odbojka se prvi put pojavila 1918. godine u Đevđeliji, gde su bili stacionirani francuski vojnici kao saveznici Srpske vojske. A posle toga najveći prezentator odbojke na prostoru Jugoslavije (1924.) bio je američki službenik crvenog krsta V. Viland iz Kalifornije, koji je kao misionar te humane svetske organizacije popularisao košarku, a naročito je o tome pripovedao sokolskim čelnicima, koji su bili nosioci zdravog sportskog preporoda. Javnost se takođe upoznala sa odbojkom i pre dolaska Amerikanca Vilanda, godinu dana ranije (1923.). Tada je u Beogradu objavljen prvi udžbenik iz odbojke autora A. Brazdila (Gimnastičke igre za škole, društva i vojsku), u kojem su u sažetom obliku bila izneta osnovna pravila volleyballa (odbojke), i ta je knjiga odmah bila odobrena od Ministarstva prosvete Kraljevine SHS kao pomoćni udžbenik za sve nastavnike i učenike osnovnih, srednjih i stručnih škola. Posle Drugog



SAVREMENI ODBOJKAŠKI STADION

svetskog rata, stvoreni su uslovi za pravilan i ravnomeran razvoj svih sportova, a tako i odbojke. Naročito je odbojka bila zastupljena u JNA, odakle su je vojnici posle odsluženja vojnog roka prenosili u svoj rodni kraj i tamo je nastavili popularisati. Posle toga osnivaju se brojni odbojkaški klubovi i sekcije u celoj zemlji, a 1947. osnovan je i prvi Odbor za odbojku, da bi 1949. godine bio osnovan Odbojkaški savez Jugoslavije. Najorganizovaniji klubovi odbojke tada su bili: Crvena zvezda i Partizan iz Beograda, Mladost (Zagreb), Jedinstvo iz Brčkog, Spartak iz Subotice itd. Po pravilima odbojkaške igre, osnovni cilj takmičenja je nadigrati protivnika i osvojiti tri seta, a time ostvariti pobedu. Svaka ekipa ima pravo na najviše tri naizmenična dodavanja lopte, ne uklju-

čujući blokiranje. Kontakt s loptom je kratkotrajan i ostvaruje se rukama i to vrhovima prstiju, podlakticama i dlanom, ali je to dozvoljeno i drugim delovima tela. Pored ključnih elemenata napada i odbrane, strukturu odbojkaške igre čine sledeći elementi: servis, prijem servisa, dizanje lopte za smeč, smeč, blok i odbrana lopte u polju. Visok nivo u nadigravanju u odbojci zasniva se na dobroj ovladanosti pomenutim elementima (tehnička pripremljenost) kao i na odgovarajućoj taktičkoj,



Na slikama je prikaz muških i ženskih odbojkaških utakmica između 1970-1985. godine, kada je odbojka u bivšoj Jugoslaviji krenula u svoju ekspanziju u regionalnom i na internacionalnom polju.

fizičkoj, ali i psihološkoj pripremljenosti odbojkaša. Savremena odbojka je stoga postala sve više „privilegija" visokih igrača, koji uspešnije mogu obavljati određene zadatke u igri, a posebno „na mreži" (smečiranje, blokiranje). Odbojka je tipična igra skokova. Preko 50% udaraca po lopti vrši se u skoku. *Prostor za igru (odbojkaško igralište) pravougaonog je oblika veličine 18x9 m i slobodan prostor kojim je okružen teren od najmanje 3,5 m. Iznad terena i slobodnog prostora ne sme biti nikakvih prepreka najmanje 7 m u visinu. Na međunarodnim zvaničnim takmičenjima slobodan prostor iznosi 5 m od bočnih linija i 8 m iza osnovnih linija. Slobodan prostor iznad terena je najmanje 12,5 m. U vezi sa linijama i zonama terena, sve linije su širine 5 cm i sastavni su deo igrališta. Dve bočne i dve osnovne linije ograničavaju teren. Srednja linija deli teren za igru na dva jednaka polja od 9x9 m. Pruža se ispod mreže i dopire samo do bočnih linija. Linija napada paralelna je sa srednjom linijom i udaljena je od srednje linije 3 m. Deli polje na prednju i zadnju zonu. Zona za serviranje nalazi se iza osnovne linije, a zona za zamenu igrača je ograničena zamišljenim produžetkom obe linije napada do zapisničkog stola. Odbojkaška mreža je crne boje. Dugačka je 9,5 m i široka 1 m. Postavljena je vertikalno iznad srednje linije. Na gornjem delu opšivena je belom trakom širine 10 cm, a na mreži se nalaze i bočne trake (isto od belog platna) širine 5 cm i dužine 1 m postavljene vertikalno na mrežu iznad svake bočne linije i linije sastavni deo mreže. Na njihovim spoljnim ivicama pričvršćene su savitljive šipke „antene" dugačke 1,8 m i 100 mm u prečniku. Gornjih 80 cm svake antene se protežu iznad mreže i obojeni su svakih 10 cm sa dve kontrasne boje, najčešće crvenom i belom, antene se smatraju delom mreže i bočno ograničava-ju prostor za prelaz lopte. Visina mreže za muškarce je 2,43 m i 2,24 m za žene. Mreža je zategnuta žičanim užetom u gornjem, ali i donjem delu za stubove, okrugle i glatke visine 2,55 m učvršćene u podlozi na rastojanju od 0,5-1 m od svake bočne linije. Odbojkaška lopta je okrugla, ali sa spoljnim omotačem od mekane kože. Jednobojna je i svetla, obima 65-67 cm, težine 260-280 gr.* Odbojkaška ekipa može da se sastoji od najviše 12 igrača (6 igrača u igri i 6 rezervnih), trenera, kao i pomoćnika trenera, masera i lekara. Jedan od igrača u ekipi obavlja funkciju kapitena ekipe i označen je posebnom trakom na dresu. Jedino se kapiten ekipe može obraćati sudijama u toku igre. Trener ima pravo da traži prekid igre radi odmora (tajm-auta) ili izmene igrača, može da daje razna stručna uputstva svojim igračima u terenu kao i ostali članovi ekipe. Oprema odbojkaša sastoji se od majica (dresa), gaćica i patika. Majica i gaćice su jednoobrazni i iste boje. Majice ili dresovi sa oznakama (brojevima 1-18), a

patike su lagane i meke sa gumenim ili kožnim đonom bez potpetica. Sudijski kolegijum na odbojkaškim utakmicama sačinjavaju sledeća službena lica: prvi sudija, drugi sudija, zapisničar, četvorica (dvojica) linijskih sudija. Pobednik uta-



Odbojkaška muška seniorska reprezentacija SRJ (Olimpijski šampion, Sidnej - 2000)
N. Grbić, V. Grbić, Batez, Kovač, Bokšan, Mešter, Gerić, Vujović, Miljković, Petković, Vušurević, Mijić. Selektor odbojkaške reprezentacije SRJ: Igor Kolaković.

kmice je ekipa koja osvoji tri seta. U slučaju nerešenog rezultata 2:2, tad odlučuje peti set. U prva četiri seta poen se osvaja iz svake akcije. Set dobija ekipa koja prva osvoji 25 poena sa najmanje 2 poena razlike. U slučaju nerešenog rezultata, igra se nastavlja sve dok se ne postigne razlika id dva poena. Ali u odlučujućem petom setu u slučaju nerešenog ishoda utakmice, igra se dalje nastavlja sve dok jedna ekipa ne osvoji 15 peoena, a mora biti najmanje 2 razlike. Planiranje i programiranje treninga u odbojci, kao i u ostalim sportskim igrama primenjuju se uvek radi svestranije i kvalitetnije pripreme, sistemi planiranja i programiranja na tzv. makrocikluse i mikrocikluse. Makrociklusi obuhvataju ukupnu delatnost odbojkaške ekipe u vreme jednog olimpijskog perioda (4-godišnji ciklus). Mikrociklusi sadrže godišnji, sezonski, mesečni i nedeljni plan kao i program treninga (3-6 treninga nedeljno), prema kvalitetu ekipe i nivou takmičenja. *Veliki doprinos jugoslovenskoj i srpskoj košarci dala je porodica Grbić (Miloš, Vladimir i Nikola). Muška odbojkaška reprezentacija Srbije igrala je 2010. u sastavu: Kovačević, Janić, Petković, Terzić, Stanković, Samardžić, N. Grbić, Nikić, Rašić, Miljković, Starović, Petrović, Podraščanin, Rosić. Selektor Igor Kolaković. Ženska seniorska odbojkaška repr. Srbije igrala 2010. u sastavu: Ognjenović, Živković, Brakočević, Bjelica, Nikolić, Molnar, Vesović, Majstorović, Čebić, Krsmanović, Veljković, Rašić. Selektor Zoran Terzić.*



Muška odbojkaška reprezentacije Srbije, 3. mesto (SP, Rim, 2010), šampion EP (Beč, 2011), 2. na Svetskoj ligi (Rio, 2015).



Ženska odbojkaška reprezentacija Srbije osvajač zlatne medalje Evropske lige (Ankara, 2010), 3. m Gran pri (Makao, 2011), šampion Evrope (Beograd, 2011), 3. m (PE, Roterdam, 2015).

ODBOJKA NA PESKU, sportska grana, nastala kao varijanta dvoranske odbojke, a u programu OI je od 1996. Početak datira od 1920. godine na plažama Kalifornije, sa ekspanzijom krajem XX



veka. Države u kojima se igra najbolja odbojka na pesku su SAD i Brazil, dok i Srbija zauzima odlično mesto, koja je i osvajač 1. mesta na turniru (San Dijego, 1998), osv. bronza na turniru (Limasol, 2000), 1. mesto (u Limasolu, 2005, 2006). Najbolji igrači reprezentacije Srbije su: *Bugarčić, Kneževič, Jovanović itd.* Pravila igre: *preuzeta iz standardne odbojke, s razlikom što se igra na pesku umesto na parketu, a umesto 6 igrača igraju po 2 igrača sa svake*

strane mreže na terenu koji je dimenzija 8x8 m. Nije dozvoljeno igranje prstima iznad glave u prijemu i napadu. Oprema je: *kupaći kostimi i majice bez rukava, sunčane naočare i kape sa širitom. Postoji muško i žensko takmičenje u sportu „odbojka na pesku":*

OI-CHOKU-TSUKI, udarac iz karatea čelom pesnice (kratki udarac).

OINEA, sportska igra odbijanja lopte, koja je slična bejzbolu, rasprostranjena je u Rumuniji. Ekipe imaju po 11 igrača, uzmenjuju uloge napadač-odbrana.

OI-TSUKI, udarac iz karatea, direktni pravolinijski, čelom pesnice kao udarna površina. *Ova ručna tehnika se izvodi sa iskorakom u zenkutsu stavu, gde je ista noga napred, kao i ista ruka kojom se udara.*

OKINAVA, japanski arhipelag površine 100x25 km, na mestu spajanja Istočnog kineskog mora i Velikog tihog okeana. *Jedno od najpoznatijih kulturoloških i borilačko-edukativnih središta sveta, zaslužno za stvaranje prvih stilova karatea.*

OKURI-ASHI-BARAI, nožna tehnika čišćena u judou. Gard kao de-ashi-barai.

OKURI-ERI-JIME, tehnika iz judoa, iz sistema gušenja (Shime-waza). Kad je uke na trbuhu, tori ga snažnije obuhvati



nogama. Levom rukom brzo primi desni rever ukea ispod vrata, a desnom ispod ruke levi rever kimona niže, tad ispruža telo napred i izvodi tehniku gušenja.

OLIMPIJADA (grč. olympias), nekad u antičkoj Grčkoj vremenski razmak od 4 godine između OI. Ime je u vezi sa gradom koji se zvao Olimpija na Elidi.

OLIMPIJSKE IGRE, takmičenja koja su se održavala u Olimpiji svake četvrte godine. Olimpijske igre modernog doba održavaju se od 1896. po primeru antičkih igara, na kojima se takmiče najbolji sportisti iz celog sveta. *Od četiri poznatije antičke grčke igre, Olimpijske igre su najpoznatije, a verovatno i najstarije. Podaci na kojima se temelji rekonstrukcija postanka i razvitka tih igara veoma su nepouzdani i oskudni. Naučni pristup tom predmetu je moguć jedino uz neprekidno ograđivanje da su podaci samo pretpostavke temeljene na nekim arheološkim ostacima, izvoda iz dela starih pisaca (koji su kontradiktorni međusobno), kao i zapisa na nekim umetničkim delima, koji nam ne govore baš dovoljno. Olimpijske igre održavale su se u Olimpiji, svetilištu i obližnjem naselju u kraju Elis (Elida), zapadnom delu grčke pokrajine Ahaje (Peloponez). Na njihovom rasporedu prvo su se pojavila trčanja (776. g. p.n.e.),videti termine „Atletika" i „Kuberten".*

OLIMPIJSKI KOMITET SRBIJE, datira s početka XX veka (23. februara 1910), osnivanjem Srpskog olimpijskog kluba, čiji osnivači su bili mladi srpski oficiri školovani u Francuskoj, a vodeći među njima bio je Svetomir S. Đukić. Osnivačka skupština održana je u redakciji lista „Novo vreme", smeštena u hotelu „Moskva" u Beogradu. Nakon toga *Srpski olimpijski klub* menja ime u *Olimpijski komitet Kraljevine Srbije* 1912. godine, da bi iste godine krenuli sportisti Kraljevine Srbije na 5. OI u Stokholmu. Tim su sačinjavali: *đeneral Đukić, atletičari Dragutin Tomašević i Dušan Milošević, sekretar tima Dragutin Vojnović, a sportski šef misije bio je Andrija Andra Jović.*

OLSEN OTO (1884-1953), norveški reprezentativac u streljaštvu. *Na OI iz 1920. godine osvojio 1. m u gađanju pokretne mete (jelen) 1 pogodak pojedinačno i ekipno, prvi u gađanju vojničkom puškom 300 m ležeći pojedinačno, na OI-1924, osvajač 1.mesta u gađanju pokretne mete (jelen) 1 pogodak.*

ONO TAKASHI (Akita, 1931), japanski reprezentativac u sportskoj gimnastici, olimpijski šampion 1956. godine u vežbama na vratilu. Na Olimpijskim igrama iz 1960, bio je prvi u preskoku konja i u višeboju ekipno, na OI 1964. godine osvajač zlatne medalje u višeboju ekipno. Dobio je čast da pročita *olimpijsku zakletvu* na OI (Tokio, 1964).





O-SOTO-GURUMA, tehnika iz judoa koja spada u kontra-tehnike. Kada uke dođe u poziciju neuspelog bacanja, tada tori izvodi tehniku, gde desnom nogom ubuhvati obe noge ukea, rukama snažno povuče i baca ga na tatami.





OSTOJIĆ BOŽANA (Bosanska Gradiška, 1965), iskusni ronilac sa početkom bavljena od 1980. godine. Završila je ronilačke kurseve P1 i P2 i nastavila je u URS najpozn. ron. klubu u SFRJ. Postala je državna reprezentativka i od 1990. godine završava sve napredne kurseve: M1, M2 i M3 (staff instruktor), potom i DAN instruktor-trener. Bila član u Dunavskoj ekspediciji sa *Žakom Kustoom* i osnovala klub „Kalipso" u Beogradu. Postignuća: *Timski rekord u Ginisovoj knjizi kao član franc. ekspedicije, preroniši pećinski sistem u Meksiku (92 km), svetska prvakinja u ronjenju 127,8 m, bronza na EP u podvodnom hokeju (2003), višestruka prvakinja SFRJ pliv. perajima i u podvodnoj orijentaciji.*

OSTOJIĆ TIHOMIR (rođ. u Potiskom Svetom Nikoli, danas Ostojićevo, 1865, a umro u Beču 1921), poznati srpski književni i kulturni istoričar. *Završio je Srpsku gimnaziju u Novom Sadu, a Filozofski fakultet u Budimpešti. Doktorske studije je nastavio u Beču i doktorirao 1907. godine. Bio je profesor gimnazije u Novom Sadu (1889-1911), i prvi kvalifikovani nastavnik gimnastike sa diplomom Peštanskog nacionalnog gimnastičkog udruženja. Propagirao je i organizovao fizičko vaspitanje među školskom omladinom, a jedan je od utemeljivača Prvog sokolskog društva u Novom Sadu (1906), a od 1911-1920. godine i sekretar Matice srpske, zatim je (1920) postao profesor na Filozofskom fakultetu u Skoplju.* Zbog svog značajnog rada i dela, ostao je znamenita ličnost u kulturnoj istoriji Vojvodine početkom XX veka.

OTOSHI-EMPI-UCHI, udarac iz karatea, laktom nadole (prikaz na slici).



OTOSHI-KENTSUI-UCHI, udarac iz karatea nadole, donjim delom šake.

OTOSHI-SEIRYUTO-UKE, blok iz karatea (nadole) "volovska čeljust".

OTOSHI-SHUTO-UKE, udarac, zadaje se spoljnim bridom dlana nadole.

OTOSHI-SOTO-UKE, blok podlakticom – nadole, iz karatea (donje slike).





OTOSHI-TEISHO-UKE, blok iz karatea korenom dlana – nadole (prikaz).

OTSUKA HIRONORI (1892 - 1982), rođ. u Šinpdiateu (Ibadaki) oblast Japana. Počeo vežbati sa 6 godina jiu-jitsu kod svoga oca dr Tokuyira.Vežbao je do 29. godine i dobio najveće zvanje u veštini Menkyo-kayden iz Shinto-yoshin škole bu-jutsu. Upoznaje Funakoshija Gichina i počinje trenirati kod njega karate. Po-





red svoga lekarskog poziva, on je prvi organizovao karate klub na Tokijskom univerzitetu. Izvršio je korenite izmene u vezi sa dogovorenim kumiteom stvorivši svoj stil Wado-kai sa Taisabakijem i tehnikama bacanja.

OVENS DŽESI (Alabama, 1913 - Arizona, 1980), Na univerzijadi u Ohaju (1934) osvajač četiri svetska rekorda u skoku udalj, na OI (Berlin, 1936) u trci na 100 m osvojio 4 zlatne medalje, olimpijski rekorder u trci na 200 m, štafeta 4 x 100 m. Prvak SP u troskoku.

P

PADEL, reketna vrsta tenisa, koji se igra u dublu zatvorenog igrališta od stakla (slično skvošu), sa lopticom kao od tenisa, ali sa punim palicama bez žica. Pa-





del je kreirao Enrike Korkuera iz Meksika (1969). *Teren je pravougaoni 10x20 m, sa mrežom na sredini čija visina je 88 cm u centru podignuta sa strane do 92 cm. Visina zatvorenog plafona je 6 m, a zidovi se koriste kao deo igre i dimenzija (4 m zadnji) i 3 metra (bočni). Bodovanje je kao u tenisu (za set 6 gemova, a za pobedu potrebno je 2 seta). Loptica se pušta naniže, a servira u visini struka i ona prvo mora odskočiti u servisno polje.*

PADOBRANSTVO (nem. Fallschirmsport, engl. parashuting, franc. parashutisme, rus. парашютный спорт), grana sporta sportskog avijatičarstva koja obuhvata sva takmičenja u spuštanjima i skokovima padobranom na različite načine i različitim motornim i bezmotornim letelicama (avionom, helikopterom ili balonom) ili s padobranskih kula na određene površine komandnog kruga ili u određeni obeleženi cilj na zemlji. U gotovo svim epohama daleke prošlosti





Leonardo da Vinči
Levo: padobran iz XV veka, njegovo je originalno delo.

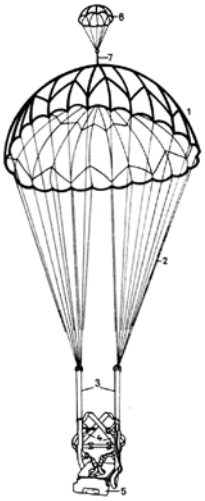
bilo je u svetu dosta bezimenih skakača koji su nekakvim motivima, iz znatiželje i avanturizma skakali u ponore, da li na napravama ili sa pomoćnim priručnim krilima, koje su sami napravili. Skakalo se sa planinskih visova, sa visokih kula i tornjeva u ambis, da se u nečemu uspe, a to nešto su tada mogle ptice u plavetnilu neba – leteti. U jednom od najstarijih književnih spomenika na svetu, u indijskim Vedama, starosti preko 4500 godina, kaže se da su bramanski sveštenici u okviru svog verskog rituala, odlučivali skakati u svojim širokim, specijalno za te svrhe izrađenim sveštenič-kim rizama, sa zidina hramova u ambis. Takođe, iz pisanih tragova u kineskim hronikama od II-I veka p.n.e. može se videti da je jedan kineski vladar spasao sebi život iz zapaljene palate, tako što je upotrebio dva svoja raširena suncobrana. Takođe se spominje i slučaj dvoje

kineskih osuđenika na smrt koji su morali sami sebi oduzeti život. Oni su pre skakanja ispleli od grana i svoje odeće „padobrane“ i skočivši (uz određene povrede) ipak su spasili svoje živote, pa su bili pomilovani. Prvu spravu za spuštanje s visina (na teorijski način) pokušao je razraditi engleski naučnik Rodžer Bakon (1210-1293), a prvu napravu za spuštanje s visina izradio je Leonardo da Vinči (1452-1519), koji je u svom projektu tačno izračunao površinu kupole kojom se čovek bez povreda može spustiti na zemlju. Zanimljivo je da je Leonardova kupola površine 25 m^2 iz XV veka potpuno odgovara dimenzijama današnjih padobrana. Vremenom je balon postao zanimljivo sredstvo letenja, krstarenja, kao i spasavanja drugih letača (videti balonstvo). Međutim, istraživački entuzijasti su bili neumorni, u traganju za alternativama mogućnosti skakanja sa visina, tako da je francuski fizičar S. Lenorman (1757-1839) izumeo vlastitu spravu s kojom je skočio sa prozora svoje laboratorije i uspeo da preživi bez bilo kakvih povreda. Skok je ponovio pred članovima Lionske akademije 1783. godine. Za njegovim smelim poduhvatom sledili su iste godine i balonisti, dva brata Mongolfije, koji su izvršili eksperimenalno skakanje padobranima, koji su bili prikačeni za životinje. Njihovi padobrani bili su tada kupolastog oblika. Odmah zatim balonista Ž. Blanšar (1750-1809) bio je prvi čovek-letač koji je upotrebio padobran, skočivši s njim, da bi se spasao iz svog oštećenog balona, a događaj se desio novembra meseca 1784. u Ganu. Dalje je sledio vazduhoplovac A. Garneren (1769-1823), koji je 1797. godine dobrovoljno skočio iz balona, dok je njegova nećakinja Elizabet Garneren, kao mlada devojka izvela čak 40 skokova padobranom, a jedan njen skok je bio i sa visine od 150 metara (1814. g.), što je to do tada bilo nezamislivo. Padobranstvo se krajem XIX veka najviše po-





Lesli R. Irvin (1895-1966), modifikator padobrana

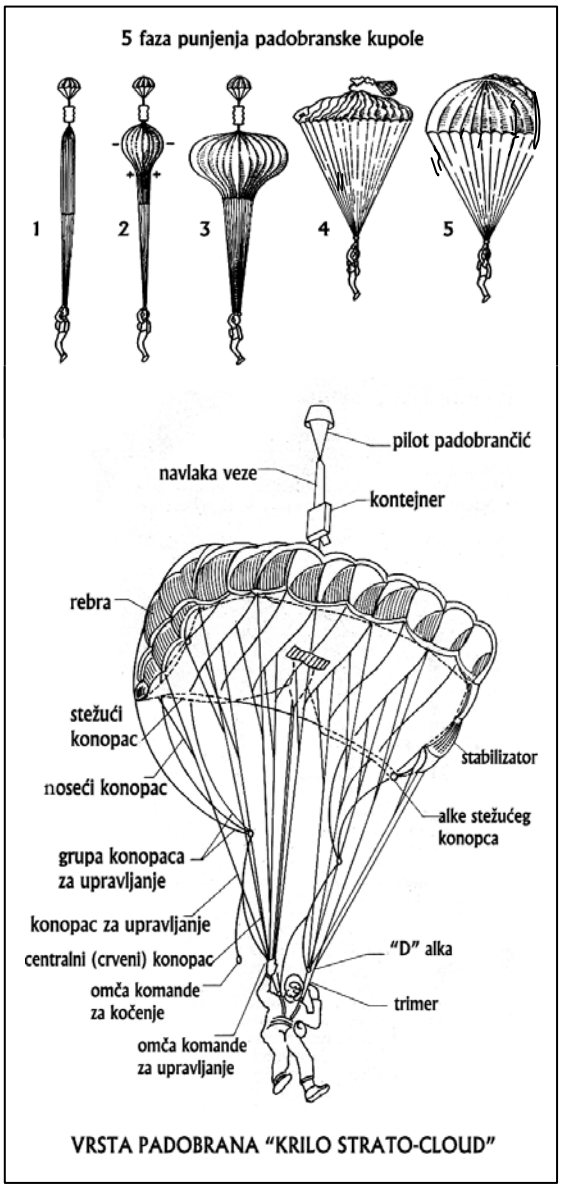


Na projektu grubog padobrana, koji je u 17. veku prvi isprobao Fausto Frančić, nastavio je rad istraživač Amerikanac *Lesli Irvin*, koji konstruiše bolji padobran, a masovnija proizvodnja kreće pred Prvi svetski rat, da bi prvi skok izveo Irvin, 1919. godine.

Na slici, sastav padobrana sa okruglom kupolom: 1. *Kupola 2. Konopci 3. Slobodni krajevi sistema veza 4. Uprtači 5. Torba za pakovanje padobrana 6. Mali padobran 7. Konopac malog padobrana spojen za kupolu.*

čelo razvijati u Francuskoj. Konstrukcije padobrana u obliku kišobrana pokazale su se najboljima, čak do današnjeg dana. Nemačka balonistkinja K. Paulus izvela je u periodu 1888-1910, oko 197 skokova padobranom iz balona, od kojih je jedan bio sa visine od 2000 m, što je u to vreme bio i svetski rekord. Međutim, čovek je hrlio novim izazovima. Balon iz koga se skakalo padobranom više nije bio aktuelan. Htelo se ići u još nešto opasnije i ozbiljnije. Desilo se u SAD, da je prvi skok padobranom izvršen iz aviona u vazduhu, koji je izveo avijatičar A. Beri, 1912. godine u Sent Luisu, sa visine od 450 m. Iste godine ruski konstruktor G. Kateljnikov izumeo je padobran koji se mogao složiti u ranac, pa je taj njegov način pakova-

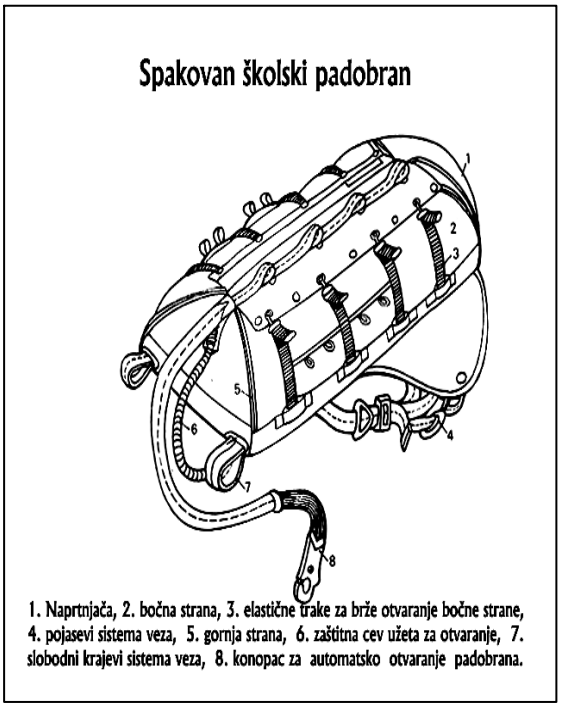
nja ostao sve do danas u upotrebi. Veoma brzo, za konstruktorom Kateljniko-



vim, Amerikanac Lesli Irvin pronašao je poteznu ručku za otvaranje padobrana koja je padobrancu omogućila slobodno aktiviranje, i takva vrsta padobrana smeštala se na leđima padobranca. Takvim svojim padobranom, Irvin je tokom 1916. godine (eksperimentalno) izveo još oko 300 skokova, a zatim se opredelio za javne nastupe. Prvi je u svetu izveo padobranom čuvenu „zadršku" odnosno skok sa zadržavanjem otvaranja padobrana, koji leti ka zemlji. Današnja konstrukcija padobrana, u osnovi je ista kao Irvinova iz 1916. godine, jedino su usavršeni neki uređaji koji padobrancu omogućuju preciznije upravljenje. Skokovi takvim padobranom više liče na let nego na pad, dok je ska-



Padobranci JNA iz 20. veka i vojni padobran



kanje u cilj (pogađanje cilja) postalo apsolutno nepogrešivo. Posle Prvog svetskog rata, padobranstvo se postepeno razvija u sport; organizuju se takmičenja i obaraju se rekordi. Međutim, tu sportsku delatnost još tada nije kontrolisala Međunarodna vazduhoplovna federacija (FAI). Jedan od prvih pionira sportskih padobranaca bio je francuski vazduhoplovac Ž. Ors, koji je 1910. godine u Ričmond Parku u Londonu, izveo veliki broj skokova pred publikom. Iste godine Ors pobeđuje na međuna-

rodnom takmičenju, organizovanom u Atlantik Sitiju (SAD). Prvi skok padobranom s visine od 6000 metara izveo je



Odvajanje padobranca od aviona



Padobranski skok (sa zadrškom u vazduhu)



Sportski padobranac u spuštanju (na nulu)

1920. godine Francuz M. Vilijam, a iste godine održano je u Rimu prvo međunarodno takmičenje padobranaca u Evropi u disciplini (skok na cilj s visine od 600 m). Pobednik je bio italijanski padobranac Madaluno, koji se skokom udaljio 79 m od cilja. Američki padobranac A. V. Stivens skočio je padobranom 1922. godine u Dejtonu s visine od 7385 m, oborivši sve dotadašnje vi-

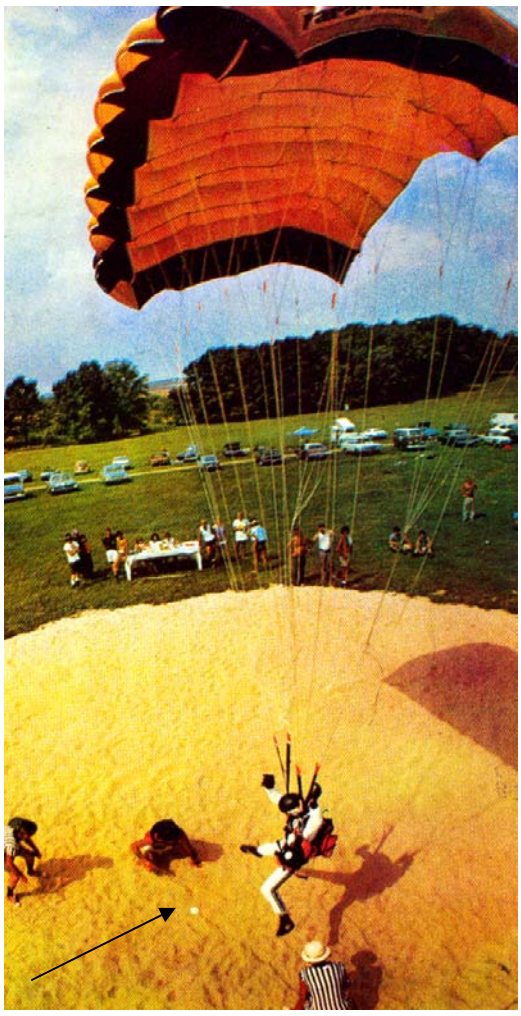


Vrhunski izveden padobranski skok u cilj (na nulu)

Padobranski skok na nulu – podrazumeva skakanje takmičarskog padobranca u cilj, odnosno u središte peščanog kruga ili na veliki naduvani jastuk u kome se nalazi obeležena pločica, koja je dimenzija 10 cm i označena je nulom. Rezultat skoka izražava se (ocenjuje) udaljenošću pete padobranca od centra odnosno nule. Skokovi u nulu (cilj) spadaju u klasične discipline u koje ulaze i padobranske figure.

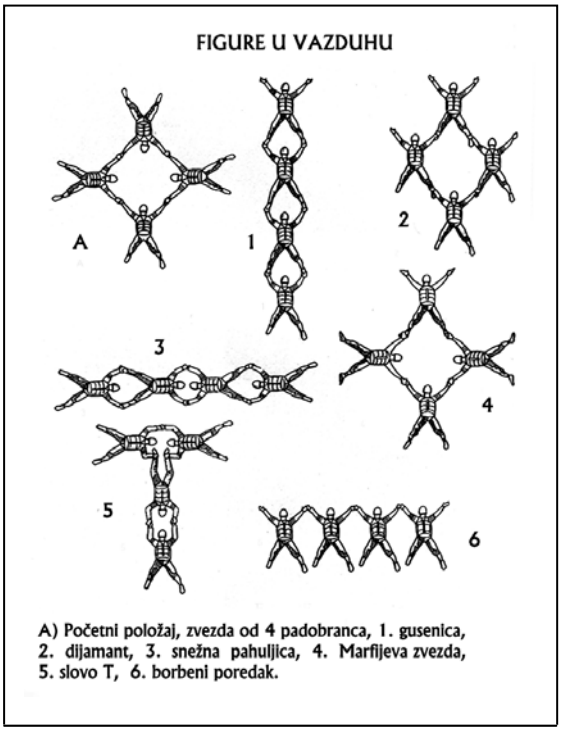
sinske rekorde, a Harison (SAD) skočio je 1930. godine s visine od 2200 m i u zadršci padao čak 1500 m, što je tada bio svetski rekord u trajanju slobodnog pada. U SSSR počinje 1927. godine pripremu najbolji instruktorski kadar padobranaca, da bi (1931) u Lenjingradu bio održan I svesavezni slet padobranaca. U okviru organizacije DOSAAFA, padobranstvo postaje u SSSR masovni sport, koji se razvija u okviru aeroklubova. Posle Drugog svetskog rata obnavljanje sportskog padobranstva počinje prvo u zemljama sa razvijenim padobranstvom (SSSR, i Jugoslavija). Posle oslobođenja, u padobranstvu se posebno razvila sportska disciplina za re-

kordan broj skokova u jednom danu, pa su se u toj disciplini pridružili i jugoslovenski padobranci. Rekordni skok sa



Padobranski skok sa vrhunskom preciznošću
U padobranstvu postoji termin "padobranska nula", to je okrugla ploča prečnika 10 cm, izrađena od plastike, koja može biti opremljena elektronskim elementima osetljivim na dodir i naziva se "elektronska nula", označava preciznost skoka.

visine od 13.400 metara izveo je 1947. godine izveo je sovjetski padobranac V. G. Romanjuk, dok je padobranka E. Vladimirskaja oborila svoj raniji rekord, skočivši sa visine od 5840 m, padajući u zadršci čak 4880 m. Na zahtev većeg broja članica FAI (među kojima i Vazduhoplovni savez Jugoslavije VSJ), odlučeno je na Generalnoj konferenciji FAI, održanoj 1950. godine u Stokholmu, da se i sportsko padobranstvo prihvati kao peta grupa sportskog vazduhoplovstva i određeno je da pripada u grupu G. Tada se pristupilo uvođenju jedinstvenih pravilnika za takmičenja, za rekorde, za sticanje značaka i diploma. Jugoslaviji je pripala čast da bude organizator I prvenstva sveta u padobranstvu, koje je održano 1951. godine u Bledu, gde je pobednik bio francuski padobranac P. Lardi. *Od 1954. godine, redovno se održavaju prvenstva sveta svake druge godine u različitim padobranskim disciplinama (pojedinačno i grupno). X padobransko prvenstvo sveta opet je održano 1970. godine u Jugoslaviji na Bledu, gde su pobedili padobranci iz Čehoslovačke. Prvo prvenstvo Evrope u padobranstvu, takođe je održano u SFRJ 1975.*



A) Početni položaj, zvezda od 4 padobranca, 1. gusenica, 2. dijamant, 3. snežna pahuljica, 4. Marfijeva zvezda, 5. slovo T, 6. borbeni poredak.



Figura u vazduhu (padobranska zvezda od 9 ljudi)

godine u Republici Sloveniji kod Portoroža. Na području Srbije, prvi padobranac bio je Dragutin Dolanski, koji je 1926. godine u Novom Sadu izveo skok padobranom sa visine od 1000 m. Za vreme održavanja I međunarodne vazduhoplovne izložbe u Beogradu 1938. godine, održan je i aeromiting na kojem je izveden grupni skok od desetorice naših padobranaca, među kojima je bila i prva srpska padobranka Katarina Matanović. Na području nekadašnje FNRJ, Jugoslovenska narodna armija je doprinela ogromnoj popular-



Gore sleva: padobranska reprezentacija SFRJ iz 1980. godine, slika desno i dole reprezentacija Srbije: R. Korać, A. Cvetković, S. Marković, S. Terzić. Selektor: Nenad Kuzmanović ((snimak iz 2011).

nosti sportskog padobranstva, tako što je tad stavila na raspolaganje svoj vojni instruktorski kadar, padobrane, avione i pilote – padobranskoj omladini zemlje, a prva padobranska baza formirana je u Rumi 1949. godine. Prvi nastup naših padobranaca na svetskim takmičenjima počeo je 1952. godine u Bolonji (Italija). Od tada naši sportski padobranci i padobranke svrstali su se i među najbolje u Evropi i svetu (J. Lutovac je bio svetski šampion, kao i D. Damjanović i P. Mađarević). Sportski padobranci reprezentacije Jugoslavije, u pojedinačnoj i ekipnoj konkurenciji, samo u periodu od 1950-1960. godine, čak osam puta obarali su svetske rekorde. *Oprema sportskog padobranca*, sastoji se od: glavnog padobrana, rezervnog padobrana, zaštitne kacige, naočara, kombinezona, cipela, štoperice ili visinometra. *Glavni padobran* nosi se složen u naprtnjači i na leđima, dok je *rezervni* obično smešten na grudima, a može se nositi i zajedno s glavnim pa-



Pakovanje padobrana



Skok u dvoje (relativ)





Kup u padobranstvu (snimak XXI vek)



Saša Jojić iz Novog Sada, jedan od najpoznatijih padobranaca bivše SFRJ, Srbije i Evrope, koji je i instruktor padobranstva na Novom Zelandu. Na slici, priprema za obaranje SR i skakanja sa visine od 30 km (2010. godine).

dobranom na leđima. Za visinske skokove iznad 4000 m padobranac mora imati inhalator s kiseonikom, a pri skokovima sa zadrškom padobranac ima uređaj za automatsko otvaranje . Padobran se sastoji od kupole napravljene od nekoliko segmenata (svile, najlona, perlona), konopaca i slobodnih krajeva koji kupolu vežu uz sistem veza. Najčešće kupola ima oblik polulopte, a ponekad je pravougaona s laminarnim profilom krila. Klasična kupola (polulopta površine cca 50 m^2) za prosečnu težinu padobranca od 75 kg, obezbeđuje maksimalno propadanje od 6,5 m/sek, dok je kod tzv. „krila“ ta brzina daleko manja, i pored njegovih 17 m^2 površine. Zatvaranjem ili otvaranjem specijalnih pro-

reza, tj. jednostavnim povlačenjem komandnih konopaca, padobran se usmerava ka željenom pravcu, usporiti ili povećati horizontalnu brzinu kao i brzinu propadanja. Složen padobran uvučen u navlaku a potom u naprtnjaču, povezan je sistemom konopaca s telom. Povlačenjem ručice otvara se naprtnjača iz koje izlazi najpre mali padobrančić koji izvlači i skida navlaku s kupole, a zatim iskoči i glavni padobran čime se ublaža-

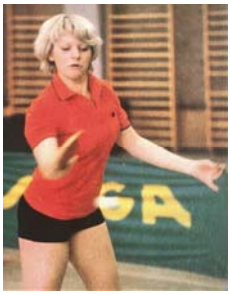


Sportski padobranac (levo) i padobranac vojske Srbije (2011)

va udarac otvaranja padobrana. *Rezervni padobran* ima kupolu u obliku polulopte, površine od oko 40 m^2. *Automat* se koristi pri skokovima sa zadrškom, a osnovni mu je zadatak da se padobran na zadatoj visini sam otvara. Radi na principu barometarskog pritiska i obavezan je za mlade skakače. *Visinomer (štoperica),* nalaze se na naprtnjači rezervnog padobrana, na grudima, i oni su obavezni deo opreme za skokove sa zadrškom. Štopericom se kontroliše vreme slobodnog pada, a visinomerom se kontroliše visina. Cipele, kombinezon i kacigu skakači biraju u zavisnosti od vrste skokova. Lakše cipele koriste se za figurativne i RW skokove, a teže ali udobnije cipele za skokove na cilj, jer su tada noge padobranca izložene najvećim opterećenjima. *Priprema sportskih padobranaca je veoma složen zadatak svakog instruktora. Ona se sastoji od upoznavanja osnovnih načela aerodinamike, tehnike skoka, kompletnog programa obuke na zemlji, nakon čega se sprovodi izbor skakača po medicinskim kriterijumima. Fizička priprema je neizostavna, ona razvija i elastičnost skočnih zglobova, snagu trbušnih mišića, jačinu ruku, brze reflekse i veliku pokretljivost tela. Sve vežbe se moraju podrediti programu. Posle završene osnovne obuke koja sadrži 50 skokova, padobranci polažu stručni ispit nakog čega dobijaju sportsku licencu i prelaze na viši stepen obuke. Veliki deo padobranske veštine može se veoma dobro uvežbati i na zemlji, i od stepena utreniranosti zavise i vrhunski uspesu u padobranstvu, kao sportskoj disciplini.* Na teritoriji Srbije, na aerodromu „Naša krila“ u Paraćinu, vrši se obučavanje sportskih padobranaca i padobranki, gde je angažovana i poznatija instruktorka padobranstva *Svetlana Simić Cica.*

PA-KUA, vrsta tradicionalnog kineskog boksa, veština potekla iz 18. veka. Tehnike u ovoj drevnoj borilačkoj veštini su sa kružnim kretanjima, sa niskim nožnim udarcima u donju regiju tela.

PALATINUŠ ERŽEBET (rođena u Čoki, 1959), bivša poznata reprezentativka SFRJ u stonom tenisu. Tim sportom počela se baviti od osme godine, pod nadzorom trenera Ištvana Saboa. Započela u STK „Proleter“ iz Čoke, a sa trinaest godina postala prvakinja SFRJ u pojedinačnoj konkurenciji. Takav uspeh je ponovila 1974. i 1975. godine, a na Balkanskim igrama je osvojila čak 7 zlatnih medalja. Na prvenstvu Evrope u Pragu 1976. godine, osvojila je (zajedno sa Stipančićem) zlatnu medalju u igri mešovitih parova. U konkurenciji ženskih ekipa na PE je igrala u reprezentaciji SFRJ 1975. godine u Zagrebu i osvojila zlatnu medalju, a 1976. godine na međunarodnom turniru „Evropa Top 12“ u Libeku osvojila 2. mesto. Dobitnica *Spartakove nagrade* 1977. godine.



PAP LASLO (Budimpešta, 1926-2003), mađarski bokser, pobednik na Olimpijskim igrama (1948, 1952, 1956) u srednjoj i poluteškoj kategoriji. Dvostruki evropski šampion, u srednjoj kategoriji 1946, a u poluteškoj 1951. Odlazi u profesionalne boksere 1957. godine i osvaja prvenstvo Evrope 1962, a takođe je i šest puta odbranio stečenu titulu evopskog prvaka. Posle dužeg i aktivnog bavljenja boksom, povlači se u trenersku oblast. Od 1964. godine bio je najbolji trener Budimpešte.

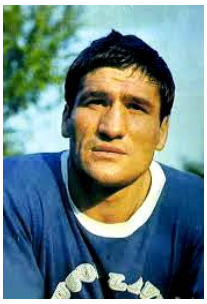


PARAGLAJDING, grana iz sportskog vazduhoplovstva slična padobranstvu, a od koga se razlikuje jer je paraglajding opasan sport, strujanje vazduha može odneti takmičara na čak 10.000 m visine, kao i na velike daljine, a i faza sletanja je kritičnija. Paraglajder se sastoji od: kupole, konopaca, žica, i ručica za upravljanje (sa rezervnim padobranom u slučaju opasnosti). Ovaj sport je dobio ekspanziju 80-ih godina XX veka. Prvensvo Evrope 2008. godine je održano u Srbiji na teritoriji Niške Banje, a šampion Evrope bio je *Francuz Greg Blondo, 2. mesto Endi Ebi, a 3. je bio Španac Gomez Lezer*. Učestvovalo je 30 zemalja. Poznati naš paraglajderista je *Zoran Petrović, a najbolja na svetu Nemica Eva Višnjerska, koju je njen paraglajder (neželjeno) odneo čak na 10.000 m visine, pa je jedva preživela let. Dvostruki SP je Slovenac Matijaž Ferarić. Svetski šampion „World air games 2009" u Avijanu je Goran Đurković, Vršac (Srbija).*





PARLOV MATE (Split, 1948 – Pula, 2008), *jedan od najboljih svetskih boksera, reprezentativac i zaslužni sportista SFRJ. Osvajač zlatne medalje na prvom prvenstvu sveta 1974. godine u Havani (u poluteškoj kategoriji), zlatna medalja (OI, Minhen, 1962).*



Dvostruki prvak Evrope iz Madrida, 1971, i iz Beograda 1973. godine, vicešampion PE, Bukurešt, 1969, višestruki šampion Balkana i Mediterana, dvostruki osvajač „Zlatne rukavice", bio je šampion SFRJ deset puta. Do učešća na PS u Havani (1974), imao je ukupno 275 borbi, uz samo 9 poraza, a time postigao da bude jedan od najuspešnijih boksera na jugoslovenskim prostorima. Posle 1974. odlazi u profesionalce, pa pobedom nad italijanskim bokserom D. Adinolfijem 1976. godine postaje u poluteškoj kategoriji i profesionalni evropski šampion.

PARAOLIMPIJSKE IGRE, osnovao ih je Ludvig Gutman, šef bolnice u Ejlsberiju (Engleska), kao najveći stručnjak za oštećenje kičme. *To su Olimpijske igre sportista sa fizičkim oštećenjima, paraplegijom, cerebralnom paralizom, amputacijom, kao i oštećenjima vida. Para-OI su otvorene 29. jula 1948. godine u Londonu, a od 1960. godine one se održavaju svake godine u drugoj zemlji.*



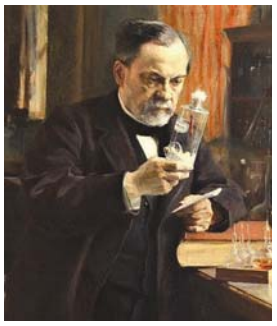


Na Paraolimpijskim igrama u Londonu, 2012, olimpijsku zlatnu medalju za Srbiju i svetski rekord u disciplini bacanja čunja, osvojio je **Željko Dimitrijević (1971)**, na slici (sa hicem 26,88 m)

PARTIZAN FUDBALSKI KLUB, u okviru Sportskog društva „Partizan" iz Beograda. Godine 1946. osnovano je sportsko društvo sa 22 kluba, od kojih su najpoznatiji fudbalski, vaterpolo, košarkaški i atletski klub. Fudbalski klub „Partizan" osnovan je 1946. godine u Beogradu. Kao jedan od najuspešnijih klubova bivše Jugoslavije i Evrope, u pe-

riodu od svog osnivanja 1946, pa do 1976. (u tri decenije postojanja), osvojio je sedam puta prvenstvo Jugoslavije (1946/47, 1948/49, 1960/61, 1961/62, 1962/63, 1964/65 i 1975/76), a kup Jugoslavije četiri puta (1947, 1952, 1954 i 1957). U 1966. godini fudbalska ekipa „Partizana" igrala je u finalu Kupa Evrope nacionalnih prvaka. FK „Partizan" izgradio je svoj velelepni stadion koji je otvoren 9. X 1949. godine i nazvan je „Stadion JNA". Prva utakmica koja je odigrana na tom stadionu, bila je posle samog čina otvaranja stadiona, a odigrana je između reprezentacija Jugoslavije i Francuske. U periodu prvih 30 godina postojanja kluba, u njemu su se istakli fudbaleri koji su igrali i za reprezentaciju Jugoslavije, pa čak i za reprezentaciju FIFA: *Šoškić, Atanasković, Jovanović, Galić, Vasović, Milutinović, Kaloperović, Bečejac, Kovačević, Zebec, Čajkovski, Brozović, Bobek, Glaser, Vukotić, Šoštarić* i ostali. Uspešan i aktuelni sastav „Partizanovog" tima iz 2009. i (2010. g.) činili su fudbaleri: *M. Božović, Ilić, Radosavljević, D. Božović, Đorđević, Krstajić, Stefanović, Knežević, Gavranić, Obradović, Lazevski, M. Jovanović, B. Jovanović, Kosorić, Petrović, Fejsa, Brnović, Vujović, Maletić, Ilić, Ljajić, Tomić, Moreira, Diara, Bogunović, Stanković, Kleo, Davidov...* Treneri kluba: bivši *Slaviša Jokanović,* a u 2010. godini trener je *Aleksandar Stanojević.* Na stadionu u Humskoj (u maju, 2008), FK „Partizan" je osvojio 10. kup trofej u istoriji *Lav kup Srbije,* a postao je fudbalski šampion Srbije i za 2010. U velikom takmičenju za *Ligu šampiona Evrope,* FK „Partizan" je odigrao sjajne partije protiv belgijskog „Anderlehta", na utakmicama u Beogradu (2:2), i u glavnom gradu Belgije Briselu (3:2), plasiravši se za dalja takmičenja najboljih u Evropi.

PASTER LUJ (u Dolu, 1822 – S. Klud, 1895), poznati francuski hemičar i biolog, doktor nauka i član Francuske akademije. Između mnogih njegovih zasluga za nauku, veoma je značajno Pasterovo otkriće da u živoj materiji opada potreba supstrata ako se anaerobna glikoza pretvara u anaerobni metabolizam,



što je posebno značajno i za telesno vežbanje (Pasterov efekat). Naime, dovođenje kiseonika u organizam čoveka se smanjuje, pa dolazi do otežanog disanja i do porasta vrenja i obratno, a većim dovodom kiseonika u organizam dolazi do lakšeg disanja i do opadanja vrenja.

PATERSON FLOJD (Vako, Severna Karolina, 1935-Nju Palc, Njujork, 2009), američki bokser, bio olimpijski pobednik Helsinki, 1952), svetski prvak iz 1956. i 1960. godine *(pobedom nad Johansonom).*

PAUERLIFTING (*engl. powerlifting*), ili sportska disciplina iz 3 isprobavanja snage: *iz čučnja (snaga nogu i leđa), benč-pres (snaga ruku i grudi), i mrtvo dizanje (snaga leđa i hvata).* U ovoj sportskoj disciplini





održavaju se prvenstva sveta u 12 težinskih kategorija i gde se nadmeće oko 450 takmičara. *Svetski šampion za 2000, 2004, 2010. godinu je mr Milan Jovanović (rođ. 1970) iz Niša (Srbija),* koji je u benč-presu i pauerliftingu bio svetski šampion WPA, WPC, GPC.

PEJNTBOL, taktička sportska igra u kojoj se simuliraju kratki vatreni kontakti u ograničenom prostoru. Puca se lopticama punim boje, a u svojoj formi

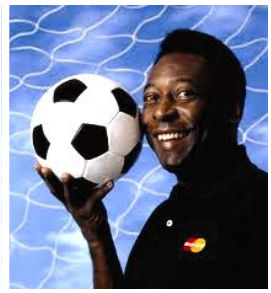
igra je vrlo jednostavna. Grupa igrača se naizmenično lovi i međusobno izbegava, sve dok jedna osoba ili ekipa ne pobedi drugu. Pobednik je onaj koji poslednji ostane u igri. Pejntbol je nova i modernizovanija verzija sportske





igre šuge. Sva oprema koja se koristi je: *marker, maske, zaštitno odelo, loptice, kuglice napunjene želatinom, koji se rastvara u vodi, specijalne puške za ispaljivanje loptica*, a sve loptice su napunjene bojom.

PELE, pravo ime Arantes do Nascimento Edson, rođen u Tres Korakoisu, Minas Geirasu (1940-2022), slavni brazilski fudbaler. Bio je član „Santosa". Pele je igrao u fudbalskoj reprezentaciji Brazila, koja je od 1958-1970. osvojila tri puta svetsku titulu u fudbalu. Godine 1959. proglašen je najboljim svetskim



fudbalerom, kome je na najvećem stadionu na svetu na Marakani u Rio de Žaneiru, postavljena i spomen-ploča. Pele je 1960, 1964. i 1965. godine proglašen najboljim fudbalerom Južne Amerike, igrao je za svoj klub Santos koji je 1962. i 1963. osvojio svetski kup. U 1969. godini postigao je i svoj 1000. gol. Poslednju međunarodnu utakmicu, odigrao je 1971. godine u Rio de Žaneiru, sa reprezentacijom Jugoslavije. Posle uspešne karijere posvećuje se promociji fudbala i pisanju, a jedna od knjiga je memoarske građe „Ja sam Pele".

PELOTA (španski termin: mala lopta), označava nekoliko vrsta sportske igre u kojoj takmičari, koristeći rukavicu ili neko drugo sredstvo, udaraju loptu direktno ka partnerima ili zidu, tako da se udarena lopta odbije i opet vraća ka njima. Ova vrsta sporta u vezi je sa rukometom i igrom „džej alaj" u kojoj učestvuju po dva ili četiri igrača na terenima sa jednim, dva ili tri zida. U igri se koriste reketi, rukavice ili palice. U zemljama južne Evrope (Španija), sportska igra pelota je profesionalni sport, koji je veoma primamljiv i za masovna klađenja.

PENTJAK-SILAT, opšta univerzalna indonežanska borilačka veština. Malo je poznata izvan Indonezije. Prvi pisani dokumenti o veštini kao borilačkom sistemu nalaze se u 8. veku. Na indonežanskim ostrvima nastao je veći broj parcijalnih borilačkih veština, pa je feu-



Majstori indonežanske borilačke veštine pentjak-silat (u prikazu vrhunskih tehnika borenja)

dalna klasa tad prihvatila i modifikovala najbolje elemente za treniranje boraca i vojnika, tako da je od 13. do 16. veka veština poprimila takmičarski karakter, pa do današnjeg dana veština nije promenjena. Ta veština je vrlo specifična, koriste se vrlo niski stavovi, negeometrijska kretanja, čije su sve putanje krive linije, svi udarci su vrlo visoki, a ručne tehnike su kratke i brze, sa svim mogućim udarnim površinama. U pravom prevodu (pentjak) bi značilo odbrana, samoodbrana, tehnika i metod samoodbrane, a (silat) bi značilo borenje, kompeticija i otpor neprijatelju, što je put ka primarnoj akciji. Postoji 150 stilova.

PERISAI, stil iz indonežanske borilačke veštine (videti pod *pentjak-silat).*

PEROVIĆ-PEŠUT DESANKA (Vrbas, 1941 - 2021), višestruka šampionka Jugoslavije u streljaštvu, prvakinja EP i dvostruka šampionka sveta (na SP u SAD, 1970. godine) osvojila 2 zlatne 3 srebrne medalje (strelj. disciplina malokalibarska i vazdušna puška). U takmičenju na prvenstvu SFRJ ukupno osvojila 9 zlatnih, 20 srebrnih i 6 bronzanih medalja, prvak Mediterana i Balkana.



PERUNOVIĆ MIODRAG (Cetinje, 1957), bivši reprezentativac SFRJ u boksu, vicešampion sveta (1978), šampion Evrope, Balkana i Mediterana, osvajač *Zlatne rukavice*, bio i selektor Bokserske reprezentacije SFRJ (prikaz na slikama).







PETKOVIĆ MOMIR (1953), reprezentativac SFRJ u rvanju grčko-rimskim stilom. Bio je višestruki prvak Jugoslavije u periodu 1972-1976, olimpijski šampion Montreal, 1976, vicešampion PS i *Zaslužni sportista SFRJ.*



PETROSJAN TIGRAN (u Dbilisiju, 1929 – Moskva, 1984), jedan je od najboljih sovjetskih i svetskih šahista, velemajstor od 1952. Bio deveti prvak sveta (1963-1969). *Pobedom nad šampionom M. Botvinikom, 1963. postao je svetski šampion. Naslov svetskog prvaka odbranio je i sa B. Spaskim. Objavio i više knjiga iz šaha, a poznatija je „Шахматы и философия".*

PETROVIĆ TATJANA (u Beogradu, 1967), jedna od najboljih jugoslovenskih karatistkinja, majstor 7. DAN. *U periodu 1989-2001, bila je 27 puta šampion bivše Jugoslavije, Balkana, prvakinja Japana (1994), šampion SAD (1995,1997, 2000),*

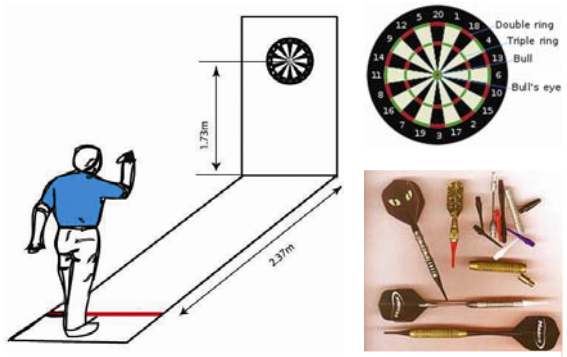






3. u Evropi (1993), 2. u Evropi (1994), šampion Evrope (2000. i 2001), na PS bila (3.) 1992, a svetska šampionka (2001).

PIKADO (engl. darts), društveno-sportska igra bacanja specifične strelice (pikado) u posebo označenu metu. Ova zanimljiva igra je dobila svoj zamah u Velikoj Britaniji, u kojoj egzistira 7000 pikado-klubova, i u koje je učlanjeno oko šest miliona igrača, koji su osnovali i nacionalnu organizaciju. Britanska nacionalna organizacija priređuje takmičenja na kojima se nadmeću pikadisti za trofej Lonsdejl. Međutim, i u ostalim evropskim zemljama, kao i na američkom



Igrač pikada (teren), meta i profesionalne strelice

kontinentu pikado je uspevo da stekne i atribute ozbiljnije sportske discipline, jer se samo u toku treninga strelica baci preko 30.000 puta. *Pravila pikado sporta su u skladu sa primenom propisa Svetske pikado federacije (WDF), a takmičenja u Srbiji se igraju pod okriljem Pikado federacije Srbije ili PFS, a takmičenja se odvijaju korišćenjem standarnih meta i sa pravilima: Linija bacanja mora biti uzdignuta od nivoa poda za 38 mm i dužine 610 mm, meta mora biti osvetljena*

jačinom svetla od najmanje 100 W, a ako se pikado igra na bini osvetljuje se sa dva svetla. Prostor za igru koriste samo igrači i službena lica, a pored mete mora biti tabla za beleženje skora. Dok jedan igrač baca strelicu, drugi igrač mora biti udaljen od njega najmanje 60 cm. Ako se igra na bini koriste se i kamere sa monitorima, a meč prate objavljivač i dva markera. Pikadisti obezbeđuju svoje strelice sa dužinom do 30,5 cm i do težine 50 grama. Srelica se sastoji od zašiljenog metalnog vrha koji je pričvršćen za cev strelice, a na zadnjoj strani cevi pričvršćen je vrat sa perom, koji se sastoji od pet delova (pero, učvršćivač pera, protektor i vrat). Takmičari nose odeću prikladnu za pikado: tamne pantalone sa cipelama ili sportskoj obući tamne boje, košulje i majice sa kragnama i sa obeležjem svojim klubova, a na internacionalnim takmičenjima znak PFS. <u>*Meč:*</u> *pikado se igra između dva takmičara, ekipe ili para, a meč je podeljen na setove ili legove. Leg je najmanja jedinica igre koja se završava pobedom ili porazom, set je deo meča koji se sastoji od neparnog maksimalnog broja legova. Pobednik u setu je takmičar koji prvi osvoji onaj broj legova koji je veći od polovine ukupnog maksimalnog broja legova na koliko se set igra. Takmičenje se odvija na maksimalni broj legova ili setova, u dve varijante: a) na neparni ukupan broj legova ili setova s tim da se igra dok jedan od igrača ne osvoji onaj broj setova (legova), koji mu obezbeđuju ukupnu pobedu u meču (veći od polovine od ukupnog maksimalnog broja legova, a varijanta b) igra se na paran ukupan broj legova (setova), pa ukupan rezultat meta može biti i nerešen.* <u>*Igra parova:*</u> *na svakoj strani nastupaju po 2 takmičara, koji se smenjuju tako da svaki igrač baca po pednu seriju, a parovi mogu biti muški, ženski ili mešoviti.* <u>*Ekipni meč:*</u> *tim se sastoji od 4 igrača, svaki igrač jedne ekipe igra po jedan leg sa svakim igračem druge ekipe. Ekipni meč sastoji se od 16 legova stim da je pobednik ekipa koja prva dobije 9 legova, a ako je nerešeno (8:8), odlučujući leg igraju po jedan igrač ili par iz svake pikado-ekipe.*

PLES (engl. dance, franc. danse, rus. пляс, nem. Tanz, ital. danza), *ritmom sređen i oblikovan redosled pokreta tela. Pod plesom se smatraju sve vrste kretanja, počev od svečanog hoda pa do složenih ritmičkih sekvenci koraka, trka, poskakivanja kao i skokova, od skladnog kretanja udova i trupa do nekontrolisanog razmahivanja, od monotonog okretanja i kruženja do besomučnih okreta i zavrtanja.* Poznati Nemački muzikolog K. Saš (1881-1959) smatra da je ples u počecima uopšteno bio motorička reakcija na pojačano veselje, igra viška snage, koja se ispoljava u ritmički skladnom kretanju. U ritmu plesa motoričke reakcije čoveka na takva pojačana uzbuđenja postaju veoma živahna.

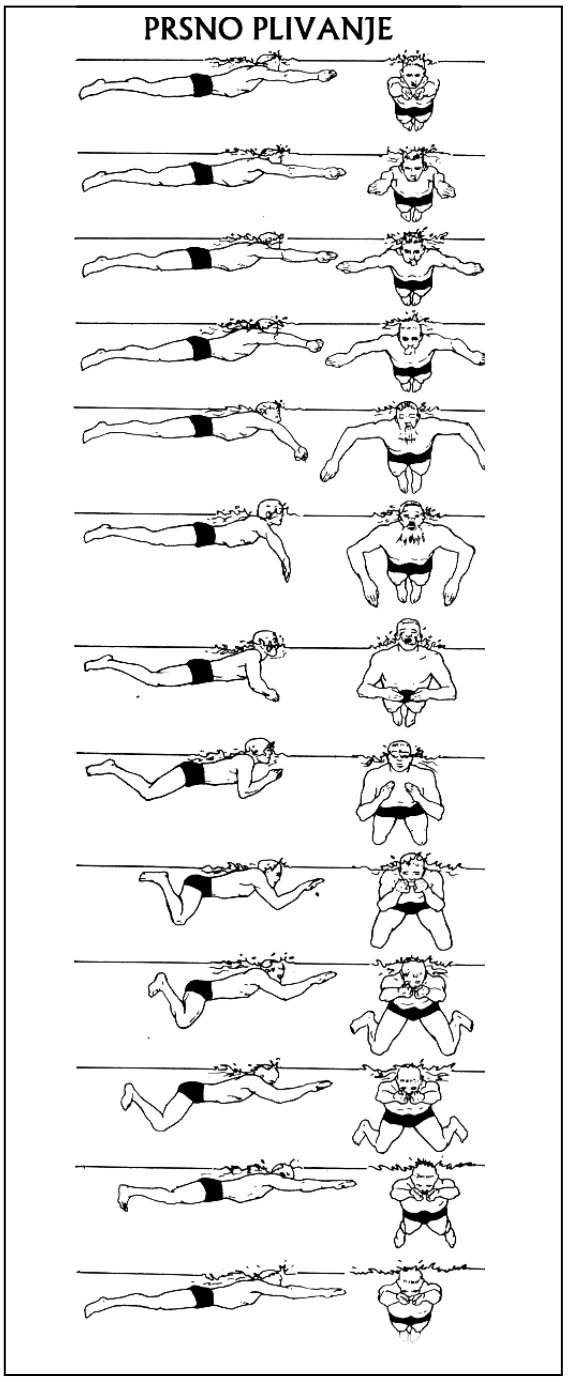
PLIVANJE (nem. Schwimmen, engl. swimming, rus. плавание, franc. natation), skup usklađenih pokreta koji čoveku u vodi omogućavaju da se održi na njezinoj površini i da se pomoću različitih pokreta kreće napred. Pretpostavka je da je čovek tu veštinu instinktivno naučio, iz životne potrebe, tražeći u vodi plen – ili spasenje. Međutim, u od-



Drevni prikaz asirskog plivača na mešini (2400. g.p.n.e)

nosu na konja, psa, kao i mnoge druge životinje koje su predodređene da mogu po rođenju plivati, to kod čoveka nije slučaj, jer njegova konstitucija nije predodređena za pokrete po vodi, tako da je čovek morao da plivanje nauči sam. Razume se, da je čovek od samog svog postanka, veoma, veoma davno naučio i da pliva. Drevni praistorijski pećinski crteži, svojim sadržajima sugerišu da je čovek davno naučio da pliva, pa na tim crtežima današnji stručnjaci za plivački sport – mogu da protumače i kojim sti-

lovima su plivali preistorijski ljudi. Prvi udžbenik o plivanju napisao je 1538. nemački autor Nikolaus Vinman iz grada Ingolštata, pod nazivom *Colymbetes, sive de arte natandi*, sa ciljem da se pomogne



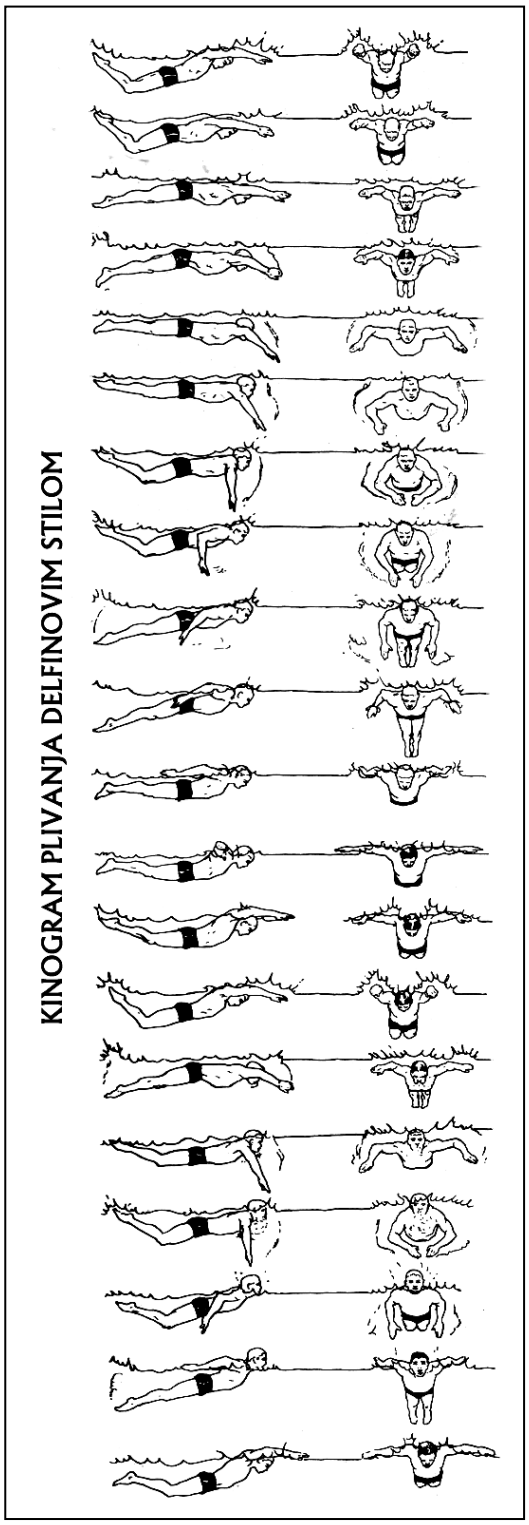
onima kojima preti utapanje u vodi. On stručno pisuje prsno plivanje (naziva ga „žablje plivanje“), dok pasje plivanje on ne smatra podesnim. Pola veka kasnije, Englez Edvard Digbi (1587) izdaje u Londonu knjigu o plivanju, a (1896) to isto takođe čini i Francuz Melhisedek Teveno, pa 1794. godine Italijan Oronco de Bernardi, koji je u knjizi o plivanju opisao i prve plivačke tehnike, koje će se mnogo decenija kasnije proučavati u plivačkom sportu u celom svetu, takođe je Bernardi u svom delu prikazao i hidrodinamičke zakone u vezi sa čovekovim pokretima u vodi. Krajem XVIII veka, nemački stručnjak plivanja (1789), J. Guts, u svojoj knjizi daje uputstva o učenju plivanja na grudima i leđima, a



Plivanje prsnim stilom (plivačica)

1817. godine pojavljuje se i udžbenik Ernsta Fuela, a koji je među prvima u svetu prezentovao i analitičku metodu plivanja. Pre toga je Ernst Fuel osnovao u Pragu prvu vojničku plivačku školu. Ipak, bez obzira što je u bibliotekama u evropskim zemljama bilo tih nekoliko objavljenih dela o plivanju, plivanje kao telesna vežba još nije bilo dobilo svoje zapaženo mesto u društvu. Zanimljivo je da je bio veći broj zemalja u kojima je plivanje smatrano kao nepristojan način obznanjivanja pred gledaocima, pa su čak i „plivače“ strogo kažnjavali zatvorom. Francuska je bila prva zemlja koja je te stereotipe u vezi sa plivanjem razbila u paramparčad, otvaranjem prvog javnog kupatila u svetu (1760), a u Upsali (1776) osniva se i prvo plivačko udruženje koje egzistira i danas. Krajem XVIII i početkom XIX veka osnivaju se škole plivanja u Nemačkoj, Austriji, Češkoj i Engleskoj, a Engleska je plivanje uvela kao takmičarsku disciplinu, pa

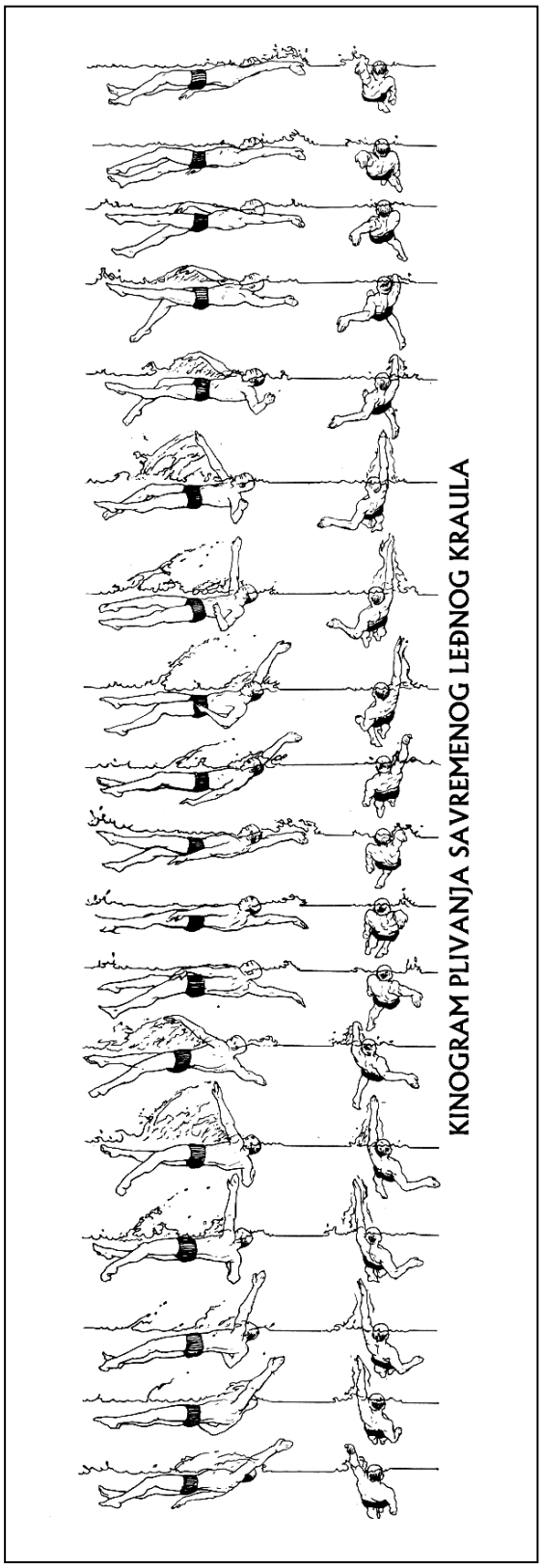
je u Londonu formiran *prvi plivački klub* 1867, a nešto kasnije organizovan je prvi plivački šampionat. Razvoj plivanja u



KINOGRAM PLIVANJA DELFINOVIM STILOM

Engleskoj doprineli su oficiri koji su bili u vojnoj službi u Indiji, i otuda doneli bočno plivanje, koje su već poznavali svi narodi pacifičkih ostrva. Takva vrsta plivanja se veoma brzo proširila po Evropi i Severnoj Americi. Velikoj popularizaciji plivanja u svetu dopineo je epohalni poduhvat 1875. godine, kada je Metju Veb sam preplivao i engleski kanal Lamanš za ukupno vreme od 21 čas i 45 minuta. To davno preplivavanje Lamanša, kasnije će ono biti uvedeno i kao redovna oblast takmičenja – maraton. Ipak, pravo sportsko takmičarsko plivanje počinje krajem XIX veka i ono je uključeno u program Olimpijskih igara 1896. godine u Atini, i to u četiri plivačke discipline: na 100, 500 i 1200 m slobodnim stilom i u posebnom programu na 100 m slobodnim stilom, koje su uglavnom bile namenjene takmičarima grčkim mornarima. U programu su se tad našle i mnoge druge plivačke discipline kao što su plivanje na 4000 m slobodnim stilom, 200 m preko prepreka, zatim ronjenje – što je sve bio balast i nepotrebno, tako da su te discipline eliminisane na Olimpijskim igrama u Londonu 1908. godine, pa su plivačke discipline dobile svoju pravu „klasičnu“ olimpijsku formu, kakva se održala i do današnjih vremena. Na Olimpijadi u Stokholmu 1912. godine, nastupile su i žene. U periodu do Prvog svetskog rata, sportsko plivanje najviše je napredovalo u SAD, Nemačkoj, Mađarskoj i Engleskoj, a važno razdoblje između dva rata krunisano je 1924. godine na Olimpijadi u Parizu, pojavljivanjem velikih plivačkih zvezda kao što su bili: Džoni Vajsmiler (glumac Tarzana), koji je bio olimpijski pobednik u plivačkoj trci na 100 m (59,0 sek.), i 400 m slobodno (5.04,2 min), kao i u štafeti 4x200 metara, zatim i slavni plivači A. Borg, B. Čarlton, Kahanamoku itd. Na Olimpijskim igrama 1924. godine, prvi put su se pojavili i japanski takmičari, koji su imali zapaženog uspeha. Na Olimpijadi 1928. godine opet će dominirati slavni (glumac Tarzana) Džoni P. Vajsmiler u trci na 100 m i štafeti 4x200 m, a tako-

đe će postati i svetski šampion. Vajsmiler će biti upamćen kao jedini plivač u svetu koji je razdaljinu od 100 m prešao ispod jednog minuta (58,6 sekundi) na Svetskom prvenstvu u plivanju 1922. godine. Takođe, Džoni Vajsmiler će čak 22 puta osvojiti svetsku titulu plivačkog šampiona. Međutim, Vajsmiler se posvetio snimanju brojnih filmova o slavnom junaku Barouzove knjige „Tarzan, kralj džungle", tako da je svojim povlačenjem pružio šansu nekim budućim svetskim plivačkim šampionima. Takvi su se pojavili u reprezentaciji Japana, koji će na Olimpijskim igrama 1928. u Amsterdamu osvojiti zlatnu medalju, a 4 godine kasnije, na Olimpijadi u Los Anđelesu (1932) pobedili su Amerikance i u potpunosti im preoteli primat u plivanju sa slobodnim stilom, kao i u štafeti 4x200 m. Japanci su dugo vladali svetskim plivačkim tronom, sve do početka Drugog svetskog rata. Međutim, što se tiče plivanja na evropskom tlu, za razvoj plivanja u Evropi najvažnija su bila PE, koja su počela 1926. godine. Posle Drugog svetskog rata, u celom se svetu počinje više pažnje posvećivati i plivačkom sportu, pa se grade brojni zatvoreni i otvoreni bazeni, zatim plivanje ulazi u obavezan sastav odgoja i vaspitanja u školskim ustanovama, pa je time omogućena i rana selekcija talentovanih kadrova i mladih plivača. A na tlu bivšeg jugoslovenskog prostora, plivanje je imalo ozbiljan tretman najviše u Kraljevini Srbiji, gde je u periodu od 1891. godine plivanje kao sredstvo telesnog vaspitanja bilo uključeno kao obavezan predmet u programima za IV razred srednjih škola. Posle toga prvi organizovaniji oblici plivačkog sporta zabeleženi su na prelazu u XX vek, najpre u Vojvodini (Sombor, Subotica, Veliki Bečkerek). Od sredine XX veka, jugoslovenski plivački sport dao je brojne šampione saveznog, balkanskog, evropskog, svetskog i olimpijskog nivoa.



Na Olimpijadi u Sijudad Meksiku, 1968. Jugoslaviju je proslavila plivačica Đurđa Bjedov (zlatna medalja na 100 m prsno i srebrna medalja na 200 m prsno),

zatim prvakinja Evrope Mirjana Šegrt, kao i drugi plivači i plivačice, koji su dali ogroman doprinos plivačkom sportu i popularizaciji naše zemlje. Morfološka i starosna struktura današnjih vr-



Olimpijski bazen u Smederevu

hunskih plivača je bitno izmenjena u odnosu na plivače ranijih igara. Nosioci olimpijskih medalja na poslednjim Igrama u proseku su stari 22 godine (muškarci), a 20 godina (žene), visoki 186-192 cm (muškarci), a 170-177 cm (žene), teški 75-80 kg (muškarci), a od 40-70 kg (žene). Plivačka takmičenja se održavaju u olimpijskim bazenima koji su dužine 50 (širina 22,8 m sa minimalnom dubinom 1,98 m) ređani sa osam staza (svaka staza je širine 2,5 m). Na bazenu su postavljene i zastavice, kao orijentiri za plivače leđnom tehnikom, udaljene pet metara od čeonih strana bazena i konopac za pogrešan start na udaljenosti od 15 metara od čeonih strana bazena. U vezi sa prijavama za takmičenja, nacije prijavljuju sve takmičare: a) po kvoti jednog muškog kao i jednog ženskog takmičara; b) po jednog takmičara za svaku disciplinu ukoliko je takmičar ispunio „B NORMU“ (blažu normu, odnosno nešto slabiju nego što je to „A NORMA“); c) po dva takmičara za svaku disciplinu ukoliko je takmičar ispunio „A NORMU“. Na takmičenju, svi prijavljeni sportisti učestvuju u kvalifikacionim trkama koje se, za svaku disciplinu, plivaju u toku prepodnevnog dela takmičenja i na osnovu ukupnog plasmana 16 prvoplasiranih učestvuje u popodnevnim finalnim takmičenjima: „A finale“ za plasman od prvog do osmog mesta i „B finale“ za plasman od devetog do šesnaestog mesta. Vreme se meri elektronski, sa tačnošću od jedne stotinke. U sklopu plivačkog i takmičarskog bazena nalazi se startna platforma sa brojevima, a specijalna gu-

NAJBOLJI PLIVAČI PLANETE XXI VEKA



Milorad Čavić (Srbija)
(Anahejm, USA, 1984)



Majkl Fred Felps (USA)
(Merilend, USA, 1985)

mena peraja i prstenovi drže talase pod kontrolom. Svi takmičari se, po pravilu, raspoređuju u staze i kvalifikacione grupe, tako što plivači sa boljim vremenom plivaju u poslednjim grupama i raspoređuju se po stazama počev od četvrte staze; slede: 5, 3, 6, 2, 7, 1, 8. Od plivačkih stilova, treba istaći *slobodan stil* ili prsni kraul, kao najbrža tehnika plivanja, gde se plivač nalazi u prsnom položaju i naizmenično izvodi propulzivne pokrete nogama i rukama (najčešće u toku jednog ciklusa rada rukama izvodi šest udara nogama). Diše se uz okretanje glave na jednu ili obe strane. Okret ili ulazak u cilj podrazumeva dodir čeonog zida bazena bilo kojim delom tela. *Leđni kraul*, tehnika u kojoj se plivač nalazi u leđnom položaju i za vreme jednog ciklusa zaveslaja rukama ostvaruje šest ciklusa zaveslaja nogama. Nakon starta i okreta dozvoljeni su pokreti nogama, a karakteristični za te-

hniku delfin. U toku okreta plivač iz leđnog položaja prelazi u prsni i nakon koluta napred i dodira nogama čeonog zida bazena, započinje plivanje nove deonice. U toku starta prsti stopala ne smeju biti izvan vode. *Prsno*, stil u kome se plivač nalazi u prsnom položaju i u toku plivanja starta i okreta zaveslaji rukama i nogama moraju biti: istovremeni, simetrični, a ramena i kukovi se moraju nalaziti u horizontalnoj ravni. Posle starta i okreta, u toku ronjenja, dozvoljeni su jedan zaveslaj nogama i rukama. Ulazak u okretište i cilj mora biti simetričan i istovremen. Pravila dozvoljavaju oscilacije tela (uranjanje glave i uranjanje kukova), zbog čega se u

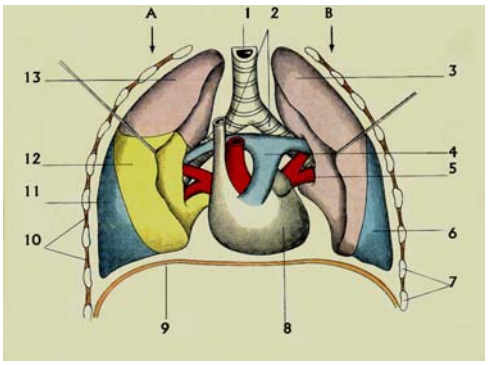


ŠAMPION EVROPE U PLIVANJU
Velimir Stjepanović (Dubai, 1993), reprezentativac Srbije, osvajač 1. mesta i zlatne medalje, plivanje 200 metara delfin stilom, mali bazeni (EP, Herning, Danska, 2013).

tehnici prsnog prepoznaju elementi delfin tehnike plivanja. *Delfin,* tehnika koju karakterišu sinusoidalni pokreti referentnih tačaka tela: ramena, kukova, kolena, stopala. Za vreme jednog simetričnog i istovremenog zaveslaja rukama ostvaruju se dva sunožna udara nogama. Plivači dišu podizanjem glave vertikalno na gore nakon svakog, najčešće svakog drugog zaveslaja. Dozvoljeno je disanje uz okretanje glave na stranu. U cilj i okretište se ulazi istovremeno sa obe ruke. Redosled tehnika plivanja u disciplini 200 i 400 metara mešovito: *delfin, leđno, prsno, kraul.* Redosled tehnika plivanja u disciplini 4x100 m mešovito je sledeći: *leđno, prsno, delfin i kraul.*

Najbolji svetski plivači u XXI veku su: **1**. *Ijan Kroker (SAD) 50.40,* **2**. *Majkl Felps (SAD) 50.58,* **3**. *Milorad Čavić (Srbija) 50.59,* **4**. *Andrej Serdinov (Ukrajina) 51.36,* **5**. *Frederik Boske (Francuska) 51.50,* **6**. *Koei Kavamoto (Japan) 51.77, dok je apsolutni šampion sveta u periodu 2008-2013. godine američki reprezentativac Majkl Felps.* Reprezentativci Srbije, koji su se istakli 2008-2013: *Čavić, Higl, Lenđer, Silađi, Šorak, Stjepanović, Siljevski, Tepavčević, Najdanovski, Marković, Štražmešter, Ostojić.*

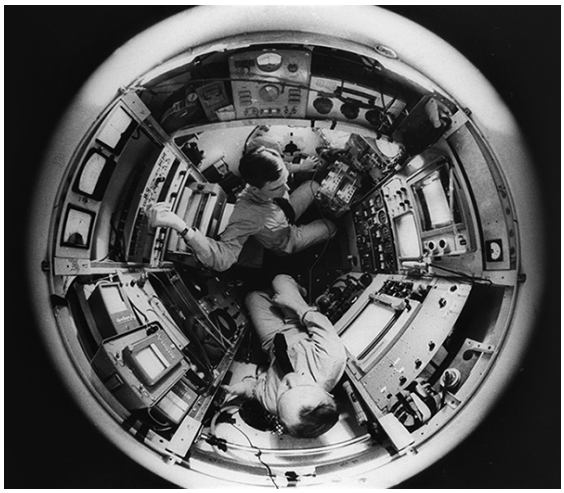
PLUĆA, organ za disanje, sastavljen od dva plućna krila; desno ima tri režnja, levo dva. Na slici: A. desno plućno krilo, B. levo plućno krilo, 1. dušnik, 2. bronhi, 3. levi gornji režanj, 4. plućna arterija, 5. plućne vene, 6. levi donji režanj, 7. rebra, 8. srce, 9. prečaga, 10. međurebarni mišići, 11. desni donji režanj, 12. srednji režanj i 13. desni gornji režanj. Plućna krila su segmentirana.



PLUĆA ČOVEKA

PODVODNI SPORTOVI (nem. Unterwassersport, rus. подводный спорт), zajednički naziv za delatnosti kojima se čovek bavi iz sportskih pobuda pod vodom, služeći se specifičnom opremom i pomoćnim uređajima. Mnoge podvodne sportske aktivnosti razvile su se iz vekovnih iskustava ribara, lovaca bisera, korala, školjki, puževa i sunđera, najčešće u Sredozemnom moru, u blizini obale severne Australije i uz područje Malajskog arhipelaga. Slavni grčki pisac Herodot iz 490. godine p.n.e. opisao je

u svom delu neobičnog roba Scilisa, koji je veštinom ronjena donosio sa morskog dna iz potopljenih brodova razne vredne ukrasne predmete i uručivao ih kralju Kserksu. I grčki hroničar Tukidid (460-396 g. p.n.e.) opisao je kako su Grci pomoću veštih ronilaca osvojili na juriš Sirakuzu, a Aristotel je napisao (iz 350 g. p. n. e.), da su antički ronioci uzimali vazduh pod vodom pomoću cevi od trske. Ipak, naučna istraživanja podmorja počela su veoma kasno. Tek u XX veku, zahvaljujući savremenim pro-

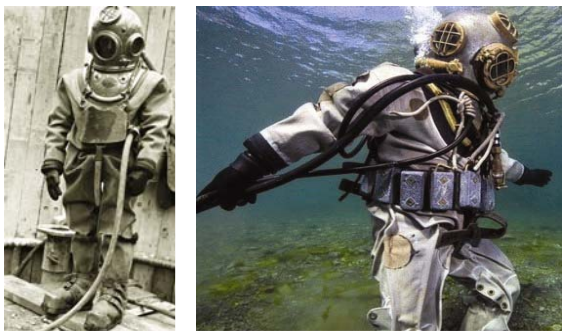


Unutrašnjost batiskafa pod morem, sa naučnom ekipom



Najsavremeniji batiskav armije Ruske Federacije, koji je lično isprobao i predsednik Vladimir Putin (Crno more, 21. vek).

nalascima i razvoju potrebne opreme, kreće se i u istraživanja morskog dna. Treba se podsetiti na neke primere iz ranije prošlosti gde su prvi batiskafi odnosno „zvona“, upotrebljavani za vađenje blaga iz morskih dubina. Za radove na vađenju dragocenog tereta iz jednog potonulog broda ispred Bresta u Bretanji, na primer, italijansko Društvo za spasavanje opremilo je svoj brod „Artiljio“ malenom oklopnom kuglom koja je bila sastavljena od jake čelične kuglaste posude zatvorene polukružnim poklopcem. Ta sprava je 1931. bila obešena ispod broda i lancem spuštena na dubinu od 128 metara. Bio je to ozbiljan pokušaj toga vremena. Sredinom XX veka na tom polju su najzaslužniji Žak Kusto i H. Has. Takođe, poznati švajcarski fizičar Ogist Pikar, u svrhu istraživanja morskih dubina, konstruisao je više batiskafa, a prvo ozbiljno isprobavanje ronjenja s batiskafom vrši se 1948. godine kod Dakra. Jednu od najvećih dubina od 3150 m postigao je O. Pikar 1953. godine. U istraživanja je tada uključio i svog sina Žana, koji se batiskafom spustio čak do 11.521 m duboko. Koliko su nove tehnologije u službama istraživanja podvodnog sveta



Levo: ronilac u teškoj opremi (iz 1959), i desno u XXI veku

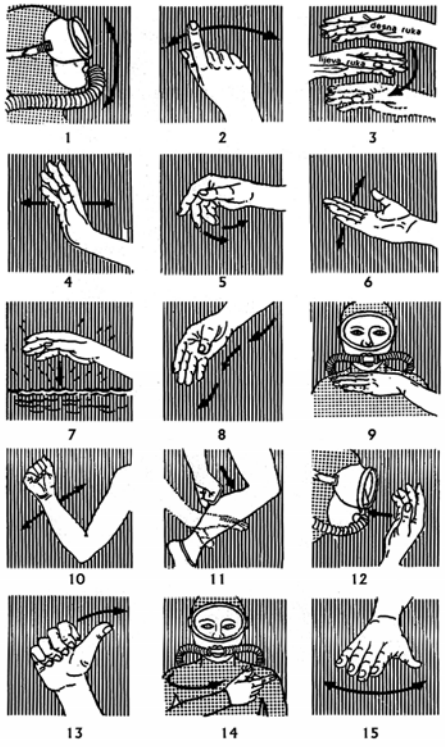


Savremena i lakša standardna ronilačka oprema iz 21. veka

napredovale, govore i sve intenzivnija traganja za potonulim brodovima i antičkim lađama. Jedna od zanimljivih mi-

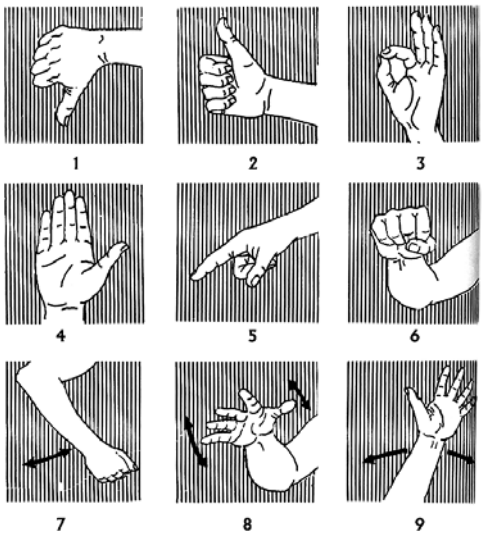
sterija pronalaženje najpoznatijeg svetskog parobroda „Titanik“, koji je 14. aprila 1912. godine, uveče, potonuo 500 milja južno od Njufaundlenda u Atlantiku. Uporno traganje za najvećim prekookeanskim fatalnim parobrodom, bilo je izazov ne samo za predstavnike naučnog pravca, već i za mnoge avanturiste, lovce na podvodno blago, kao i za neke svetske kompanije, kojima bi pronalaženje „Titanika“ uvećalo popularnost i slavu kompanije. Jedna od najopsežnijih potraga organizovana je i 1980. godine uz finansiranje britanske kompanije „Sivajz end Titanik Selvidž“. Operacijom je komandovao Džon Graten, bivši komandant Britanske ratne mornarice, vrstan pomorski stručnjak i pilot nadzvučnih aviona. Gratenu je ustupljen istraživački brodić „Fej“, na kome je bila i najsavremenija oprema za dubinsko ronjenje, koja je imala „integracioni navigacioni sistem“ sa elektronikom za analizu svih parametara okoline s navigacionih satelita. Ipak, olupinu „Titanika“ nije bilo lako pronaći. U traganje u morskim dubinama uključio se i čuveni naučnik iz Velsa, *Džon Pirs*, koji je 1982. godine upeo da u dubinama pronađe slavnu olupinu broda „Lusitanija“. Ipak, „Titanik“ je za njega bio suviše krupan poduhvat. Od potrage za „Titanikom“ nije odustajao ni američki multimilijarder Džek Grin iz Ebilejna u Teksasu (ranije je istraživao jezero Loh Nes, da pronađe ogromno čudovište), a zatim se okrenuo „Titaniku“ i njegovom blagu na morskoj dubini od 4.000 metara, ali bez većeg uspeha. I desila se radosna vest za čovečanstvo, jer je čuveni „Titanik“ pronađen 29. avgusta 1985. godine na dnu Atlantika, između Velike Britanije i SAD, južno od Nove zemlje, na dubini od oko 4.300 metara. Brod je pronašla američko-francuska ekipa iz francuskog Instituta za istraživanje i eksploataciju mora i američkog Okeanografskog instituta iz Masačusetsa. Do broda se spustio sam robot koji je okom svoje kamere otkrio ostatke „Titanika“. Do otkrića ostataka najslavnije olupine došlo se tako što su francuski istraživači sa broda „Le Siroa“ istražili

PODVODNE SPORTSKE AKTIVNOSTI



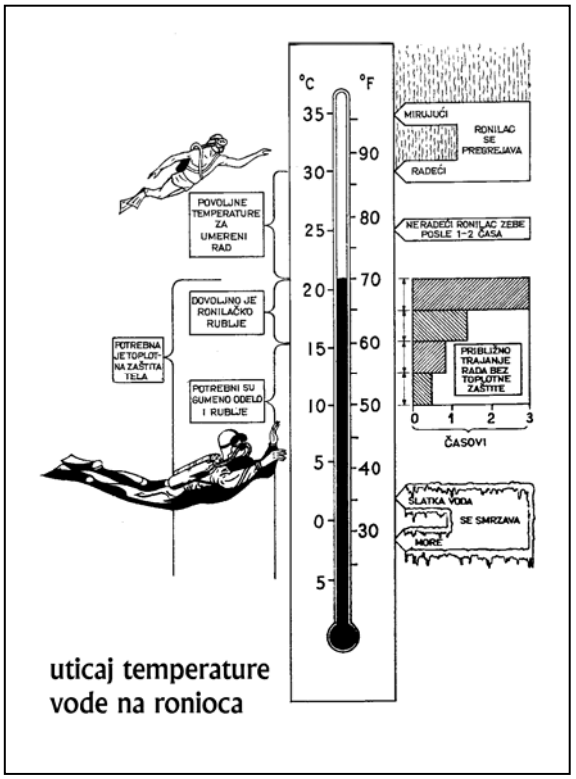
1. Da, 2. ne, 3. posle, 4. ostani mirno, 5. približavam se, 6. iscrpljenost, 7. partner je izgubljen, 8. riba, 9. treba mi vazduha, 10. hladno mi je, 11. grč, 12. mučno mi je, 13. gledaj pozadi, 14. dođi s druge strane, 15. kolika je dubina

MEĐUNARODNI PODVODNI ZNAKOVI



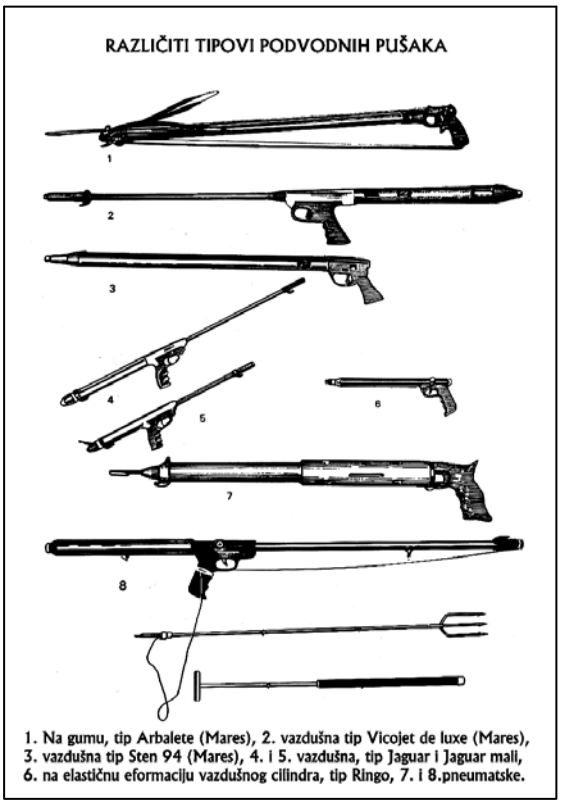
1. Plivam dalje, 2. plivam gore, 3. sve je u redu, 4. ostani na svom mestu, 5. nešto pokazujem, 6. pomozi mi, 7. otvaram svoje rezerve, 8. loše mi je, 9. velika opasnost

preko 80 posto, „verovatnog potonuća broda“, kada su se oni pridružili svojim američkim kolegama sa ratnog broda „Knor“. Potvrdu pronalaska broda, koji je ležao prepolovljen, dao je vođa zajedničke ekipe dr Rober Balar. Epizoda sa „Titanikom“ samo je jedna od mnogih budućih, jer morske dubine kriju i još nekakve druge neistražene oblasti prepune potopljenih galija i brodova iz daleke ili dalje prošlosti. Ipak, sportska



uticaj temperature vode na ronioca

disciplina *ronjenje* razvila se tek posle Drugog svetskog rata, a 1952. osnovana je Međunarodna konfederacija za sportski ribolov (CIPS), a 1959. i Svetska konfederacija za podvodne aktivnosti (CMAS). Među prvim osnivačima tih konfederacija bili su i predstavnici iz Jugoslavije. *Podvodni ribolov* je oblik podvodnog sporta, odnosno lov na ribe, mekušce i druge životinje podvodnog sveta. Npr. u Polineziji su odavno ribari lovili pod morem, kopljen i sa naočarima koje su bile primitivno napravljene od drveta, a takve naočare su pravili i lovci na bisere. Iz toga privrednog podvodnog ribolova javlja se u Japanu sportski podvodni ribolov. Odatle je prenesen u različite strane sveta, da bi se pojavio u Evropi 1920. godine. Do tada se lovilo kopljem i praćkom, da bi 1930. godine Francuzi prvi u svetu počeli usavršavati razna sredstva za podvodni sportski ribolov. Prvu pušku za podvo-



1. Na gumu, tip Arbalete (Mares), 2. vazdušna tip Vicojet de luxe (Mares), 3. vazdušna tip Sten 94 (Mares), 4. i 5. vazdušna, tip Jaguar i Jaguar mali, 6. na elastičnu eformaciju vazdušnog cilindra, tip Ringo, 7. i 8.pneumatske.

dni ribolov izumeo je A. Kramarenko, koja je funkcionisala na principu opruge, dok je G. Bešat takođe izmislio sličnu pušku na gumu. Oblikovanju podvodnih maski doprineli su brojni inovatori. Gumene nožne peraje izumeo je L. M. de Corlije. Godine 1934. osniva se u Parizu prvi podvodni klub. Prvu knjigu u svetu o podvodnom ribolovu napisao je Gaj Gilpatrik pod naslovom The Complete Goggler (Pravi ronilac), a 1938. o lovu na Jadranskom moru napisao je knjigu Hans Has. *Tehnika ronjenja* je veoma važan faktor u životu svih onih koji su se opredeli za podvodne sportske delatnosti. Podvodni sportski ribolovac roni i traga za ribom te je gađa strelom iz podvodne puške. Pre toga mora se posebno prilagoditi i uslovi-

ma ribolova pod vodom. Rad pod vodom iziskuje veliki telesni napor, pa se telu brzo troši kiseonik i stvara opas-ni gas – ugljen-dioksid. Zbog toga se lovci za podvodno ronjenje moraju brzo osloboditi što veće količine ugljen-dioksida koji se već nakupio u njihovim plućima, a ujedno moraju nakupiti što veće rezerve kiseonika. To se postiže po-





Na slikama: podvodni ribolov i podvodno pecanje





Ronilac Petar Klovar iz Hrvatske, postigao je i svetski rekord, spustivši se do 132 m dubine u jednom dahu (Kas, Turska, 2022. godine).

sebnim načinom disanja. Sportski podvodni lovac počinje duboko udisati i izdisasti, zatim postepeno ubrzava disanje sve dok ne postigne 16-20 udisaja u 30 sekundi. Nakon 40-60 sekundi takvog ubrzanog i dubokog disanja počinje mu se vrteti u glavi. U tom času on naglo prekida takvo disanje te normalno udahne i zaroni. Posle takvog disanje nastaje tzv. acidoza tj. poremećaj normalnog odnosa kiseonika prema ugljen-dioskidu u korist kiseonika. Ako acidoza nije prejaka, ona omogućuje lovcu dugotrajnije ronjenje, međutim, može se javiti i opasna alkaloza, koja nastaje kad se poremeti odnos između kiseonika i ugljen-dioksida u korist ugljen-dioksida. Izvežban podvodni ribolovac može i bez teškoća roniti na dah neprekidno jedan minut, a neki dva minuta, pa čak i više. Prvi svetski prvak i Ginisov rekorder u ronjenu bez udisaja, postao je Dejvid Blej (SAD), 2009. godine, sa rezultatom 17.04 minuta. Kada podvodni ribolovac nauči kako se neko vreme može i bez disanja ostati pod vodom, onda se on pokušava spustiti u dubinu. To mu uspeva, ali ga i ubrzo zabole uši jer se povećao i pritisak na bubne opne. Kako ulazi u veću dubinu, tako oseća i sve veći pritisak vode. Na samoj površini vode pritisak odgovara pritisku od jedne atmosfere, tj. od 1 kg na svaki cm^2 tela. Na svakih daljih 10 metara dubine taj se pritisak povećava za 1 atmosferu. Kad podvodni ribolovac ne bi pazio na tu pojavu, ne bi mogao duboko roniti jer bi mu od silnog spoljnog pritiska popucale bubne opne u ušima. Zato lovac kod ronjenja mora osigurati ravnotežu između spoljnog i unutrašnjeg pritiska na bubne opne. Čim zaroni, stane pokretati donju vilicu kao da nešto guta. Pored toga snažno dune nekoliko puta u nos koji je začepljen štipaljkom. Time otvara Eustahijevu cev koja spaja srednje uho, s nosnim delom ždrela, a kojoj je ušće redovno zatvoreno. U tom trenutku vazduh što sad prolazi kroz Eustahijevu cev do unutrašnje strane bubnih opni formira protivtežu sve jačem spoljnom pritisku na bubne opne. Ako lovac osigurava otvaranjem Eustahijeve cevi izjednačavanje spoljnog i unutrašnjeg pritiska, onda neće osetiti nikakav bol ni pritisak na bubne opne ni na 20 m, pa ni na 30 m dubine, a onome koji ne uspostavi ravnotežu između spoljnog i unutrašnjeg pritiska,

bubne opne mogu popucati i na 5 m dubine. Takođe, podvodni lovac se pod vodom susreće još sa nekim problemima: zvuk se širi četiri puta brže nego na vazduhu spolja, vidljivost se smanjuje, predmeti izgledaju nešto veći pod vodom, pa čak i bliži, zbog prelamanja svetlosti, voda je u dubljim slojevima sve hladnija. Svaki onaj koji ne ume da se prilagođava novim uslovima rizikuje da izgubi život – utapanjem. *Oprema za podvodni ribolov* obuhvata: masku sa kompenzatorom i rupama, masku bez kompenzatora, masku za čitavo lice s disalicom, različite vrste peraja, podvodne svetiljke, dubinomer. Za podvodni ribolov u hladnim vodama i izvan letnje sezone lovac za podvodni sport upotrebljava podvodno odelo. Takvih odela postoji dve vrste suva i mokra. Suva odela su takva da posle njihove upotrebe lovac ostaje potpuno suv sa svojim donjim vešom. U kontakt s vodom dolazi se samo u predelu ruku i dela obraza. Materijal od koga se prave zaštitna odela je elastična guma, postavljena guma, gumirano ili tapacirano plastificirano platno. Mokra odela dozvoljavaju ulaženje kao i zadržavanje vode između odela i tela. Materijal je sunđerasta guma ili neopren s jednostranom ili dvostranom opnom. Mokra odela su pokazala dosta prednosti, pa se često upotrebljavaju. Postoji i ronilačko odelo koje se naziva „odelo konstantnog volumena“, to je specijalna vrsta suvog odela kod koga ronilac izdiše vazduh u odelo koje ima izduvne ventile, a pritisak u odelu je izjednačen sa okolnim pritiskom. U neophodne dodatne delove opreme spadaju i tegovi, koji se nalaze u specijalnim opasačima, i u kojima je težina od 2-4 kg olova, takođe lovac u podvodnim aktivnostima mora imati i oštar nož, koji mu služi da njime preseče kanap kojim je strelica povezana uz pušku, a nož mu takođe pomaže u slučaju ako mu se kanap od strele (harpuna) zapetlja oko tela itd. Glavno oružje podvodnog lovca je puška. Podvodne puške su podeljene na one koje se pune vlastitom snagom podvodnog lovca i one puške koje koriste akumulacionu snagu. Više su u upotrebi puške koje se pune vlastitom snagom na gumu, (sa jednim, dva ili tri para guma), na čeličnu oprugu vazdušnu ili mehaničku, na jastuk komprimiranog vazduha i na elastičnu deformaciju vazdušnog spremišta. Podvodne puške koje koriste akumulacionu snagu pune se kartečama ili eksplozivnim punjenjem, i služe za lov velikih riba i morskih grabljivaca. Ipak, u podvodnom ribolovu najviše se koriste puške na gumu, dok je u poslednje vreme u porastu upotreba pušaka na vazdušni jastuk. Iz podvodnih pušaka ispaljuju se strelice u obliku ostiju ili harpuna, povezane s puškom pomoću tanke ili čvrste uzice, kojom se privlači pogođena riba ili strelica koja je promašila ribu. Ali, nekadašnji način lova pomoću podvodne praćke ili podvodnog koplja polako iščezava, prepuštajući dominaciju podvodnog sportskog lova – pušci. Važno je napomenuti da se u dubinsko ronjenje ide sa bocama napunjenih kiseonikom. Taj uređaj se naziva ronilački aparat otvorenog kruga disanja (dvodelni ili jednodelni). Prvi konstruktori aparature za disanje bili su Francuzi, koji su 1943. godine izmislili jednostepeni plućni automat, a posle određenog usavršavanja taj samostalni uređaj su patentirali Žak V. Kusto i E. Ganjag, i ponudili ga čovečanstvu. Osnova tog uređaja je plućni automatski regulator pritiska (hidrostatički regulator), koji je u kombinaciji sa uređajem (bocama za komprimirani vazduh), što sve zajedno daje kompletnu aparaturu za ronjenje u veće dubine. Taj poduhvat konstruk-

tora je i bio viševekovni san čoveka da se bezbrižnije preda morskim dubinama i sportskim podvodnim aktivnostima. Aparat je omogućio podvodnim roniocima da se kreću pod vodom lagodnije, bez osećaja vlastite težine, krećući se snagom vlastitog tela. Jedan od najvećih poduhvata na svetu postigao je 2. avgusta 2007. godine poznati ruski ledolomac „Rusija“, koji je probivši ledenu koru Severnog ledenog okeana, i to kod podvodnog grebena „Lomonosov“, omogućivši da se dve specijalne mini-podmornice (a ima ih ukupno 5 u svetu i svaku poseduje Ruska Federacija), lako spuste sa ljudskom posadom na dubinu od 4261 metar na dno Arktičkog mora i postave rusku zastavu od nerđajućeg titana. Operacijom je rukovodio dr Artur Čilingarov. Time je oboren i svetski rekord ronjenja do najvećih morskih dubina, a Ruska Federacija je ujedno ozvaničila svoj suverenitet u tom delu severnog pola, jer su artičko dno i Sibir povezani istim kontinentalnim grebenom, gde je operisao ruski ledolomac u Arktiku severnog pola.



Ruska podmornica “Mir”, sa ljudskom posadom, težine 18 tona, izvela je najveće svetske poduhvate spuštanja u morske dubine. Na slici: spuštanje podmornice sa ledolomca “Rusija” u najveće dubine Arktičkog mora, 2007. godine.

U nauci je aktuelna *Fizika ronjenja*, jedna od oblasti fizike kao konstrukt medicine rada, hiperbarične, pomorske i sportske medicine, koja se bavi proučavanjem uticaja suštinskih svojstava prirodnih pojava na organizam ronilaca, kesonskih radnika, vojnih i sportskih ronilaca i njihovo fiziološko obezbeđivanje disanja u tehničkom i istraživačkom ronjenju sa aparaturom (Nitrox 25-40% kiseonika), dok se sam *atmosferski vazduh* sastoji od: 78,2% azota, 20,8% kiseonika i 0,9% argona, uz mali procenat (vodene pare, ugljen dioksida, metana itd.) i zagađivača za živu polulaciju na našoj planeti. *U* podvodne sportove spadaju i: *podvodna fotografija, podvodni hokej, podvodni ribolov, ronjenje u vodenim strujama i ronjenje na dah (apneja).* Podvodno takmičenje (apneja), već je izazvalo rasprave među sportskim stručnjacima – da li to uopšte može da se uvrsti u sport, i da li je to sport ili stil života? Ipak, ova oblast spada u sportska nadmetanja, koja se odigravaju ispod površine vode. *Sa sedištem u Lozani osnovana je AIDA (1994) prva Svetska asocijacija za razvoj ronjenja na dah, koja edukuje slobodne ronioce na dah (fredivere). Sportske discipline se dele na bazenske (indoor) i one u moru (outdoor) i svega ih ima ukupno 8: statička apneja,*



dinamika sa perajama, dinamika bez peraja, konstantni balast, konstantni balast (bez peraja), slobodan zaron, promenljivi balast i ronjenje bez granice. Za ronjenje na dah (vazduhom) oprema je: maska i peraje. U Beogradu je (2022) održano Svetsko prvenstvo u ronjenju na dah. Na takmičenju u zatvorenom bazenu Sportskog centra „Milan Gale Muškatirović“ u Beogradu, takmičenje je održano u sedam kategorija: dinamika sa mono perajima, dinamika bez peraja, dinamika sa dva peraja, statičko ronjenje na dah, brzinsko ronjenje 2x50 metara, trke 8x50 m, 16x50 metara. Svetski seniorski prvak (dva peraja) bio je Giom Burdila iz Francuske (na dah 274,7 metara), a svetska prvakinja u istoj disciplini bila je Mirela Kardašević iz Hrvatske (250 metara na dah). Poznati svetski prvak i dvostruki Ginisov rekorder je Hrvat Budimir Šobat Buda (ronio 24,11 sekundi bez udisaja u bazenu) i Srbin Branko Petrović član ron. kluba „Kalipso“ Beograd (20 min. na dah).

POLGAR JUDIT (Budimpešta, 1976), mađarska reprezentativka u šahu, najjača ženska šahistkinja u istoriji svetskog šaha. Stekla tilulu muškog velemajstora 1991. godine sa 15 godina, oborivši rekord Bobija Fišera, a u šahu je podučavala starija sestra Žuža. Pobedila je svetske šahovske šampione: *Karpova, Kasparova, Spaskog, Smislova, Topalova, Ananda, Monomairova, Khalifmana, Kasimdzahova.* Ona je jedna od retkih šahistkinja, koja je volela da igra na muškim šahovskim takmičenjima.



POLICIJSKI PETOBOJ, takmičenje u višeboju koje je slično vojničkom petoboju. U ovoj vrsti sportskog takmičenja zastupljene su sledeće discipline i to: gađanje pištoljem, plivanje na 300 metara, bacanje kugle, skok udalj i trčanje na 3000 m. Rezultati se pretvaraju u bodove prema specijalnim tablicama.



POLIGON, sportski teren sa preprekama, koje takmičar mora savladati sa određenim redosledom i u što kraćem vremenu. U otvorenom poligonu prepreke su obično ukopane i trajno se koriste. Poligon je moguće postaviti i na različitim površinama, a prepreke služe kao stanice u kružnom treningu. Poligoni služe za razvoj snage i izdržljivosti.

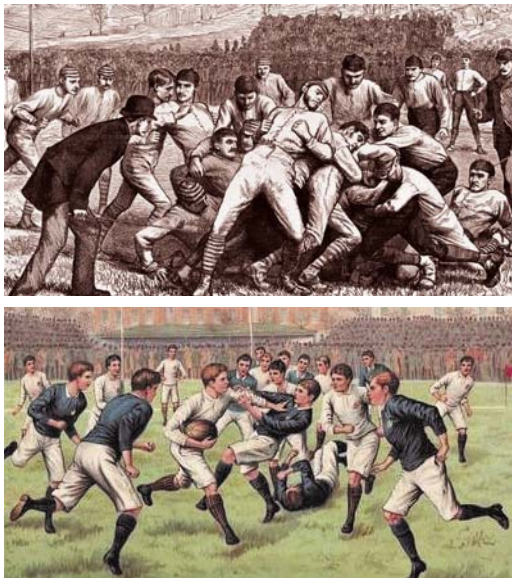
PRAKTIČNO STRELJAŠTVO, pod engl. imenom IPSC (International, Practical Shooting Confederation), koji korene vuče iz SAD, od ranih pedesetih godina XX veka. Isprva sa ciljem obuke u policiji, vojsci i službi obezbeđenja, da bi se potom omasovio i dobio veliku popularnost i kao sport. U IPSC do 2023. godine uključilo se preko 100 država. Početkom 2.000. godine osnovan je Savez za praktično streljaštvo Jugoslavije, i on je 2001. godine postao član IPSC, da bi raspadom eks Jugoslavije savez promenio ime u Savez za praktično streljaštvo Srbije i postao član Sportskog saveza Srbije (2008). *Takmičenje u ovom sportu u Srbiji je slično kao i na evropskim i svetskim, ali se za sada koristi ručno oružje (pištolj „duga devetka" i revolver), municija je bojeva, a mete su papirne ili metalne (pokretne i statične), gde se primenjuju pravila u složenim metnim situacijama (stejdževima), kojih ima više, dok takmičar skuplja poene u vremenu mereno štopericom, a to sve zavisi i od samog nivoa takmičenja, da li je to državno, evropsko ili svetsko. O pravilima brinu savezne ili internacionalne sudije. Primenjenim streljaštvom mogu se baviti osobe oba pola. Srbija je organizovala EP 2010, 2019. godine. Najbolji srpski internacionalni šampioni su Ljubiša Momčilović i Jelena Savković. Veliki doprinos ovom sportu dao je i Vukota Đukić (Vranješnica, Kolašin, 1972), oficir i pripadnik odreda Vojne policije 'Kobre', aktuelni predsednik I.P.S.C za Srbiju.*

PUSHBALL, vrsta konjičkog sporta ili igra jahača u kojoj dve ekipe, sastavljene od po 4-8 jahača, nastoje konjskim grudima ugurati veliku loptu od kože ili gumiranog platna napunjenu vazduhom, dimenzija 130-180 cm – u gol protivničke ekipe. *Teren je veličine fudbalskog igrališta, igra se u dva poluvremena po 10 minuta, a sude dvojica sudija. Ova sportska igra je potekla iz SAD, a prva pravila su napisana 1894. godine, u Evropi je počela 1902. godine. Igru prikazuju i prestižni cirkusi sveta.*

R

RAGBI (engl. rugby-football), sportska igra loptom oblika rotacionog elipsoida, između dve ekipe sa po 15 igrača. *Igrači*

ekipe koja je u posedu lopte pokušavaju je doneti iza poprečne granice igrališta (linija pogotka) i tamo je položiti na zemlju. To uspevaju noseći loptu rukama i dodavajući je isključivo prema natrag. Pored toga, igrači smeju udariti loptu nogom u bilo kom smeru, s ciljem da tako udarena lopta prođe prostor između stativa, iznad horizontalne grede gola. Time ekipa postiže određeni broj bodova, a pobednik je ekipa koja je postigla veći broj bodova. Suigrači igrača, koji nosi loptu ili je udara nogom, moraju biti iza njega. Igrači protivničke ekipe brane se tako da zaustavljaju igrača koji nosi loptu i pri tome ga obaraju na zemlju i sprečavaju da loptu dodaje nekom od svojih suigrača. Ragbi je isključivo muška sportska igra. U nekim zemljama propisano je igranje ragbija sa 13 igrača (ragbi XIII), a radi obučavanja mladih ragbista, ragbi se igra i na smanjenom terenu sa 8 igrača (ragbi VIII), a postoji i ragbi sa 7 igrača (ragbi VII). Međutim, u svetu postoji još



Gore: ragbi (1879), i ragbisti enleskih koledža iz XIX veka

nogomet, kanadski, australijski i irski nogomet. Drevna igra sa nošenjem lopte i postizanje poena, bila je poznata još u antičkoj Kini, Rimu itd. Zanimljivo je da se ta igra organizovala i u srednjem veku, tako što bi se stadion napravio između dva naselja, koja su bila žestoki sportski protivnici, a loptu je trebalo preneti do gola protivničkog naselja, pa je takav način igre oduševljavao brojne gledaoce obe strane, ali isto tako izazivao i brojne povrede kod igrača oba tima. Zbog toga je takva igra bila zabranjivana od vlasti. Međutim, razvojem modernog školstva u Engleskoj, početkom XIX veka, počeo je razvoj igara nogom, ali je tada i svaka škola primenjivala svoja pravila igre, ipak je glavno bilo da se lopta ubaci između dva stuba, a kod nekih i iznad stubova, koji su bili postavljeni na poprečnim linijama igrališta. Iz 1823. godine na grofoviji Varvik, u gradu Ragbiju, na jednoj takvoj utakmici, igrač po imenu Vilijam Vib Elis prihvatio je loptu rukom i noseći je pokušao s njom stići do protivničkog gola. Protivnici zbunjeni takvom neuobičajenom akcijom potrčali su za njim, uhvatili ga i oborili na zemlju. Od tog trenutka takav način igre je prihvaćen u svim školama grada Ragbija, a ubrzo za tim i u školama u drugim gradovima Engleske. Ipak, došlo je do određenih nesporazuma. Naime, novi način igre nisu prihvatali svi u gradu Ragbiju, jer su neki hteli da se igra samo nogama, pa je tako došlo do legalizacije dve igre: jedna je bila fudbal-ragbi (iz grada Ragbija), gde se moglo igrati i rukama i no-



Savremeni, polupokriveni ragbi stadion Tvajkemhen, nalazi se u predgrađu Londona i najveći je na svetu

gama, i druga vrsta igre gde je bilo zabranjeno igranje rukama (fudbal). Ove dve igre su se zadržale sve do početka XX veka, da bi veoma brzo svaka igra za sebe bila posebna, tako da su se dobile dve posebne igre ragbi i fudbal. Na osnovu toga, fudbal se počeo razvijati i u SAD, Kanadi i Australiji, ali je takav fudbal bio u osnovi ragbi-fudbal. Prva pisana pravila ragbija objavljena su iz 1862, a godinu dana kasnije (1863) osnivaju se prvi ragbi-klubovi u svetu. To su bili Ričmond i

Blekhit u Londonu, a osnovan je (1871) i savez ragbi klubova, zatim u Irskoj (1875), u Velsu (1880). Prva ragbi utakmica odigrana je između reprezentacija Škotske i Engleske 1871.Ovaj susret postaje tradicionalan i održaváće se i dalje pod nazivom Kalkuta kup. Odmah zatim osnovan *je tada i Međunarodni ragbi-savez (International Rugby-Football Board). Međutim, iako je ragbi postao veoma popularan u celoj Engleskoj, dolazi do određenih problema. Naime, u ragbi-timovima su nastupali igrači koji su imali svoja redovna zaposlenja u firmama, ali zbog odsustva s poslova imadoše umanjene plate, a ragbi-klubovi im nisu plaćali nikakve nadoknade za odigrane utakmice (iako su ragbi-klubovi ubirali velike iznose novca od utakmica), što je revoltiralo mnoge igrače ragbija, tako da je došlo do cepanja unutar vodećig ragbi-klubova Engleske. Zbog svega toga se osniva i novi savez, koji su pokrenuli ragbi-klubovi Jorkšira i Lankašira. Taj novi savez će 1896. godine regulisati sve isplate igračima, a od te godine se smatra da je ragbi-sport krenuo ka putu profesionalizma. Početkom XX veka ragbi-sport dobija svoja nova pravila u kojima učestvuju i amateri i profesionalci, te zajednički osnivaju opet novi savez koji se zove Rugby Football League. Međutim, trvenja između pristalica amaterizma i profesionalizma u ragbiju ponovo rasplamsavaju, tako da je donesena odluka da se ragbi može igrati samo kao amaterski sport. Engleska svoj stav o tome nije promenila čak ni do današnjeg dana. Posle širenja ragbija ka SAD, Kanadi, Australiji i Novom Zelandu (iako izmenjen u odnosu na engleski), taj sport prelazi na tlo Evrope i stiže u Nemačku (1871), u Francusku (1878), zatim stiže i u ostale zemlje Evrope, a u Francuskoj je ragbi postigao popularnost ravnu nogometu. Popularnost ragbija su pospešili prvi televizijski prenosi. Ragbi je uvršten u program OI i učestvovao na njima 1900, 1908, 1920, i 1924. godine kada je nastupila kriza u nesporazumu između Engleske i Francuske, po pitanjima amaterizma i profesionalizma u ragbiju, tako da se* od *tada ragbi ne nalazi na programu Olimpijskih igara niti ga je bilo na svetskim prvenstvima, sem turneja i prijateljskih susreta između raznih zemalja. Prvenstvo Evrope u ragbiju je aktuelno od 1964. godine pod nazivom Kup Nacija FIRA, najbolje ekipe bile su iz Francuske i Rumunije.*

Razvoj ragbija na tlu jugoslovenskih zemalja datira od 1893. godine, a prva aktivnost sportista iz naših krajeva vezana je za studente iz Srbije koji su u vreme Prvog svetskog rata boravili u koledžima V. Britanije. Oni su u toku





studija toliko napredovali u ragbiju, da je 1918. godine studentska reprezentacija Srbije pobedila čak studentsku reprezentaciju britanskih dominiona (8:3). Prvi razvoj ragbija u Jugoslaviji uglavnom će biti i dalje vezan za Beograd i Srbiju, gde se osnivaju i sekcije ragbi-klubova: Orao u Šapcu (trener Marinko Đorđević) i ragbi-klub Jugoslavija u Beogradu (trener Jovan Ružić). Međutim, daljnju popularnost ragbija na našim prostorima usporila je nadošla popularnost fudbala, koji je prodirao kao zanimljiva sportska disciplina, a time i potpuno 1923. godine zaustavio popularnost ragbija u Srbiji. Ragbi je na našim prostorima ponovo postao aktuelan (1953), kada su u Beograd došle ekipe iz Francuske i odigrale sa našim studentima ragbi-utakmicu po sistemu 13 igrača (ragbi XIII), tako da je posle odr-

žavanja te utakmice samo u Beogradu osnovano najmanje još 7 ragbi-klubova. Prvi Ragbi savez Jugoslavije osnovan je u Beogradu 1954. godine, a od 1968/69 reprezentacija Jugoslavije igrala je redovno u Kupu nacija FIRA, sada Prvenstvo Evrope. Po pravilima igre iz 1862. prvobitno je predviđeno da u ragbiju učestvuje 20 igrača, dok današnji ragbi



Ragbi lopte različitih svetskih proizvođača

igra ekipa od 15 igrača (sa mogućnošću izmene igrača). Ekipu skupa čine napadači: sidraš (broj 1), levi pomagač (2), desni pomagač (3), dva igrača druge linije (4 i 5), dva krila skupa (6 i 7), i zatvarač (8); vezni igrači: spojka (9) i otvarač (10); igrači linije: zatvoreno krilo (11), prvi centar (12), drugi centar (13), krilo (14), igrač odbrane (15). Oprema igrača je ista kao i u fudbalu, jedino što su majice izrađene od čvršćeg materijala i oko ramena pojačane, pojedini igrači koriste i štitnike od mekanog materijala za uši i glavu. Trajanje igre je određeno na dva poluvremena po 40 minuta, sa odmorom od 5 minuta, s tim da za vreme pauze niko od igrača ne sme napuštati igralište. Ragbi-teren je pravougaonog oblika dužine 95-100 m i širine 65-69 m. Iza cele širine poprečne linije igrališta nastavlja se prostor pogotka dužine 12-22 m. Površina igrališta je uglavnom pokrivena travom ili nekim mekšim materijalom koji sprečava povređivanje ragbista. U sredini linije pogotka postavljen je gol u obliku slova H. Visina stativa je 4 m, a na visini od 3 m je prečka dužine 5,65 m koja povezuje obe stative. Lopta za ragbi je oblika rotacionog elipsoida, izrađena je od kože ili plastike; duža osa ima 27,9-29,2 cm, a kružni obim na najširem delu lopte iznosi 60-65 cm, težine je 375-425 gr. Način postizanja pogotka se realizuje kada igrač donese loptu u protivnički prostor pogotka i tamo položi loptu na zemlju, ili ako igrač loptu koja je na zemlji u protivničkom prostoru pogotka pritisne ka dole rukom ili grudima. Nakon što je postigla pogodak, ekipa koja je postigla taj uspeh ima pravo, s bilo kojeg mesta u igralištu, a koje se nalazi obrnuto od mesta gde je pogo-



Levo: ragbista iz XIX veka (statua), i iz XXI veka (desno)

dak postignut, izvesti udarac nogom (lopta položena na zemlju ili udarac iz odskoka), ako tada lopta posle takvog udarca prođe između stativa i iznad vodoravne prečke, ekipa postiže ukupno 6 poena; ako ovaj udarac koji se naziva i pretvaranje, nije uspešan, ekipa postiže samo 4 poena. Ekipa može postići 3 poena ako lopta udarcem iz odskoka pređe između stativa i iznad vodoravne prečke, odnosno ako to postigne iz kaznenog ili slobodnog udarca, a lopta je udarena udarcem iz odskoka ili je, prilikom izvođenja udarca, bila postavljena na zemlju. Ako ekipa u odbrani, u trenutku kada je protivnik bio u prilici da postigne pogodak, učini veći prekršaj pravila igre, dosuđuje se kazneni udarac, a pretvaranje se izvodi sa sredine igrališta; vrednost bodova je kao i kod običnog pogotka. U ragbiju, pored dobre kondicije, refleksa, brzine i izdržlji-

vosti, tehnika ima veoma važnu ulogu. *Tehnika se sastoji od: igre rukama (dodavanje lopte, hvatanje, podizanje sa zemlje); igre nogom (udarac iz ruke, iz odskoka, postavljeni udarac, vođenje lopte – dribling); nošenje lopte i izbegavanje protivnika (fintiranje), obaranja i zadržavanja protivnika kao i odbrane od protivnika; pored toga postoji i kolektivna tehnika pri formiranju skupova i mlinova u ragbi-sportu, što sve doprinosi kvalitetu tima.*

RAVNOGORSKA OLIMPIJADA, ili ravnogorska sportsko-viteška takmičenja. Redovno se održavala u vreme Kraljevine Jugoslavije, dok je poslednji put održana 27. marta 1945. godine na pla-



nini Vučjak u Bosni, a obnovljena 2006. godine u selu Konjuša, Gornja Gruža, podno planine Ješevac u opštini Knić. *Takmičarske discipline: skok uvis preko prečke, skok udalj, bacanje kamena s ramena, vučenje konopca, trčanje na 100 m, i trka na 50 m za decu do 6 godina starosti. Takmiče se ekipe i pojedinci.* Ravnogorska olimpijada tradicionalno je XVI po redu u 2021.

RAVNOTEŽA (videti „balans“).

REFLEKS, nevoljno reagovanje na razne nadražaje, bez učešća svesti. *Refleksi su bezuslovni (urođeni) ili stečeni dužim navikavanjem uz učešće kore velikog mozga.*

REFLEKSOLOGIJA (lat.-grč.), u medicini: nauka o refleksima, tj. deo fiziologije i neurologije koji se bavi proučavanjem refleksa. Drevni medicinski način lečenja, poboljšanja i očuvanja zdravlja, čiji koreni vode od antičkih civilizacija (starih Egipćana, Maja, kineskog naroda, staroindijskih naroda itd). *Sportska aktivnost deluje na refleksne tačke ljudskog tela preko udova (ruke ili noge), a naročito su važne refleksne tačke koje su smeštene na stopalima, gde se u sportskim aktivnostima deluje (preko levog i desnog stopala) na obe strane ljudskog tela, i na mnoge njegove organe.*

REI, pozdrav ili ceremonijalni naklon, koji se tretira kao spoljašnji znak pokazivanja i uvažavanja prema mestu vežbanja jedne borilačke veštine. Ovaj pozdrav se praktikuje na početku i na kraju treninga, prema treneru, kolegi, sudiji.

REJTERER KEVIN, rođen 1992. godine, austrijski reprezentativac u jet-ski sportu (vožnja skutera po vodi). Višestruki je svetski šampion u sve tri kateg-



Kevin Rejterer, višestruki svetski šampion u jet-skiju

orije iz takmičenja skuterom po vodenoj površini (5 puta prvak sveta), osvajač i 1. mesta *SP (Super kup, N. Sad, 2010).*

REKREACIJA, pojam koji upućuje na ponovno stvaranje, obnavljanje, osvežavanje i razonodu (lat. *recreo, recreare* – ponovo stvoriti, obnovoti). Za razliku od sporta, rekreacija predstavlja *spontani izraz čovekove želje* da zadovolji potrebe za aktivnostima, ali na potpuno dobrovoljan način i po sopstvenom izboru.

REKVIZIT (lat.), zajednički termin za predmete, odeću ili obuću koji su neophodni sportistima u treningu ili takmičenju: *dres, gaćice, majice, kopačke, lopta, reket, kugla, motka, stalci, bokserske rukavice, skije, puške, kimono, štitnici itd.*

RENOI-KUMITE-DACHI, sparingovanje (kumite) iz “L” karate stava.

RENZO-KUTSU, cela serija udaraca “seikenima” ili šakama (u karateu).

RESLER MIRJANA (Zagreb, 1951), reprezentativka bivše Jugoslavije u stonom tenisu. Za državni tim nastupila je 130 puta. Bila je i šampionka SFRJ 22 puta, omladinska je šampionka Evrope 1967, šampionka Mediterana 1971.

REUTHER RIČARD (1909-1992), bio nemački reprezentativac u sportskoj gimnastici i jedan od najčuvenijih u svetu u vezi sa konstrukcijama gimnastičkih sprava. *U reprezentaciji Nemačke nastupao je do 1936. godine. Po njemu je 1956. godine nazvana „Reutherova daska", koja služi kao*



pomoćna sprava pri skokovima preko konja, naskocima na gredu i dvovisinski razboj. Reutherova daska izrađena je od specijalnog drveta, dužine 120 cm, širine 60 cm, visine 12 cm.

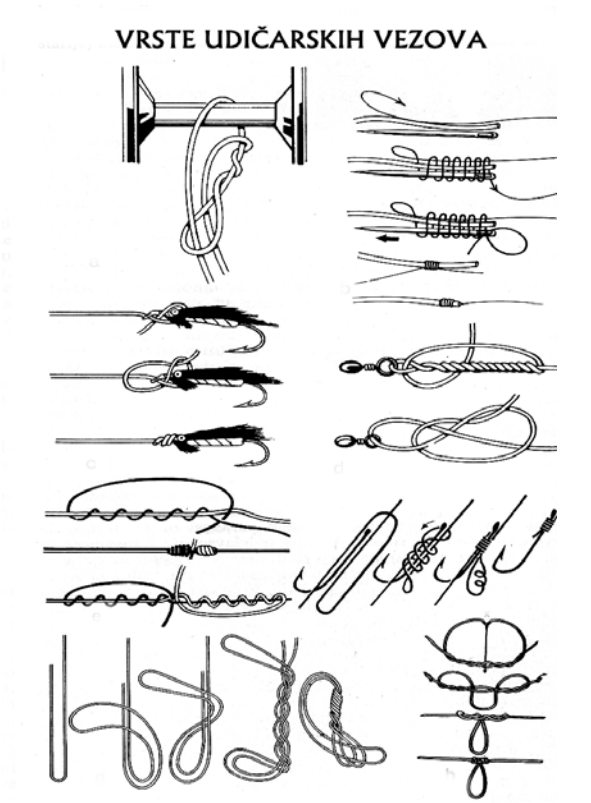
RIBOLOV (SPORTSKI) (engl. *sport fishing*, rus. *спортивное рыболовтво,* franc. *pêche sportive*), lovljenje ribe dopuštenim sportskim priborom, pri kome se ribolovac pridržava ribolovačkih propisa i sportske ribolovačke etike. Zbog bliskog dorira s prirodom, zanimljivost i masovnost, svrstavaju ovu sportsku delatnost u istaknute sportove rekreativnog karaktera. Za bavljenje ovom vrstom sporta skoro da i nema dobne granice. Najrašireniji oblik i jedini pravi oblik slatkovodnog i morskog sportskog ribolova je lov udicom ili udičarenje, kanapom i prutom, gde je ribolovac u dodiru s ribom pomoću određenog pribora. U našim slatkim vodama dopušteno je samo udičarenje, dok u nekim drugim zemljama lovljenje ribe može biti dopušteno pomoću luka i strele, koplja, kao i podvodnom puškom. Na moru je dopušteno lovljenje ribe parangalom i ostima. Od pamtiveka ribolov je bio izazov čoveku, ne samo kroz traženje obroka u ulovljenoj ribi, već je ribolov pružao izazov, dodir s prirodom, draž nadmudrivanja s ribom itd. Pre vi-



Gore: praistorijske udice, i prikaz dole: savremene udice

še hiljada godina, šira upotreba ribarskih mreža u Izraelu, omogućila je da i ribe postanu predmet razmene dobara. Od tada je mreža postala sinonim za privredni način ribolova. U sportskom karakteru ribolova važna je pobuda, a njega određuje odnos prema ribolovnoj vodi (potočnoj, rečnoj, jezerskoj ili morskoj) i ribi koja se lovi. Za sportskog ribolovca ulov ribe nije ekonomska dobit – ta riba je za njega skuplja od one koju može živu nabaviti na tržištu. Ribolov je za njega cilj koji mu omogućuje aktivni odmor, rekreaciju i zadovoljstvo. Svesnim pridržavanjem etike, ribolovac razvija drugarski, sportski odnos i obzir prema drugim ribolovcima, humano se odnosi prema ribi, čuva prirodnu ravnotežu u vodi, mada su i zakonski propisi, kako u Srbiji, tako i u drugim zemljama sveta, postavili jasne granice između sportskog i privrednog ribolova. Sredinom XX veka, sportski

ribolov se naglo razvio u mnogim zemljama, koji je od gotovo ekskluzivnog sporta, postao jedan od najraširenijih i najmasovnijih sportova. Na prostorima bivše Jugoslavije, sportski ribolov se počeo razvijati posle oslobođenja. Upo-





Ribolovačke varalice (razne vrste)



Ribolovačke mušice

redo s porastom broja ribolovaca, svuda u svetu počela je rasti popularnost ribolova, pa su se počela organizovati i prva takmičenja. Na prostorima bivše Jugoslavije, prva sportsko-ribolovačka takmičenja održana su 1954, da bi deceniju kasnije (1964) u zemlji bilo održano čak preko 700 takmičenja, na kojima je učestvovalo oko 26 000 ribolovaca različitih uzrasnih kategorija. Sportski ribolov prisno je povezan i sa turizmom, planinarenjem, pešačenjem, logorovanjem, splavarenjem, putovanjima, upotrebom svih vrsta čamaca kao i nautičarskim turizmom. Međutim, civili-



Razne vrste ribovovačkih štapova
(za udičarenje i mušičarenje)



Ribolovački štapovi sa čekrkom

zacija i urbanizacija, ma koliko pozitivno uticali na masovnost sportskog ribolova, isti ti faktori ugrožavaju sve više život riba. Zagađenja otpadnim voda-

ma sve više uništavaju ribu i njihovu hranu. Stoga i ekološki pokreti u našoj zemlji imaju ogroman značaj za zaštitu ukupne flore i faune, kao i da se revitalizuju prirodna mrestilišta ribe, gde bi se ribe razmnožavale i nalazile dovoljno hrane. *Sportski ribolov u slatkim vodama*, javljao se od postanka čoveka. Prvi ljudi hvatali su ribu rukama, u lokvama zaostalim nakon poplava itd. Prvi ribolovci starijeg kamenog doba već su izrađivali pribor za ribolov: ribolovno koplje, strelicu i harpun. Udica je pronađena još u starijem kamenom dobu, dok su mreže, harpuni i čamci izgrađivani u mlađem kamenom dobu, kao i naselja koja su nicala uz vodu (sojenice). Udica je vremenom dobijala različite i svrsishodne oblike (od primitivne do prave). Manufakturna izrada različitog ribolovačkog pribora počinje u XVI veku u Engleskoj. Skandinavski radnici su preneli iskustva stečena u Engleskoj u svoje zemlje. Mašinska proizvodnja udice za pecanje počela je 1920. godine u SAD, gde su se pravile najbolje i najveće udice na svetu i najboljeg kvaliteta, što su ostale do današnjeg dana. U drugoj polovini XIX veka javljaju se i prva naučna ispitivanja udica i to na osnovu principa mehanike, tako da su konstruisane kvalitetnije svetske udice kao što su: Kirby, Round, Sneck, Peenell, da bi se kasnije pojavile još bolje udice marki: „Eagle klaw“ (orlova kandža). Kotur ili čekrk na ribolovačkom štapu je veoma racionalna sprava. Ona datira još od antičkih Egipćana, koji su znali za ribolovački kotur, na koji se namotavao kanap. Prvi moderniji kotur u svetu izradio je u XIX veku u Engleskoj G. Sinder. Njegov praktični kotur je bio prenosnik (multiplikator), tako da se bubanj (kalem) za namotavanje najlonskog kanapa mogao okretati četiri puta za jedan okret ručice. Kod kotura prenosnika osovina bubnja za namotavanje najlonskog kanapa ukrštava se s osovinom ribolovačkog štapa. Taj kotur ili čekrk u Engleskoj se odomaćio pod nazivom „kotur za bacanje mamaca“ (casting real). Opremljeni su kočnicom i uređajem za fiksiranje na gornju stranu ribolovačkog štapa, a izrađuju se u različitim veličinama. Najveći tipovi su i najpotrebniji za ulov najvećih morskih grabljivica. *Stacionirani (nepomični) bubnjevi za udicu*, konstruisani su u Engleskoj u XIX veku. Osovina bubnja stacionarnog kotura paralelna je s prutom. Taj tip kotura omogućuje srazmeno brzo sticanje veštine preciznog bacanja veštačkih mamaca na razne načine i iz različitih položaja. Takvi koturi postoje kao otvoreni i zatvoreni. *Automatski ribarski*



kotur, omogućava kombinovane prednosti prenosnika i stacioniranog kotura, ima nepomični bubanj kod koga je osovina paralelna sa ribolovačkim štapom, i učvršuje se na gornju stranu štapa, a najlonski kanap se pri bacanju otpušta pritiskom na polugu ili dugme. Za udičarenje mušicom koriste se obični (rotacijski) koturi bez prenosa ili automatski, koji nemaju uređaj za povratno namotavanje najlonskog konca. *Ribolovački štap,* datira takođe još iz antičkog Egipta, dok je danas za takvu upotrebu najbolji bambusov štap, a posebno je cenjen čuveni kineski bambus. Međutim, u XIX veku počela je proizvodnja lepljenog (kombinovanog) bambusa, a takvi štapovi su se pravili od slepljenih izrezanih komada spoljnog i najčvršćeg dela bambusa. Te lepljene vrste štapova odlikovale su se gipkošću, čvrstinom, i lakoćom dobrog zamaha. Krajem XIX veka proizvode se i metalni štapovi, a od 1945. godine proizvode se i od finih niti sintetičkog stakla (fiberglasa), slepljenim veštačkim smolama na određenoj temperaturi. Danas se najviše i upotrebljavaju baš takvi ribolovački štapovi. Oni kvalitetniji su šuplji, dok su štapovi obične izrade pune debljine i slepljenih vlakana smolom. Štapovi se uglavnom proizvode dvodelni, a ređe trodelni ili četvorodelni. Štapovi imaju spojnice za držanje prstena kroz koji se i provlači najlonski kanap, dršku za kotur i udoban rukohvat. *Mamci* su neophodni deo ribolovačkog pribora. Oni primamljuju ribe na ugriz i uzimanje udice. Mamci postoje prirodni kao i veštački (varalice). *Plovak* održava udicu na određenoj dubini, a obaveštava ribolovca o ugrizu ribe. Izrađuje se od plute, pera, celuloida ili plastičnih masa. *Olovni tegovi* daju najlonskom koncu težinu, pa se time omogućava da udica bude zadržana na određenom mestu u vodi.Teg se upotrebljava čekanjem ili potezanjem. Oblik i težina olova varira zavisno od načina ribolova i veličini ostalog pribora, kao i lokalnih uslova pri ribolovu. *Uređaj za sprečavanje uvrtanja (kovrdžanja) uzice pri ribolovu čekanjem ili potezanjem,* stavlja se pri neposrednoj blizini udice ili veštačkog mamca. *Pomoćni pribor,* obuhvata i mrežu za podmetanje (mreža prihvatilica), kuku (prihvatnicu) za izvlačenje ribe iz vode, mrežu i limenu posudu za žive ribice-mamce, kutiju s prirodnim i veštačkim mamcima, torbicu ili korpicu za nošenje ulova, prstenasti otkačivač za vađenje udice iz usta ribe, turpijicu za oštrenje udica, ribarska klešta, polaroidne naočare, koje omogućavaju bolju vidljivost u vodi, ribarsku vagu i metar, a od opreme neophodne su i gumene ribolovačke čizme, kao i mala stoličica na rasklapanje. *Sportski ribolov deli se na sportski ribolov u slatkim vodama i sportski ribolov na moru, kao i podvodni ribolov. Sportski ribolov u slatkim vodama se deli na*



Reprezentacija Srbije – svetski prvak u pecanju na plovak
(68. SP održano je na reci Stara Drava, Bilje, Hrvatska, 2022)

Na slici, najbolji pecaroši sveta: **Goran Radović Gica, Nikola Marković, Nemanja Damljanović, Dejan Rajić, Ivan Pavlov** i **Vladan Mrkušić,** sa stručnim štabom u sastavu: Robert Bicok, Milan Sekulić, Ivan Grujić, Milan Milosavljević, Dejan Arsić i Dragan Bošković. Napomena: dvostruki svetski prvak u ovoj disciplini bio je *Goran Radović Gica iz Arilja*, 11 puta prvak države.

dve grupe: sportski lov ribe udicom na plovak i lov udicom na dnu, kao i turnirsko takmičenje (bacanje veštačke udice i tega).

RICKEN, karate udarac donjim delom pesnice (u stranu).

RING, (engl.) borilište za boksere, rvače, kao i za kečere. Videti pod *boks.*

RISTIĆ BRATISLAV (rođ. u Prokuplju, 1954), bivši reprezentativac SFRJ u pero kategoriji, bio član „Topličanina“ iz Prokuplja, *višestruki šampion Jugoslavije i Balkana, osvojio tri zlatne rukavice, bio je i vicešampion sveta u boksu 1978. godine.*

RIVS L. STIV (Montana,1926-Eskondio, 2000), jedan od prvih i najpoznatijih bodibildera sveta, filmski glumac. Sportska odličja: *Mister Pacifik (1946), Mister Vestern (1947), Mister Amerika (1947), Mister Univerzum (1950).* Od 1954-1968. godine snimio je preko 30 filmova sa tematikom iz antičkih ratova *(Herkules).*

ROGOŠIĆ VELJKO (Kaštel Lukšić, 1941-2012), reprezentativac SFRJ plivač Za SFRJ plivao 203 puta od 1959-1973. Bio je šampion Jugoslavije 142 puta u različitim plivačkim disciplinama. U periodu (1971-1974), plivajući na relaciji Kapri-Napulj osvojio je apsolutnu titulu prvaka sveta u maratonskom plivanju. Svetska federacija za maratonsko plivanje dodelila mu je u Čikagu priznanje za *Najboljeg plivača 1971-1975.godine.*

ROGOZINA NATALIJA (Kazahstan, SSSR, 1976), ruska i svetska višestruka šampionka u ženskom boksu, os-





vojila je i svih 9 profi pojaseva (IWBF, BIBF, WIBA, Globalne boks unije u super srednjoj, WBC, WBA, WIBC, VIBF, WBF) u srednjoj, supersrednjoj i teškoj kategoriji, u periodu 2004-2010.

ROLAN GAROS, grupa teniskih igrališta u Parizu, smeštena u Bulonjskoj šumi, koja su otvorena 1925. godine, gde se održavaju takmičenja na zemljanim terenima za međunarodno prvenstvo Francuske (krajem maja i početkom juna svake godine), za ATP i WTA listu. Ime R. G. dato po francuskom pilotu.

ROSI VALENTINO (Urbino, Italija, 1979), jedan od najboljih motociklista sveta 21. veka, sledbenik slavnog *Đako-*





mo Agostinija. Rosi je osvajač 9 puta titule svetskog šampiona sa 100 pobeda, vozeći motocikle *„fiat“* od 125, 250, 500 kubika, zatim *„hondu“*, *„jamahu“* i *„dukati“.*

RUKOMET (engl. team handball), kao sportska igra u kojoj igrači jedne ekipe međusobno dodavaju loptu rukom nastojeći da je ubace u protivnički gol. Postoje dve vrste rukometa: dvoranski rukomet i veliki rukomet. U dvoranskom rukometu svaka ekipa sastoji se od 12 igrača; u igri učestvuje najviše 7 igrača (golman i 6 igrača u polju), ostala petorica su rezervni igrači. U velikom rukometu ekipa se sastoji od 13 igrača; u igri učestvuje najviše 11 igrača (golman i 10 igrača u polju), ostala dvojica su rezervni igrač i golman. Rukomet kao sportsku igru upražnjavaju pripadnici oba pola i sa svih uzrasnim kategorijama u koje spadaju pioniri, omladinci i ostali. Rukomet kao sportska igra ima vrlo bogatu prošlost. U delima antičkog pesnika Homera, u njegovoj slavnoj Odiseji, opisana je igra za koju bi se slobodno moglo reći da je preteča današnjeg rukometa. Ta davna preteča rukometa u antičkoj Grčkoj se zvala harspaston, a Rimljani su je zvali i harspastum. Ova igra je opisana kao čudnovata terapija protiv raznih bolesti, a rekvizit u lečenju koji je preporučen bio je u vidu male lopte, koja bi se igrala i dodavala ru-

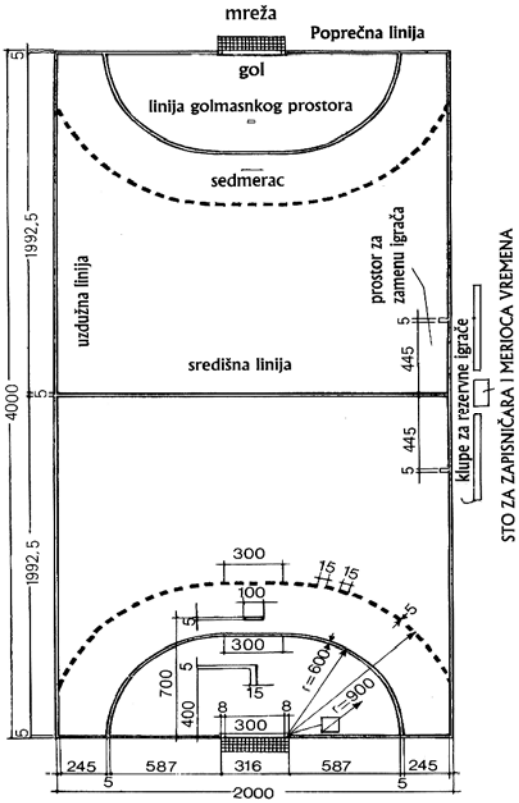
kama kao jedna od najsavršenijih tadašnjih telesnih vežbi. *Jedno od prvih pisanih dela o rukometnoj igri iz perioda XII veka, ostavio je nemački lirski pesnik Valter Fon der Fogelvajd (1170-1230), u svom delu Fangballspiele. Ali, rukomet sličan današnjem obliku istovremeno se pojavio u više evropskih zemalja. Među prvima je 1898. godine u Danskoj, učitelj gimnastike Holger Nilsen uvrstio u svoj nastavni program igru sličnu današnjem rukometu, da bi 1904. objavio i prvi priručnik o toj igri. I u ostalim zemljama Evrope se počela primenjivati igra slična današnjem rukometu: u Češkoj je to proučavao učitelj Vaclav Karas, koji je toj igri prvobitno dao naziv hazena, 1892. godine, a i u Ukrajini se 1910. godine igrala slična igra, u Švedskoj se (između 1912-1919) proučavala igra veoma slična današnjem rukometu. U toku Prvog svetskog rata, u Nemačkoj se 1915. igrala igra Torball, igra loptom koju je trebalo ubacivati u gol (nem. Tor). Igra je bila veoma slična današnjem dvoranskom rukometu.* Prva pravila velikog rukometa u današnjem obliku predstavili su 1917. godine Maks Hajzer, Karl Šelenc i Erik Kenig iz Nemačke, i ta će pravila biti prihvaćena na međunarodnom nivou. Posle osam godina odigrana je prva međunarodna rukometna utakmica (1925) u Haleu u Nemačkoj između ekipa Austrije i Nemačke, a istog dana je odigrana utakmica između reprezentacija radničkih gimnastičkih i sportskih saveza Nemačke i Belgije. Do 1930. godine održavani su samo susreti u velikom rukometu između muških ekipa. Prvi međunarodni susret rukometašica održan je 1930. godine u Pragu između Austrije i Nemačke. Za vreme Olimpijskih igara 1928. godine u Amsterdamu, Međunarodna amaterska rukometna federacija (IAHF) je predložila da se rukomet uključi u OI, ali nažalost to nije prihvaćeno, ipak je nađen izvestan kompromis, da se utakmica velikog rukometa premijerno prikaže gledaocima i u Amsterdamu. Međutim, posle tri godine Međunarodni olimpijski komitet odlučio je u Barseloni (1931) da se veliki rukomet uvrsti na OI, ali to





se nije desilo (na OI 1932) u Los Anđelesu. Konačna odluka CIO-a u Briselu, doneta 1934. godine je bila da veliki rukomet može nastupiti na programu OI u Berlinu 1936. godine. Prvi međunarodni susret u dvoranskom rukometu je održan u Kopenhagenu 1935. godine, a prvo prvenstvo sveta u dvoranskom rukometu održano je 1938. u Berlinu, a prvo prvenstvo sveta u velikom rukometu održano je 1938. godine u Nemačkoj, i na njemu je učestvovalo 10 nacionalnih ekipa. U 1946. godini IAHV je prestao da postoji, a umesto imena te federacije uvedena je IHF, Međunarodna rukometna federacija, 1946. godine odlukom u Kopenhagenu. Prvo prvenstvo sveta posle Drugog svetskog rata održano je 1948. godine u Parizu za muške ekipe, a za veliki rukomet ženskih ekipa održan je (1956) u SR Nemačkoj, u dvoranskom rukometu za muške ekipe 1954. u Švedskoj, a za ženske ekipe na otvorenim terenima 1957. godine u Jugoslaviji. Međutim, dvoranski rukomet je bio isključen iz Olimpijskih igara od 1936-1972. godine, pa je 1972. ponovo vraćen u Olimpijske igre (muškarci), a 1976. godine je dvoranski rukomet za žene primljen u program Olimpijskih igara. Međutim, odigrana su tada i poslednja prvenstva sveta u velikom rukometu za žene i to 1960. godine u Holandiji, a za muške ekipe u Austriji, 1966, jer je omladina celog sveta posve-

tila više interesovanja dvoranskom rukometu. Od 1957-1959. organizuju se i Kupovi Evrope nacionalnih prvaka u dvoranskom rukometu. U 1975. godini organizaciju preuzima IHF, a program se proširuje i na Kup Evrope nac. kup pobednika. Sledeće aktivnosti Međunarodne rukometne federacije (IHF) od 1975. bivaju usmerene na: organizovanje PS za A, B i C grupu muških nacional-



IGRALIŠTE ZA DVORANSKI RUKOMET

nih reprezentacija; PS za A i B grupu ženskih nacionalnih reprezentacija; PS za muške i ženske omladinske nac. reprezentacije (pravo nastupa imaju igrači do 21 godine, a igračice do 19. godine); rukometnih turnira za muške i ženske nac. reprezentacije na olimpijskim igrama; kvalifikacionih susreta za sticanje prava učešća na PS i OI; Kupa Evrope nac. prvaka i Kupa Evrope nacionalni kup pobednika za muške i ženske klupske ekipe; tečajeva i ispita za međunarodne sudije i trenerske simpozije.

Razvitkom rukometa u SFRJ kao i Srbiji godine 1948, formiran je odbor za rukomet pri Fiskulturnom savezu Jugoslavije i pri Fiskulturnom savezu Srbije u Beogradu, da bi iste godine bila održana i prva savezna rukometna takmičenja. Sve do 1953. godine organizovana su samo savezna takmičenja u velikom rukometu, da bi posle 1953. godine sve više dolazio do izražaja „mali rukomet". Ekspanzija „malog rukometa" ili dvoranskog, zahvatala je mnoge osnovnoškolske, srednjoškolske i visokoškolske ustanove, kao i u JNA i radničke sportske igre. Dvoranski (mali rukomet) danas je jedna od najpopularnijih sportskih grana, koja privlači sve više gledalaca, kako na stadionima, tako isto i pored malih ekrana, jer su sve utakmice dinamične, maštovite, žive i privlačne za



Jugoslavija – olimpijski šampion (Minhen, 1972)
Arslanagić, Živković, Pribanić, Horvat, Lavrnić, Miljak, Mišković, Pokrajac, Popović, Lazarević, Karalić, Fajfrić, Zorko, Vidović, Selec i Bugarski. Selektor reprezentacije: Ivan Snoj.

Los Anđeles, 1984.



Jugoslavija – olimpijski šampion (Los Anđeles, 1984)

Zlatan Arnautović, Momir Rnić, Veselin Vuković, Milan Kalina, Jovica Elezović, Zdravko Zovko, Pavle Jurina, Veselin Vujović, Slobodan Kuzmanovski, Mirko Bašić, Zdravko Rađenović, Mile Isaković, Branko Štrbac, Rolando Pusnik, Dragan Mladenović.



Jugoslavija – olimpijski šampion (Los Anđeles, 1984) ženska repr.:
Ptujec, Ognjenović, Pavićević, Janković, Anastasovska, Kitić, Erčić, Cuderman, S. Mugoša, Đurica, Višnjić, Đukić, Merdan, LJ.Mugoša, Đurić.



Svetlana Kitić
najbolja igračica

Rođena je u Tuzli 1960. Nekadašnja reprezentativka SFRJ i Srbije u rukometu. Nastupala je za "Radnički" iz Beograda sa kojim je osvojila Evropski kup prvaka i IHP Kup pobednika kupova. Na OI (Moskva, 1980), sa *reprezentacijom SFRJ* osvojila 2. mesto, a na OI (Los Anđeles, 1984) zlato, kao i 2 put zlato na PS. *Od strane Svetske rukometne federacije proglašena je i najboljom igračicom rukometa svih vremena na inauguraciji 2010.*

pripadnike oba pola i različitih životnih dobi. *Igralište je pravougaonik, dužine 40 m i širine 20 metara. Sastoji se iz polja za igru i dva golmanova prostora. Podloga igrališta mora biti od drveta ili od odgovarajućeg elastičnog poda. Gol stoji na sredini gol-aut linije i čvrsto je vezan za podlogu. Unutrašnja visina gola je 2 metra, a širina 3 metra. Linija koja ograničava golmanov prostor zove se linija golmanskog prostora („šesterac"). Linija slobodnog bacanja je linija „deveterca", koja je isprekidana i obeležena paralelno sa linijom golmannovog prostora na rastojanju od 3 metra od nje. Delovi linije slobodnog bacanja kao i razmaci između njih dugi su po 15 cm. Linija sedmerca je povučena na rastojanju od 7 m od zadnje ivice gol-linije po sredini i ispred gola, paralelno gol-liniji. Rukometna lopta se sastoji od jednobojnog kožnog ili odgovarajućeg sintetičkog omotača i gumenog pneumatika. Mora biti okrugla, ali ne suviše tvrdo naduvana. Spoljašnji materijal ne sme da bude gladak ni sjajan. Za muškarce lopta ima obim 58-60 cm i težinu od 425-475 grama. Za žene lopta ima obim od 54-56 cm i težinu od 326-475 gr. Granična linija za golmana („linija 4 m") je oznaka duga 15 cm. Ona je obeležena na rastojanju od 4 m od zadnje ivice gol-linije, po sredini i ispred gola, paralelno gol-liniji. Središna linija, povezuje sredine obe aut-linije. Linije za zamenu igrača ograničene su, s obe strane središne linije, sa po jednom linijom dugom 15 cm. Igru vode dvojica ravnopravnih sudija, kojima pomažu zapisničar i merilac vremena. Jedan sudija u svakom trenutku igre je „sudija u polju", a drugi je „sudija pored gola". Dve funkcije se stalno menjaju tokom igre. Trajanje rukometne igre, za žene i muškarce (preko 18 godina) iznosi 2x30 minuta, sa 10 minuta odmora. Posle odmora ekipe menjaju strane. Tajm-aut ima pravo da traži svaka ekipa, u svakom poluvremenu, po jedan „tajm-aut" u trajanju od 1 minuta. Ekipa broji sa rezervama, najviše 14 igrača. Na terenu sme istovremeno da se nalazi najviše 7 igrača jedne ekipe (golman i šest igrača u polju). Kapiten na svom dresu nosi oznaku. Zamena igrača se obavlja tokom cele utakmice. Broj izmena nije ograničen. Tokom rukometne igre, loptu je dozvoljeno dodirivati svim delovima tela osim potkolenicom i stopalom, a u vazduhu ili na tlu držati najduže 3 sekunde. Dozvoljeno je, sa loptom u ruci, napraviti najviše 3 koraka. Nije dozvoljeno: oduzeti ili izbiti loptu koju protivnik drži, zatim sprečavati kretanje protivnika rukama, nogama ili držati protivnika, gurati ga, udarati, nasrtati na njega. U toku vođenja lopte, igrač sme jednom rukom da vodi loptu neograničeno puta, pri tom može da menja ruku kojom vodi loptu. Ne sme da preklapa loptu, da je prevrće, kao recimo, kod košarkaškog vođenja. Gol je postignut ako je lopta celom površinom prešla gol-liniju. Ubacivanje (aut) izvodi se kada lopta pređe uzdužnu liniju i sa mesta na kome je prešla uzdužnu liniju. Izvođač mora da stane jednom nogom na liniju i doda svom suigraču loptu. Dozvoljeno je postići gol iz auta. Korner je kada je lopta prešla poprečne linije, poslednja dodirnula igrača ekipe koja se brani. Iz kornera se može neposredno postići gol. Slobodno bacanje se dosuđuje za određene prekršaje i to prema pravilima igre (slobodno bacanje), iz koga se neposredno može postići gol. Sedmerac, kao najstroža kazna, dosuđuje se: prilikom grubih prekršaja prema protivniku na svojoj polovini terena, kao naprimer kod nepravilnog ometanja protivnika u jasnoj situaciji za postizanje gola, namernog stupanja u vlastiti golmanov prostor, sa ciljem odbrane, namernog vraćanja lopte golmanu koji se nalazi u svom golmanskom prostoru, zbog unošenja lopte u golmanov prostor i pogrešne izmene golmana. Sedmerac se izvodi samo kao neposredno bacanje na gol. Golman sme da izađe iz gola najviše 4 metra od linije gola. Kazne su: opomena, koja se označava pokazivanjem žutog kartona, isključenja na dva minuta (isti igrač tokom utakmice može biti isključen tri puta na po 2 minuta), a posle trećeg isključenja, nema više pravo da učestvuje u igri. Umesto*

njega može da nastupi drugi igrač. Diskvalifikacija igrača podrazumeva smanjivanje rukometne ekipe za jednog igrača. Kad je u pitanju trening, veliki rukomet i mali (dvoranski rukomet) se u tome ne razlikuju. Međutim, veći prostor igrališta omogućuje i veću slobodu igračima, šaroliku tehniku, maštovitost, taktičke poteze i mnogo mašte u kombinacijama. U velikom rukometu se uglavnom primenjuje individualni sistem igre (čovek na čoveka), zbog toga treba više pažnje posve-



Najbolji golman Evrope, reprezentativac Srbije Darko Stanić (Prvenstvo Evrope, Beograd, 2012)



MUŠKA RUKOMETNA REPREZENTACIJE SRBIJE, 2012. Sleva, gornji red: Ivan Stanković, Bojan Beljanski, Žarko Šešum, Marko Vujin, Predrag Jovović (fizioterapeut), Petar Nenadić, Momir Rnić, Momir Ilić. Srednji red: Nenad Vučković, Rastko Stojković, Nikola Manojlović, Milan Babić (doktor), Vladan Jordović (trener), Veselin Vuković (selektor), Vladimir Radulović (fizioterapeut), Alem Toskić, Strahinja Milić. Donji red: Dalibor Čutura, Dragan Marjanac, Miloš Kostadinović, Darko Stanić, Rajko Prodanović, Luka Mitrović, Dobrivoje Marković, Ivan Nikčević (EP, Beograd, 2012).

titi individualnom usavršavanju odbrambene i navalne tehnike. Kod malog rukometa (dvoranskog), tehnika podrazumeva racionalan način izvođenja, kretanja ili pokreta, usklađen sa zadatkom i uslovima. Elementi tehnike rukometne igre su brojni i manje ili više složeni. Taktički deo podrazumeva rešavanje zadataka na planski način, prilikom takmičenja, u čemu je veoma važno izvršiti procenu mogućnosti sopstvene i protivničke ekipe. *Na PE u rukometu za muškarce (Beograd, 2012), Danska je osvojila 1. mesto i zlatnu medalju, reprezentacija Srbije je osvajač 2. mesta i srebrne medalje, a 3. mesto Hrvatska.* Selektor muške reprezentacije: *Ljubomir Vranješ. Takođe, u Srbiji je održano i žensko seniorsko SP u rukometu. (6-22.12.2013). Šampion sveta bio je Brazil, vicešampion sveta – Srbija, a 3. m – Danska.*



Ženska rukometna reprezentacija Srbije VICEŠAMPION SVETA (Beograd, 2013)
Svetsko prvenstvo (održano u Srbiji, 6-22. decembra 2013)
Katarina Tomašević, Jovana Risović, Svetlana Ognjenović, Jelena Nišavić, Katarina Krpež, Dragana Cvijić, Sanja Rajović, Marija Lojpur, Sanja Damnjanović, Biljana Filipović, Jovana Stoiljković, Andrea Lekić (kapiten), Kristina Lišćević, Jelena Erić, Jelena Popović, Jelena Živković. U širem sastavu: Ana Kačarević, Ivana Milošević i Marina Dmitrović. Selektor reprezentacije: **Aleksandar Saša Bošković.**

RVANJE (engl. wrestling, rus. борьба), vrsta borilačkog sporta u kome se nadmeću dva borca u nastojanju da jedan od njih drugoga prinudi na predaju ili ga dovede u podređeni položaj. Jedna od poznatih klasičnih vrsta rvanja, koja se kasnije nazvala rvanje grčko-rimskim stilom, primenjivana je još u vreme održavanja antičkih Olimpijskih igara u okviru pentatlona (776. godine p. n. e.), a druga vrsta rvanja „pankration" (danas je poznata i kao rvanje slobodnim stilom), bila je nekad samostalna takmičarska disciplina antičke Grčke, koja se prikazivala na javnim mestima. Iz te dve drevne vrste rvanja izgradio se moderni stil, a paralelno sa njim ipak je ostalo sačuvano mnoštvo narodnih oblika rvanja kao što su: sumo (u Japanu), švingen (u Švajcarskoj), glina (na Islandu), a na prostorima jugoslovenskih zemalja kao rvanje u koštac ili u pojas, kao i

pelivansko rvanje (namazanog gornjeg dela tela u kožnoj donjoj odeći). Takođe postoji još i posebna englesko-američka vrsta slobodnog rvanja keč-ez-keč-ken, koja je bazirana na tehnici narodnog i klasičnog rvanja, a taj stil primenjuju isključivo vrhunski profesionalni rvači. Sve nabrojane vrste rvanja razlikuju se međusobno po početku, toku i završetku borbe, ali najveću međusobnu sličnost imaju rvanje grčko-rimskim stilom i slobodno rvanje. Zbog svoje lepote pokreta, zahvata i položaja, ta dva rvačka stila su zastupljena na svim svetskim prvenstvima i olimpijskim igrama, i zbog mnoštva kombinacija i načina prezentovane tehnike, ovakva rvanja se jedino mogu održavati na specijalnim strunjačama. *Krajnji cilj rvačke borbe je da jedan od protivnika dovede drugoga tehnikom bacanja ili na drugi način – do tuša (od franc. tousher dodirnuti), tj. u takav položaj da istovremeno bačeni protivnik dodirne obema lopaticama strunjaču ispod sebe. Borba se vodi u 3 runde, od kojih svaka runda traje po 3 minuta, sa po jednim minutom odmora iza prve i druge runde. U borbi, ako rvač dovede svog protivnika u poziciju „tuša" odmah se proglašava pobednik, bez obzira na trajanje borbe. Ali, ako u vremenu od 9 minuta nijedan od takmičara ne dovede suparnika u poziciju „tuša", pobednik se odlučuje na osnovu dotad prikupljenih bodova u borbi, ili se borba proglašava nerešenom. Najveći broj bodova koji se dobija u jednoj akciji iznosu 4 boda, a dobija ga onaj takmičar koji svog protivnika dovede u položaj sličan tušu, i ako ga u toj poziciji zadrži najmanje 5 ili više sekundi.* Proučavanjem razvoja rvanja u svetu, pretpostavka je da se rvanje prvobitno pojavljuje na području Dalekog istoka, kao što je to bilo u Kini pre oko 3000 godina p.n.e. Tamo se spominju rvačka takmičenja pod nazivom „dan rvanja" kao manifestacije na kojima su učestvovali i odrasli i deca. Na pradavne rvačke događaje podsećaju i zidne freske s početka drugog milenijuma p.n.e. pronađene i u Egiptu. Rvanje su u pradavno doba poznavali i stari narodi Asirci, Vavilonci i koristili u ratne svrhe. Rvanje je u vreme antičke Grčke od VI veka p.n.e. bilo upražnjavano sve do kraja Rimskog carstva. Još je poznati grčki mislilac Filostrat iz III veka p.n.e. govorio o rvanju u svom delu *O gimnastici*, zatim u Homerovoj *Ilijadi i Odiseji* itd. Godine 708. p.n.e. rvanje biva uvršteno u program Olimpijskih igara, a pobeda u *pentlatlonu* (grčki petoboju) isključivo je zavisila od ishoda najboljih rvačkih borbi. Rvalo se slobodnim stilom, ali su tada postojala pravila koja su sprečavala bilo kakve zahvate opasne po zdravlje takmičara. Zatim je došlo do velikih promena u doba helenizma (334-324. g. p.n.e), kada je uveden rvački stil zvani pankration, u kome je bila zastupljena tehnika rvanja sa elementima pesničenja, sa dopuštenjem svih zahvata u kojima je jedan takmičar mogao onesposobiti drugoga za daljnju borbu. Zanimljivo je da se u to vreme rvalo u stojećem stavu, a gubitnik je bio onaj takmičar koji je tri puta bio bačen na tlo. Vremenom je došlo i do jačanja Rimskog carstva, i tada su najsposobniji „treneri rvanja" iz Atine odlazili put Rima, da tamo obučavaju mlade patricije u rvanju, pripremajući ih za takmičenja tzv. grčko-rimskim stilom. Nažalost, u II veku p.n.e. rasli su ekonomski i drugi problemi oholog Rimskog carstva, koje je tada potpuno zanemarilo telesno vaspitanje, koje je u antičkoj Grčkoj bilo primarno, da bi u Rimskom carstvu ono postalo jedna od oblika zabave bogate vladajuće klase, tako da se uvode čuvene gladijatorske borbe. Isprva su te borbe imale sve elemente takmičarskog karaktera, ali to je vremenom poprimilo organizaciju spek-

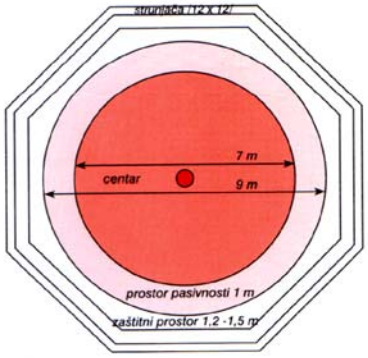
takala masovnog pokolja svih takmičara, a među njima i najboljih rvača, jer šta je mogao da uradi najbolji rvač Rimskog carstva, kad u krvavoj areni pred sobom ima rvača koji bolje od njega barata mačem, sekirom ili teškim lancima. Dakle, sva „takmičenja“ u gladijatorskim arenama su bila obavezna gubilišta života najboljih rvača i boraca toga vremena, što taj period vladanja Rimskog carstva obeležava kao najsuprotniji sportskim poštenim nadmetanjima i sa nehumanom stranom istih. U periodu hrišćanstva dolazi do ukidanja Olimpijade, kao vida takmičenja, tako da je posle 394. godine nove ere rvanje u Rimu bilo potpuno obustavljeno. Ono će se ponovo vratiti, ali tek u XI veku. Rvanje su rehabilitovali vitezi iz krstaških ratova, a za njima i mnogi seljaci i zanatlije koji tada nisu imali pravo nositi oružje. Jedan od prvih udžbenika o rvanju pod nazivom *Ringerkunst*, napisao je 1539, Fabijan von Auersvald, a u ilustracijama mu je pomogao Luka Kranah stariji. Zatim se pojavljuju i drugi autori kao što su: Komenski, Lok, Basedov, Guts, kao i drugi znani pedagozi i predstavnici filantropističke pedagogije krajem XVI veka. Na području Evrope krajem XVIII veka rvanje je bilo veoma rašireno. To je period kada su rvačka takmičenja bila veoma popularna. Prvu i ozbiljniju demonstraciju rvanja održali su 1872. godine studenti u Parizu, a za njima su sledili studenti Nemačke i Italije. U periodu 1872-1912. godine stasalo je nekoliko poznatijih rvača u svetu. Međutim, veoma važan nastup su imali rvači na Olimpijadi 1896. u Atini, i tada su nastupili rvači grčko-rimskog stila, a prvo svetsko prvenstvo u rvanju je organizovano 1898. u Parizu. Veliki doprinos rvačkom sportu u svetu dao je Pol Pons, osnivač škole grčko-rimskog stila rvanja iz Pariza. Ponsova škola će postati jedna od najcenjenijih u svetu, i u njoj će se školovati najbolji rvački taletni, koji će učiti sve tajne rvanja od antike, pa sve do XX veka. Zbog Ponsovog doprinosa rvanju, Francuzi su pokušavali da rvanje grčko-rimskog stila zvanično nazovu i „francuska borba“, ali, ipak, to u svetu nije prihvaćeno. Na sledećim Olimpijskim igrama u Londonu iz 1908. godine, slobodni stil rvanja se odvaja od grčko-rimskog stila, pa su se na tom najvećem takmičenju sveta – pojavile obe rvačke discipline odjednom, a svaka je imala svoja jasna definisana pravila. Godine 1921. osnovana je Međunarodna federacija za amatersko rvanje (FILA) sa sedištem u Parizu. Na prostorima jugoslovenskih ze-



Rvačka borilišta za svetska prvenstva

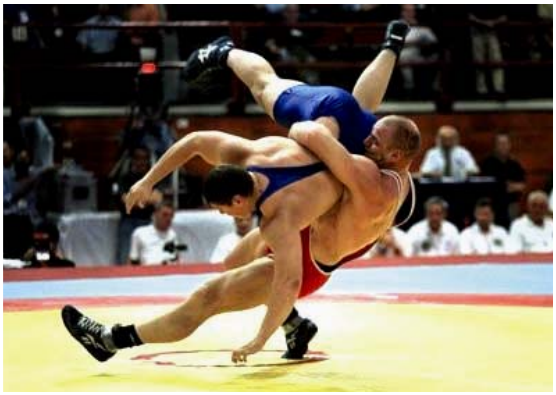
malja razvoj rvanja je bio vezan za osnivanje sokolskih društava, koja su pored telesnog vežbanja i sportske gimnastike upražnjavala i tešku atletiku (dizanje tegova, rvanje, mačevanje i boks) u periodu početkom XX veka. Jedan od takvih klubova je bio poznat u Somboru i zvao se Teškoatletski klub „Radnički“, koji će pomoći i osnivanje i drugih klubova širom Vojvodine: u Subotici, Novom Sadu, Velikom Bečkereku (Zrenjaninu), Senti, Kikindi, Vršcu, zatim Beogradu itd. Na Olimpijadi u Parizu, 1924. godine i na OI 1928. godine u

Amsterdamu nastupili su najbolji rvači i bivše Kraljevine Jugoslavije (iz Sombora Nikola Grbić, Stevan Nađ, Iso Milovančev i Bela Juhas, a iz Subotice Mirko Boroš). Na Olimpijadi 1936. u Berlinu, nastupili su rvači iz Kraljevine Jugoslavije (Kalman Kiš iz Subotice i Stevan Nađ iz Sombora). Posle Drugog svetskog rata, jugoslovenski rvači redovno učestvuju na svetskim prven-



RVAČKO BORILIŠTE

tvima, olimpijskim igrama i prvenstvima Evrope, tako da su u periodu 1955-1976. godine jugoslovenski rvači na tim najvećim svetskim takmičenjima osvojili ukupno 48 medalja od toga 12 zlatnih, 21 srebrnu i 15 bronzanih, a rvači koji su proslavili Jugoslaviju bili su tad: Borivoje Vukov, Milorad Arsić, Branko Martinović, Branislav Simić i Stevan Horvat-Pišta, a za njima su se okitili najvećim svetskim odličjima i: Ivan Frgić, Momir Kecman, Sreten Damnjanović, Refik Memišević, Milan Nenadić, (a na SP 2007. g. Kristijan Fris, bronza). Međunarodna rvačka federacija danas ima tehnička pravila, koja tačno određuju kazne za bilo kakvo nesportsko ponašanje u rvanju (namerno udaranje, lomljenje prstiju, vučenje za kosu, štipanje, hvatanje dresa, primena „makaza" nogama na glavi ili bilo kom delu tela i za pasivnu borbu). Najviše se želi iskoreniti pasivnost rvača tokom borbe. A kompletno borilište omogućuje primenu postavljenih pravila. Borilište je dimenzija 12x12 metara, može biti kvadratnog, osmougaonog ili kružnog oblika. Neposredno rvačko borilište je sa 7 (sedam) metara prečnika, prostor pasivnosti je crvene boje i kružnog oblika obeležen 1 (jedan) metar, zaštitni deo borilišta je 1,2-1,5 metara. Rvanje u oba stila (grčko-rimski i slobodni) podeljeno je na deset kategorija: 48 kg, 52, 57, 62, 68, 74, 82, 100 i do 130 kilograma.



Aleksandar Aleksandrovič Kareljin (Novosibirsk, SSSR, 1967), najbolji sportista 20. veka i heroj Ruske Federacije. U grčko-rimskom stilu rvanja, osvajač je zlatnih medalja na Olimpijskim igrama (Seul, 1988, Barselona, 1992, Atlanta 1996). Bio je i 9 puta svetski šampion, a 12 puta šampion Evrope. Na slici: ruski rvač Aleksandar Kareljin pobeđuje američkog reprezentativca Meta Gafarija. Na EP (Beograd, 2012), Kareljin je bio promoter sa Momirom Petkovićem.

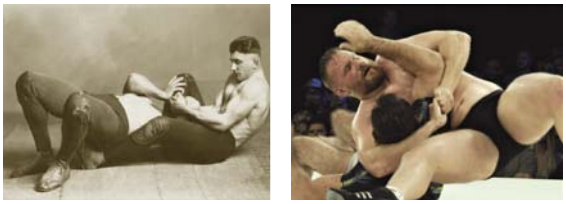
Grčko-rimski stil je najčešći oblik rvanja, zahvati se mogu ostvariti samo rukama i to do pojasa. Noge su pasivne za eventualno dovođenje u prednost. Slobodni stil rvanja podrazumeva da je dozvoljeno rukama i nogama primeniti tehnički zahvat na svim delovima tela. Sportska oprema je: triko (dres) iz jednog dela, pripijen uz telo, crvene ili plave boje (radi prepoznavanja). Uz lekarsku saglasnost dozvoljeno je nošenje kolenice ili zavoja na kolenima ili laktu. Cipele moraju biti meke, sa ravnim đonom i bez kopči, vezane pertlama. Borba traje pet minuta (ako jedan od rvača ostvari najmanje tri tehnička poena). Ako u regularnom vremenu nema pobednika, borba se nastavlja još najviše tri minuta. Ako ni tada nema pobednika, trojica sudija; predsednik strunjače, su-

dija na strunjači i bodovni sudija određuju pobednika. Borba se može završiti i pre isteka regularnog vremena: tušem (kada leđa ili ramena jednog od rvača budu fiksirana dve sekunde na strunjači), zatim ako je ostvarena razlika od



Svetski šampion Davor Štefanek (Srbija)
U kategoriji do 66 kg (Uzbekistan, 2014), olimpijski šampion u rvanju (Rio de Žaneiro, 2016).

deset tehničkih poena, ili ako jedan od rvača (zbog povrede) preda borbu, par for-fe, posle lekarske zabrane i zbog diskvalifikacije. Ako jedan od rvača, iz podređenog položaja (parter, most) napusti obeleženo borilište, sudija na borilištu ga vraća u parterni položaj. Gornji rvač dužan je da ostvari kontakt otvorenim dlanovima dodirujući ramena donjem rvaču, i na znak sudija započne borbu. Ako su oba rvača, slučajno napustila borilište, na sudijin znak, borba se nastavlja u centru borilišta u stojećem stavu. Merenje rvača u vezi sa rvačkim takmičenjem traje trideset minuta dan pre takmičenja. Žrebanje se vrši neposredno, na merenju, svaki takmičar izvlači svoj startni broj na osnovu koga se uvrštavaju u takmičarsku tabelu (od najmanjeg do najvećeg broja). Posle prvog kola pobednici se svrstavaju u grupu „A“, a poraženi u grupu „B“. Posle dva poraza takmičar je eliminisan iz daljeg takmičenja. Vrednovanje rezultata: realizovani zahvat se ocenjuje, zavisno od vrednosti, sa jednim, dva, tri ili pet tehničkih poena. Rvački savez Srbije bio je organizator i SP u *Greplingu,* a takmičenje u ovoj novoj vrsti sporta održano je u Beogradu 1-2. 10. 2011. Grepling je vrsta rvanja u neolimpijskim disciplinama. Srodni sport rvanju *slobodno rvanje* ili Catch-As-Catch-Can (engl.) uhvati kako možeš – ili borba kečera u čemu se koriste svi pa i mnogi grubi zahvati iz elemenata judoa, grčko-rimskog



i slobodnog rvanja. *Pobeđuje takmičar koji prisili protivnika da ramenom dodirne strunjaču u trajanju od najmanje 3 sekunde. Kečeri su podeljeni u kategorije prema telesnoj težini kao takmičari rvači. Atrakcija je za gledaoce.*

S

SABADOŠ MIKLOŠ (1912-1961), reprezentativac Mađarske u stonom tenisu, svetski prvak pojedinačno (1931), a na PS osvojio ukupno 24 medalje (15 zlatnih, 6 srebrnih i 3 bronzane).

SABAKI-WASA (jap.), kretanje na borilačkom takmičenju (karate, judo, tekvondo, jiu-jitsu itd).

SAGI-ASHI-DACHI, stav koji se izvodi na jednoj nozi. To je centralni otvoreni stav, na kome je stopalo podignute noge prislonjeno na unutrašnju stranu kolena noseće noge (karate).

SAI, oruđe (oružje) poreklom sa arhipelaga Okinava. Prva poznatija upotreba oružja sličnog sai-ju pripisuje se in-



Sai-bodež se sastoji od: Tsuka-gashira (donji deo drške), Tsuka (drška), Yoku (štitnik), Monouchi (oštrica), Saki (vrh bodeža). Kao drevno japansko oružje sai-majstora.

dijskom božanstvu Indra, koji u ruci drži identičan predmet (simbol moći). Upotrebu ovog oružja su usavršili budistički sveštenici u Indiji i Kini. Sai je napravljen od gvožđa i bio je preterano

težak. Postoji tradicionalni pristup saiju, isključivo se poklanjao samo vrlo bliskom prijatelju i značio je na Okinavi izraze dubokog poštovanja. Sai se pro-



Fumio Demura, jedan od najvećih majstora Sai-a na planeti. Na slikama je veliki sensei, znak njegove čuvene škole, i donja slika: sai-bodež.

izvodio čak i od bambusa. Na arhipelagu Okinava, sai se koristio na dva načina; moglo se sa njim rukovati kao odbrambenim oružjem, ili bacanjem ka protivniku. Sai se koristio u paru tj. kao defanzivno oružje i to pre svega protiv opasne samurajske sablje "katane" kao i "boa". Za rukovanje saijem postoje specijalne tehnike i majstorske sai-kate.

SAI-JUTSU, veština upotrebe sai bodeža i ovladavanje svim sai-katama.

SALCHOV URLIH (1877-1949), reprezentativac Švedske u umetničkom klizanju, bio je deset puta svetski šampion (1901-1911), devet puta prvak Evrope, olimpijski šampion 1908. Skok *salchov* u umetničkom klizanju nazvan je po njegovom imenu. Bio je predsednik *međunarodne komisije sudija umetn. klizanja (ISU).*

SAMBA (špan.), sportski ples ili južnoamerički ples u 2/4 taktu i tempu 56, s više osnovnih ritmova, promenadama i protupromenadama. U ovoj vrsti sportskog plesa tipičan je tzv. *boncing*, lagano spuštanje savijanjem u kolenima uz istovremeno kretanje prsti-peta obeju nogu, sa spuštanjem kukova napred-natrag u ritmu lagano-i-lagano. Samba, kao sportski ples je nastao u Brazilu, uz uticaj ritmova Afrike, a preko SAD proširio se po celom svetu.

SAMBO (skraćenica od ruskog termina самозащита без оружия), vrsta rvačkog sporta slična džudou (judou), veoma popularan u Ruskoj Federaciji, kao i u drugim delovima Evrope. Sambo, kao sport i borilačka veština, stvoren je sažimanjem tehnike iz judoa sa zahvatima nacionalnih rvačkih veština drugih azijskih naroda, kao što je npr. rvanje gruzijskog naroda, Čitaoba, Kirgiza, rvanje mongolskog naroda, Baškiraca, Kazahstanaca, Tuvina i druga nacionalna



Sambo, sleva: tehnika meljnica "vetrenjača" i desno: borbe

rvanja, kao i zahvatima rvanja slobodnog stila na Zapadu. Sambo je sistem goloruke borbe, koje su pripadnici Crvene armije počeli negovati od 1920. godine u rvačkom klubu „Dinamo" iz Moskve. On je nastao tako što su dvojica stručnjaka za borilačke sportove, sovjetski stručnjak judoa V. S. Oščepkov i rvački stručnjak H. Haralampijev, angažovali i stvorili poseban stil isklju-

čivo za obuke armije SSSR, a kasnije su ga prihvatile i ostale sportske organizacije, sa željom da od veštine samoodbrane stvore nacionalni sport koji je od 1923. godine nazvan – sambo. Prva su





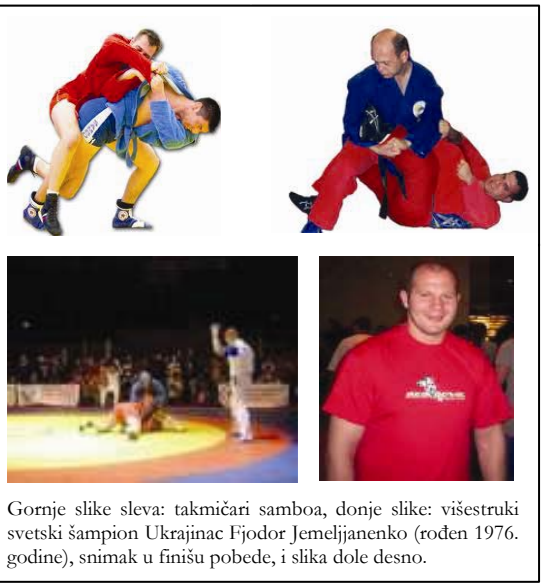




Svetska takmičenja u sambou, za žene i muškarce, doprinose sve većoj popularnosti ovog sporta, koji dobija brojne pristalice u mnogim zemljama širom planete.

sportska pravila stvorena 1930, a prva takmičenja su održana 1935. Kao sport priznat je zvanično u SSSR 1938. godine i tada je dobio i svoju terminologiju i sistematiku, sa utvrđenim pravilima, dok su najnovija pravila utvrđena 1965. godine. Prva pojedinačna takmičenja u sambou počela su se održavati 1939, a pojedinačna i ekipna prvenstva SSSR od 1949. Međunarodna federacija za amatersko rvanje FILA priznala je 1966. godine sambo kao stil rvanja (uz grčko-rimski stil). Prvi međunarodni turnir u sambou održan je u Rigi 1967. Sovjetski sambisti su uglavnom bili i izvrsni majstori veštine judoa, a judo je svakako mnogo uticao i na razvoj samboa. Zanimljivo je da su japanski takmičari borilačkih veština judoa i ju-jutsu, koji su važili bez premca u svetu, sa velikim zanimanjem brzo prihvatili nacionalnu borilačku veština iz SSSR, i za kratko vreme su uz Ruse postali druga nacija u tom sportu, kako po osvojenim medaljama, tako isto i na praktikovanju samboa kao izvanredne borilačke i sportske veštine. U zemljama sa jugoslovenskog prostora, jedan od prvih takmičara koji je učestvovao na međunarodnom sambo turniru u Rigi 1967, bio je džudista „Impola“ iz Slovenske Bistrice, Stanko Topolčnik, koji je osvojio 2. mesto na tom značajnom sambo-turniru. Propisana odeća koju koriste takmičari samboa veoma je slična odeći džudista, sa tom razlikom što svi sambo-takmičari umesto donjeg dela kimona nose kraće pantalone, a na nogama rvačke cipele od meke kože. Takmičenje se odvija na strunjačama, na tlu. Cilj borbe u stojećem stavu je baciti protivnika na leđa, tako da takmičar koji ga baca ostane na nogama. To svakako zahteva poznavanje izvanredne tehnike da bi se postigla „čista pobeda“. Ali ako je takmičar bačen s delimično uspešnom tehnikom, a i sam bacač (napadač) je pao na strunjaču, onda se svi bodovi sabiraju. U borbama na tlu, pobednik je onaj takmičar koji prisili drugoga pomoću poluge na laktu ili kolenu da preda meč. U borbi na tlu, sambisti nastoje postići i zahvate držanja, kojih ima više vrsta. To su položaji u kojima je protivnik potpuno pod kontrolom, a dok leži na leđima i jedna mu ruka mora biti fiksirana. Za čistu pobedu potrebno je protivnika dr-

žati u tom položaju (slično tušu) najmanje 20 sekundi. Pobeda na bodove može biti izražena razlikom u bodovima od 12 poena, kada se prekida pre vremena borbe ili – ako je razlika manja od 12 poena – kada traje do kraja propozicijama predviđenog trajanja borbe. Ako oba protivnika imaju jednak broj bodova, sudije određuju pobednika na



Gornje slike sleva: takmičari samboa, donje slike: višestruki svetski šampion Ukrajinac Fjodor Jemeljanenko (rođen 1976. godine), snimak u finišu pobede, i slika dole desno.

osnovu većeg broja pokušaja. Trajanje borbe je 6-8 minuta, a finalne borbe 8 ili 10 minuta, zavisno od ranga i uzrasta takmičara. Tehnika u sambou se deli na tehnike u stojećem stavu i na tehnike na tlu (parterne tehnike). Bacanja u sambou se dele na nožna bacanja, ručna bacanja hvatom za noge, te bacanja bez rada nogu i bez hvatanja nogu rukama. U sambou se koriste gotovo sva bacanja koja su poznata u judou, rvanju grčko-rimskim stilom i slobodnim stilom, ali sambisti upotrebljavaju dosta rvačkih tehnika koje su ponikle iz azijskih naroda sa tla SSSR. Tehnika borbe na tlu deli se na zahvate držanja i zahvate poluga. Držanja su sa boka, sa glave, sa strane nogu i odozgo, a poluge se dele na poluge na laktu i poluge na kolenu.

SAMBON-KUMITE, u karateu dogovoreni sparing (3 napada) i tri iskoraka kroz stavove zenkutsu-dachi.

SAMBON-TSUKI, trostruki direktni pravolinijski udarac čelom pesnice prema napred. Izvodi se prvo udarcem oi-tsuki u glavu, pa sa malom pauzom još dva udarca u srednju regiju tela (gyaku-tsuki i oi-tsuki). Ovo je veoma efikasna tehnička karate-kombinacija udaraca.

SAMOSTREL, streličarska naprava sa lukom, čekrkom, tetivom i strelicama. U upotrebi od X-XVII veka. Isprva je samostrel korišćen u srednjovekovnim armijama za izbacivanje zapaljivih strela,



Savremeni i najmoderniji sportski samostreli XXI veka

kao i kamenih ili metalnih kugla, metalnih strelica, a kasnije je isključivo korišćen za lov. Videti termin *streličarstvo*.

SAMURAJ, naziv je za japanskog plemića i ratnika. On je pripadao svome gospodaru, a po starim zakonima Japa-



na, nošenje oružja je jedino bilo dozvoljeno aristokratskom sloju, pa je i samuraj-najamnik bio iz plemićke loze.

SAMUSENKO PETRENKO TATJANA (1938-2000), sovjetska reprezentativka u mačevanju i jedna od najboljih floretistkinja na svetu. Na Olimpijskim igrama 1960, 1968, 1972. godine osvojila je zlatne medalje, a 2. mesto 1964. Na PS (1966) osvojila 1. mesto pojedinačno, a 1963, 1965, 1966, 1970. godine osvojila zlatne medalje (ekipno), dok je na





PS 1959, 1962, 1967, 1969. godine, osvojila 4 srebrne medalje i 3 bronze.

SANCHIN, savremeni naziv za prvobitnu katu arhaičnog karatea. Ona spada u bazične okinavljanske kate.

SANCHIN-DACHI, "stav peščanog sata", kao centralni zatvoreni stav. Na ostrvu Okinava stav je obavezan u svim karate stilovima (prikaz na slikama).





SAN-DAN, označava majstorsko zvanje crni pojas 3. DAN, za koji je potrebno minimum treniranja 4 godine po dobijanju 2. DAN-a, ili najmanje 12 godina ukupnog karate-staža. Nosilac majstorskog zvanja 3. DAN mora da raspolaže i širokim repertoarom poznavanja karate-kata sa detaljnim znanjem sistema, kao i sposobnost da i sam demonstrira individualnu asimilaciju forme i principa većine majstorskih kata i to kao celinu. Od karate majstora ovog ste-

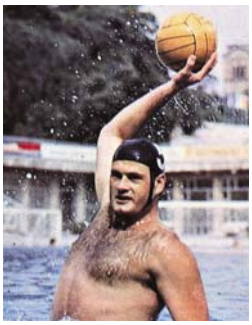


Desno: sensei karatea 3. DAN-a Života Vukojčić Žika (Izvodi efikasan nožni udarac joko-geri, Beograd, 1970)

pena se očekuje karate-način razmišljanja i šire poznavanje teorije karatea, sa tehnikama koje poseduju veliku zrelost.

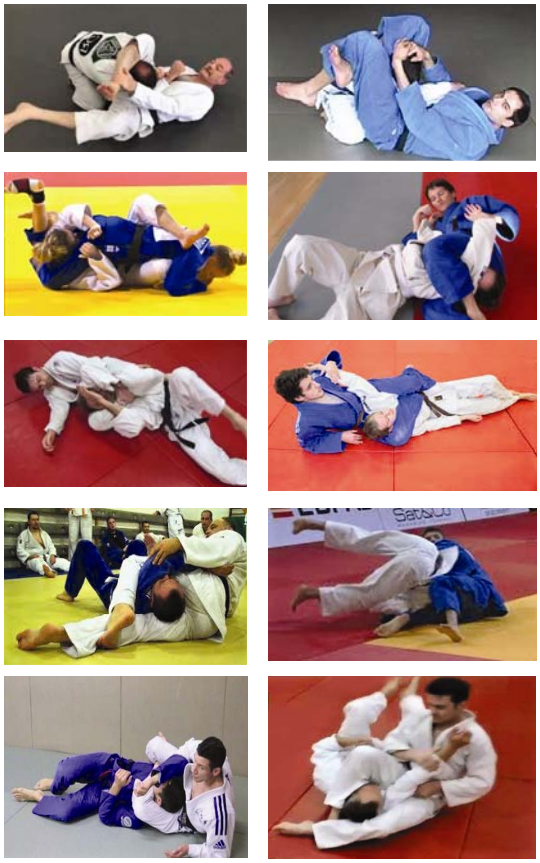
SANDALE, iz vrste lake letnje obuće izrađena od crvenog sandalovog drveta. Drevni majstori karatea, aikidoa, kao i legendarni samuraji nosili su na nogama sandale, deo tradicije Dalekog istoka.

SANDIĆ MIRKO (u Beogradu, 1942 - 2006), jedan od naših najboljih vaterpolista, reprezentativac u plivanju i vaterpolu. Isprva plivač slobodnog stila na 100 i 400 m. Bio je član PK „Partizan" iz Beograda. Kao član Jugoslovenske vaterpolo reprezentacije, učestvovao je na Olimpijskim igrama 1960, 1964, 1968, i 1972. godine. Sa čuvenom reprezentacijom Jugoslavije osvojio zlatnu medalju i 1. mesto na Olimpijskim igrama (Meksiko, 1968), srebrnu medalju na OI (Tokio, 1964). Sa ekipom beogradskog „Partizana", na Kupu Evrope nacionalnih prvaka u vaterpolu, osvojio je i 4 zlatne medalje (1963, 1965, 1966, 1970). Kao izuzetan medicinski fenomen, *Sandić* je proglašen za sportistu



sa najvećim obimom srca u svetu. Mirko Sandić je dobitnik priznanja Zaslužnog sportiste bivše velike Jugoslavije.

SANKAKU-JIME, tehnika zahvata ili gušenja u parteru: iz judoa (Shime-waza), jiu-jitsu, brazilski jiu-jitsu (videti slike).



SANKAKUTOBI, snažni, požrtvovani (trostruki) karate udarac u skoku.

SANKANJE (engl. sledding, rus. санчный спорт), vožnja sankama niz zaleđene i snežne padine u cilju zabave ili sporta. Po arheološkim nalazištima naroda severnih zemalja, može se zaključiti da su svi oni imali ideja kako da iskoriste zaleđene površine svoga ambijenta, i to još od kamenog doba. U svrhu prevoza oni su izrađivali i sanke, koje su bile slične današnjim sankama. Isprva su pravljene od životinjskih kosti, drveta, a kasnije od metala, koje su vukli konji, psi, ili irvasi. I danas se u Norveškoj čuvaju izrezbarene sanke drevnih vikinga iz IX veka. I severnoamerički Indijanci su izrađivali svoju vrstu sanki od savijenih brezovih dasaka, dok su sanke kao važno prevozno sredstvo od davnina koristili Eskimi, koje su vukle pseće zaprege, zatim su bile poznate sibirske sanke napravljene od elastičnog drveta i povezane kaiševima. Laponci su pravili svoju vrstu sanki koje su bile slične čamcu i imale primitivan mehanizam za upravljanje. Najčuvenije su ruske sanke (trojke) u koje su se upregala tri konja, i one su za velika ruska prostranstva bile putne sanke, koje su se izrađivale manjih dimenzija veličine čamca, kao i gigantskih dimenzija veličine putničkog vagona, i u njih je bilo upregnuto šest konja, a katkada i više. Na područjima prostrane Kine, sanke su vukli ljudi, a takođe su izrađivane sanke i oko zamrznutih alpskih jezera,



Takmičenje u sankanju sa zapregama (Rusija, 1830)



Jednoprežne sanke (Sibir, krajem XIX veka)

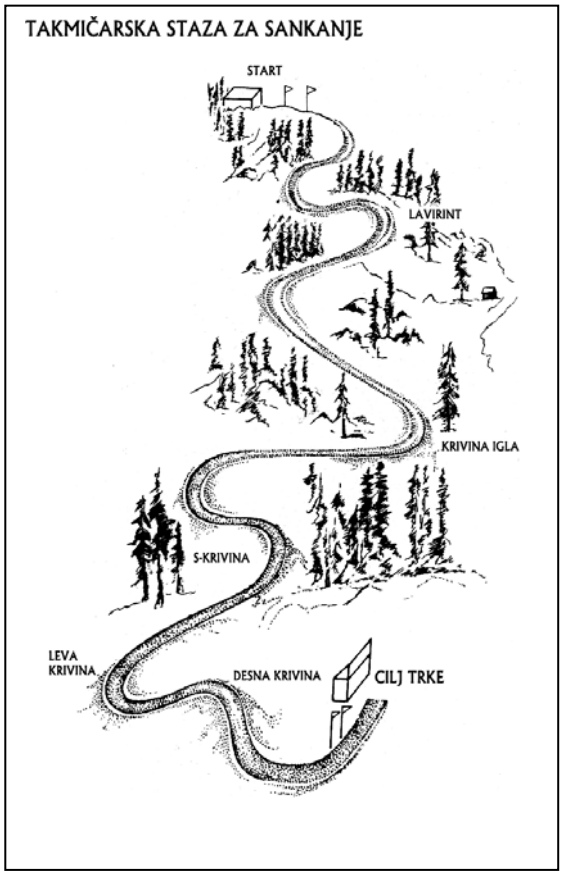


Sanke – kao prethodnica trkačkog boba (XIX vek)

koje su gurali klizači u periodu XIX veka. U sanke se takođe ubrajaju i sanke koje su po izgledu bile preteče trkaćeg boba u kojima je vozač stajao držeći se za ručke. Jedan od najstarijih zapisa o istorijatu sankanja spominje se nekakva odredba iz 1506. u Bazelu po kojoj se sankanje može odvijati samo na posebno odobrenom prostoru. Sankanje ta-



kođe spominju i nemačke hronike iz sredine XVI veka. Godine 1883. održano je i prvo takmičenje u sankanju, a teren za to je poslužio put Davos-Klosters, na stazi dužine 4 km. Na tom prvom takmičenju u sankanju učestvovalo je 8 zemalja, a pobednici su bili Švajcarac Minš i Australijanac Robertson, sa vremenom 9,15 minuta. Takmičenja se razvijaju i u Bavarskoj, zatim Austro-Ugarskoj itd. Švajcarci, Austrijanci i Nemci osnivaju 1913. u Drezdenu prvi Međunarodni sankaški savez (Internationaler Schlittensportverband), a godine 1914. organizovano je u Ještedu kod Libereka u Češkoj prvo prvenstvo Evrope u sankanju sa 83 takmičara oba pola. Od 1924. godine brigu o sankanju u svetu vodi Međunarodni sankaški savez (FIBT), a od 1957. Novi Međunarodni sankaški savez (FIL), koji je osnovan u Sent Moricu, dok mu je sedište bilo u austrijskom gradu Rotenmanu. *Staze za sankanje,* koje služe za takmičenja mogu se napraviti na prirodnim stazama ili na veštački napravljenim stazama sa veštačkim snegom i ledom. Prvo veštačko sankalište sa visinskom razlikom od 10 m, sagrađeno je 1777. u Petrogradu, a 1840. u Berlinu. Međutim, jedna od najpoznatijih staza koja je izgrađena za sankanje posle 1879. godine bila je u Davosu, dužine 2505 m, zatim i kraća staza u Oberbarenburgu u Nemačkoj dužine 1000 m, sa nagibom i padom korita 9-14%. Međutim,



najviše staza za sankanje ima Davos (19), sa veštačkim i prirodnim stazama, prirodne su prekrivene snegom, a veštačke sankaške staze, ledom. Prema propozicijama FIL, staza za takmičenje duga je 1000-2000 m, sa najvećim mogućim nagibom od 11%, širina korita se kreće 1,2 m-1,5 m. Na samom startu je most visine 1,5 m. Staza mora imati 5 krivina sa radijusom 9-15 m, a strmina staze mora biti ravnomerna na celoj dužini. Jedna od najboljih veštačkih staza izrađena je 1968. godine u Nemačkoj u Kinigseu kod Berštesgardena. *Sanke za takmičenje* su imale takođe svoje periode razvitka i usavršavanja. Prve takmi-

čarske sanke iz XIX veka bile su previše čvrste, krute, i slične današnjim dečjim drvenim sankama. Početkom XX veka u takmičenjima su se najviše koristili dva tipa sanki: davoske sanke (po gradu Davosu), koje su bile manje sa napravljenim sedištem od drvenih letvica, koje su se pokazale dobro naročito na



krivinama. Pored njih su bile poznate i teške metalne štajerske sanke (po Gornjoj Štajerskoj). Sanke su se pravile i u raznim oblicima, ali su najviše novina ponudili braća Gfejler iz Bavarske, koji su konstruisali svoje sanke bez poprečne letve koja je do tad spajala klizeće delove. Uklanjanjem letve, sanke su dobile na elastičnosti i pokretljivosti. Može se smatrati da su braća Gfejler bili prvi pioniri i vizionari elastičnih sanki koje će se vrlo brzo konstruisati, i koje će ostati u upotrebi do današnjih dana. Na prvenstvu Evrope 1914. u Libereku u Češkoj, prvi put su isprobane fleksibilne pokretljive sanke, na kojima je sankaš R. Kaučka osvojio šampionat. Posle toga se pojavljuju još bolje i modernije sanke modela: Fretze, Gasser, Weissnicht, a među najboljim sankama za takmičenje smatrale su se nemačke sanke Olympiablitz. Prema novim pravilima FIL, takmičarske sanke mogu biti teške do 20 kg, a širina između unutrašnjih bridova klizećih površina ne sme preći 48 cm. Dužina sanki se bira slobodno. Jednosedne sanke su dužine 124-135 cm, a dvosedne do 135 cm,











Na gornjoj slici: sanke četvorosedne, kao preteča boba iz 19. veka. Slike u sredini: internacionalno takmičenje u sankanju (jednoseda i dvoseda), donje slike: amaterske sanke, i desno: dečije elastične sanke, uz uže za vučenje.

visoke su 15 cm, klizajuće površine ili salnici drveni i okovani metalnom oplatom na kojoj je čelična šina. Sanke su za prednji deo pričvršćene specijalnim kaišem koji služi za držanje i upravljanje, dizanje sa tla i skretanje u stranu. Takmičenja u sankanju se organizuju za muškarce i žene, u jednosedu i dvosedu. U jednosedu takmičari i takmičarke moraju učestvovati u 4 trke, a u dvosedu u dve. Na prvenstvu Evrope i prvenstvima sveta, svaka nacionalna ekipa prijavljuje najviše 8 takmičara, 6 takmičarki i četiri ekipe za dvosed, sa dopuštenjem takmičarima da isti mogu da učestvuju i u jednosedu i dvosedu. Prvo

prvenstvo Evrope održano je 1914, a prvo svetsko prvenstvo 1955. U programu zimskih Olimpijskih igara, sankanje kreće 1964. godine, a od 1960. organizuje se i takmičenje za „Alpski pehar“. Svi takmičari pre službenog početka imaju pravo da prođu svu stazu i dobro upoznaju sve krivine, itd. Po međunarodnim propisima FIL, staza mora imati po jednu krivinu ulevo, udesno, krivinu „igla“ (spoljni ugao 140-180^0 s promerom od 10 m), krivinu „S“ (dve uzastopne krivine), lavirint (dve uzastopne suprotne krivine) i ravninu. Pre svakog takmičenja, formirana komisija proverava dimenzije i debljinu sanki. Najbolji rang takmičaru određuje njegovo poznavanje tehnike, ali je strogo zabranjena upotreba bilo kakvog pomoćnog štapa, zatim odgurivanje rukama u debelim rukavicama, i to se odnosi na takmičare jednoseda i dvoseda.

SANKU-KAY, karate stil čiji koreni potiču iz Shuko-kay škole *(Yoshinau Nanbu).*

SASAI-TSURI-KOMI-ASHI, judo tehnika ili “nožno uzdignuto čišćenje”. U donjem delu potkolenice tori snažno “poštopuje” ukea i sprečava ga da iskorači napred, dok levom i desnom rukom tori povuče ukea snažno napred i ulevo, pa ga u velikom luku baca na strunjaču (tatami).

SAVATE, vrsta borilačkog sporta koji vodi poreklo iz Francuske, ali pod uticajem tajlandskog boksa i azijskih borilačkih veština. Pionir savatea Čarls Lesnur 1830. godine uvodi kombinacije sa udarcima ruku i nogu, a 1901. osniva se i prvi savate klub u Francuskoj. U periodu 1914-1945, savate zvanično postaje sport i učestvuje na OI (Pariz, 1924). Savate federacija (F.I.S.) osniva se 1901, a Internacionalna federacija 1985. Pokretanje savatea u Kraljevini Srbiji datira od 19. veka. Savate su doneli srpski oficiri školovani u Francuskoj, među kojima se isticao Dragutin Nikolajević, koji je 1905. u Beogradu promovisao savate, a 1914. napisao i prvu knjigu o savateu.



SAVATE REPREZENTACIJA SRBIJE (RIM, 2014)

Stručni štab čine: selektor Miodrag Rakić i treneri Miroslav Odžić i Slobodan Popov. Takmičari i reprezentativci: Goran Bajšanski, Strahinja Jovović, Siniša Zeljković, Darko Knežević, Igor Šiljovicki, Miloš Vračević, Siniša Knežević, Ljubomir Čestić, Ivana Popadić, Sandra Zekić, Kristina Džolić, Dejan Kežić, Srđan Nadrljanski, Teodora Manić, Goran Ostojić, Nada Miladinov. Reprezentativci Srbije takmiče se u 2 discipline: kombat (pobeda nokautom), i u disciplini asaut savate (pobedom se dolazi bodovima) kroz prikaze tehnika u borbi. Na svetskoj rangi listi savatisti Srbije zauzimali su drugo ili 3. mesto.

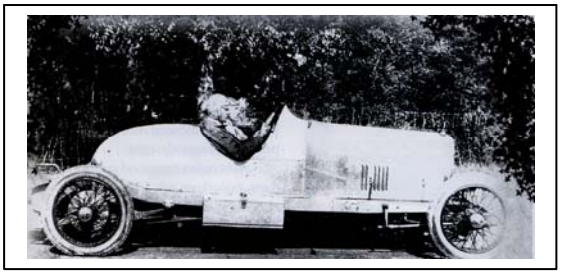




Na slici, levo: svetsko prvenstvo za žene u kombat savateu, i na slici desno: Goran Bajšanski, višestruki šampion Evrope i sveta u kombat savateu. Desno: sa zlatnom medaljom šampiona SP (Rim, 2014)

Oprema: *triko iz jednog dela. Dozvoljeni udarci rukom: direkt, kroše, aperkat, sving, ali bez okreta. Nožni udarci: prednji bočni, kružni, polukružni, kližući. Pojasevi: slični kao u karateu. Adresa Savate saveza Srbije, 22400 Ruma, 27.Oktobra 7-a, (022/479-963).*

SAVATIĆ RADOVAN (1879-1952), jedan od naših prvih šampiona automobilizma. Životnu karijeru započeo je kao lični vozač kralja Aleksandra Karađorđevića i vojvode Živojina Mišića. Karije-



ru nastavio takmičenjem čuvenom belom „alfom“ i sa njom osvojio 1. prvenstvo Kraljevine Jugoslavije, 1923. godine.

SAVIĆ MOMČILO (u Ćupriji, 1942-Novi Sad, 2015), bio je redovni profesor, doktor fizičke kulture, šef katedre borilačkih veština i dekan FFK u Novom Sadu. Uspešni savezni trener svih bokserskih reprezentacija bivše države SFRJ, naših slavnih svetskih i olimpijskih šampiona iz druge polovine XX veka. Autor je knjiga i naučnih radova (boks).



SAVIĆ RADE, rođ. u Gornjem Milanovcu (1984), reprezentativac Srbije u dizanju tegova, član AK „Partizan“, višestruki šampion države, evropski i svetski šampion u RAB benč-presu u kategoriji do 140 kg GPC federacije. Svetski rekordi: podigao težinu od 270 kg (Limerik, 2011), a 290 kg (Knjaževac, 2013).





SAVIĆ VLASTIMIR (1937), reprezentativac u padobranstvu. U razdoblju od 1962-1966, bio je 4 puta svetski rekorder u grupnim skokovima na cilj.

SEGAL STIVEN (Lansing, Mičigen, 1952), počeo se baviti borilačkim veštinama u *klubu-sekti Omotekyu*, kao stranac prvi je počeo voditi dojo u Japanu. Bio oženjen japanskom glumicom *Miyako Fuyitana.* Majstor je karatea, ali se prebacuje na aikido (nerealni), gde stiče majstorsko zvanje crnog pojasa 7. DAN, bio je telohranitelj slavnih glumica. Stiven Segal je snimio 32 akciona filma, u kome je dominirala njegova specijalnost – *aikido.*



SEIKEN-AGE-UCHI, udarac čelom pesnice prema napred u gornju regiju.

SEIZA, kao tradicionalni položaj tela u karateu, izvodi se sedeći. Služi za redovne meditacije, pre i posle treninga.

SEMENJA KASTER (iz Južne Afrike, 1991), reprezentativka u atletici, rekorderka i svetska prvakinja u trci na 800 m, sa postignutim vremenom 1:55,45 minuta, svetsko prvenstvo (Berlin, 2009).

SENSEI, tradicionalni učitelj borenja.

SEOSKE SPORTSKE IGRE, kao oblik rekreativnih takmičenja, namenjenim seoskom stanovništvu, koje organizuju aktivi ili društva za fizičko vaspitanje, a svaka sredina ima u programu grane sporta za koju je tradicionalno vezana.

SFO, specijalno fizičko obrazovanje, u primeni sa redovnim nastavnim programima, naročito na visokim i višim školama policije, COPO, kao i u srednjim vojnim školama i vojnim akademijama, sa vežbama tehnike borilačkih sportova.





Instruktori jiu-jitsu i aikidoa, slika sleva: doktor borilačkih sportova Branko Savić Karson, i dipl. viši trener aikidoa Ranko Ždrnja.

SHAOLIN-SZU, veština borenja, stil kineskog boksa nastao u manastiru Shaolin (IV vek provincija Honan). Veština se sastoji od zahvata, napada i samoodbrane bez oružja i sa oružjem. Ovaj borilački stil je bio preteča stvaranja i ostalih stilova borenja u Kini i Japanu.







SHIKO-DACHI, “jahaći stav” sa stopalima okrenutim upolje (karate, sumo).

SHORINJI-KEMPO, starija varijanta kineskog boksa koja se nekad vežbala u Japanu, ili šaolinska veština i korelacija: karatea, judoa, ju-jutsu kao i ritualno-verskih vežbi. Osnivač ovog stila je bio sensei Doshin So (1911-1980). Borci iz



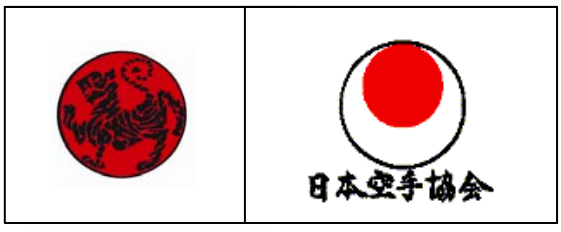


ove veštine nose kimona, dok majstori preko kimona nose i crnu haljinu. Zasad ova veština nema takmičarski karakter, već demonstrira borbene tehnike.

SHOSHUGEIKO, letnji karate seminar (kondicije i tehnike). Takve seminare vodili su internacionalni karate majstori: *Murakami, T. Kase, Donovan, Miyazaki, Okazaki, Anoeda*, u Beogradu, Petrovcu (na moru), Umagu, Novom Sadu itd.

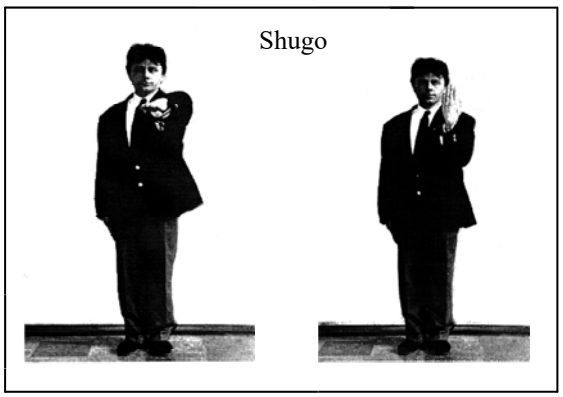
SHOTO-KAI, karate stil koji se iznedrio iz Shoto-kan škole. Osnovao ga je Funakoshijev učenik Shigeru Egami. Sličan je ranijim oblicima Shotokan stila, ali i neobičan za karate, jer ima „mekan“ pristup razvoju snage udaraca.

SHOTO-KAN, prvi, savremeni stil karatea. Osnovao ga je Gichin Funakoshi, prenevši ovu drevnu borilačku veštinu sa arhipelaga Okinava u središnji Japan.



Terminološko značenje reči Shoto-kan postoji u nekoliko verzija (shotova kuća, prostor, tigrova kuća), ali i po nadimku Funakoshija, koga su zvali Shoto (Tigar), a i veština lepog pisanja na japanskom književnom jeziku piše se upravo rečju “Shoto”. Ova slavna škola je mahom bila rasprostranjena u istočnom Japanu, a sam stil je jedan od najraširenijih karate stilova u svetu. Na fotografiji su prikazani amblemi Shoto-kan (stari i novi).

SHUGO, “poziv sudijama”, glavni sudija rukama poziva sve pomoćne karate sudije u slučaju odluke (Shikkaku).



SHUI-SHIAO, stara borilačka veština “kineskog rvanja” i kojih postoje ukupno tri vrste: mongolsko, kinesko i chinna rvanje (uz izvrsne veštine hvatova).

SHUKO-KAI, stil japanskog karatea, a začetnik je bio sensei M. Tani, koji je u ovaj stil uveo elemente sportskog nadmetanja, zanemarivši dotadašnje tradicionalne elemente (kate, prikaze vežbi).

SHURIKEN-JUTSU, borilačka veština rukovanjem malim opasnim projektilom metalne izrade, zvezdastog, trouglastog ili pak četverouglastog oblika i



oštrih ivica, dužine oko 10 cm. U srednjem veku u Japanu, tim oružjem su se služili svi izvežbani diverzanti i špijuni (videti pod terminologijom “Ninje”).

SHUSHIN, vrhovni sudija na karate takmičenju (u svetskom, evropskom itd).

SHUTO, spoljni brid dlana karatiste.

SHUTO-GAMEN-UCHI, kružni karate udarac dlanom.

SHUTO-JUJI-UKE, karate blok spoljnim bridom dlana ukrštenim rukama.
SHUTO-SAKOTSU-UCHI, efikasan karate udarac bridom šake u ključnu kost. Udarac ima putanju odozgo nadole u željeni cilj, ka telu protivnika.
SHUTO-UCHI, udarac bridom dlana ruke, "ruka sablja" (prikaz na slici).
SHUTO-UKE, karate blokovi spoljnim bridom dlana (levi ili desni). Odbrana od napadačevog udarca rukom.



Prikaz ručnog karate bloka *shuto-uke* desni (migi)

SHUTO-WASA, ručna tehnika udaraca i blokova (brid dlana). Veoma raznovrsna u odbrani i napadu. Ova tehnika se koristi i u teškim razbijačkim tehnikama (tameshi-wari) u razbijanju određenih predmeta: cigli, dasaka, crepova, pa čak i grlića flaše (kao vrhunac).
SIDE-STEP, zaobilazno kretanje u borbenom stavu (naizmenično, dvostruko, direktno), karate, judo, boks itd.
SIDÓ FERENC (1923-1998), mađarski reprezentativac u stonom tenisu, svetski šampion 1953, a na prvenstvima sveta ukupno osvojio 27 medalja (po 9 zlatnih, srebrnih i bronzanih). Autor je knjiga: *Asztalitenisz,* 1961*,* a delo *Kaucsukladba varázsa,* napisao 1964. godine.
SIKARAN, filipinska narodna borilačka veština. U tehnikama udaraca koriste se noge i ruke. Postoje posebni udarci "paralize" i udarci "smrti" za napadača pod nazivom (pangilo-pamataj). Pravila ove veštine su danas modifikovana, tako da se udarci izvode samo nožnim tehnikama u ringu kružnice. Pobednik je borac koji izbaci iz kruga protivnika ili koji osvoji poene nadmoćnošću.
SILAT GAYONG, malajska borilačka veština uz stilizovane pokrete, koji sliče ratničkom plesu. Suparnici se bore kratkim drvenim štapom i vijugavim nožem, koji se naziva kris. Prikaz na fotografijajama: levo amblem borilačke veštine, i desno senseji borilačke veštine gayong, u crnom kimonu.

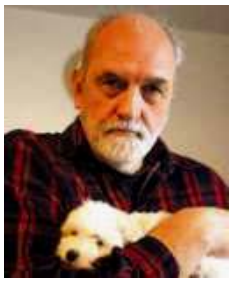


SIMIĆ BRANISLAV (Gornja Rogatica, 1935), reprezentativac grčko-rimskog stila rvanja, zaslužni je sportista bivše SFRJ, profesor istorije. Rvanjem se počeo baviti 1948. godine, višestruki je šampion SFRJ u srednjoj i poluteškoj kategoriji, a član reprezentacije Jugoslavije postao je 1954. godine. Osvajač je i sledećih odličja: *Trofeja Jadrana iz 1954. i 1956. godine, Kupa Jugoslavije 1958, šampion OI (Tokio, 1964), osvajač bronzane medalje na OI (Sijudad Meksiko, 1968) u srednjoj kategoriji, šampion Mediterana iz 1967. godine i višestruki prvak Balkana, osvajač srebrne medalje na PS (Istambul, 1956), osvajač srebrne medalje na PS u Helsingboru,1963. godine.* Živi u Novom Sadu.



SIMONOVIĆ LJUBODRAG DUCI (Vrnjačka Banja, 1949), košarkaški reprezentativac i zaslužni sportista bivše Jugoslavije, član KK „Crvena zvezda" iz Beograda. Diplomirao i magistrirao na Pravnom fakultetu u Beogradu, doktor nauka. Igrao u omladinskoj reprezentaciji Jugoslavije za koju je odigrao 30 utakmica, a 107 utakmica za seniorsku reprezentaciju (od 1964-1972), a 8 utakmica za reprezentaciju Evrope u

organizaciji FIBA. Ljubodrag Simonović je nastupao na prvenstvu Evrope 1969. i 1971. (srebrna medalja), na prvenstvu sveta iz 1970. godine (I mesto).



Ipak, definitivno prestaje sa igranjem košarke 1972. godine, postaje analitičar sporta u pisanim i elektronskim medijima, otkrivajući i neke negativnosti profesionalizma u sportu, skrećući pažnju na probleme u vezi sa mladim generacijama sportista. Dr Ljubodrag Simonović je pisac više knjiga, kao što su: *Novi svet je moguć, Olimpijska podvala i sport,* a jedna od najpoznatijih je *Pobuna robova*.

SINHRONIZOVANO PLIVANJE (engl. synchronized swimming), umetničko plivanje koje je sastavljeno od estetskih oblikovanih i ritmičkih plivačkih pokreta, položaja, figura i sastava, koji se izvode u skladu (sinhrono) i s muzikom. To je najmlađa disciplina sportskog plivanja, koja je prvenstveno namenjena ženskim takmičarkama. Preteče takve vrste „umetničkog" ili „figurativnog" plivanja su se pojavile krajem XIX veka, a 1892. godine u Velikoj Britaniji su održana prva takmičenja u tzv. figurativnom ili umetničkom plivanju. Takođe, u periodu 1924-1935. i u Nemačkoj su održavana prvenstva u umetničkom slaganju figura u vodi. Najveći šou u umetničkom plivanju izvela je 1934. godine grupa plivačica na Svetskoj izložbi u Čikagu, pa je veoma brzo ta disciplina postala veoma popularna širom SAD, da bi posle 7 godina Amateur Athletic Union (AAU) zvanično je i priznao 1941. kao sportsku disciplinu sa propisanim pravilnikom takmičenja. U periodu od 1945-1955. održavaju se nacionalna prvenstva SAD, a 1955. ova disciplina je ušla i u službeni program Panameričkih igara. Godinu dana kasnije (1956) osniva se Međunarodna komisija za sinhronizovano plivanje u sastavu Međunarodne amaterske plivačke federacije (FINA), što će i doprineti



Sinhronizovano plivanje: umeće i atrakcija za gledaoce

da se disciplina sinhronizovanog plivanja sa svojom popularnošću probije ka Evropi, isprva u Francusku i Holandiju, a veoma brzo i u ostale zemlje starog kontinenta. Na prostore jugoslovenskih zemalja, ova disciplina je stigla 1957. i to u okviru plivačkog susreta Francuske i Jugoslavije, da bi se 1973. godine u Beogradu, na prvom svetskom prvenstvu u plivanju disciplina sinhronizovanog plivanja pod nazivom umetničkog plivanja – našla na programu. Godine 1984. na Olimpijskim igrama u Los Anđelesu, disciplina sinhonizovanog plivanja je postala ravnopravni učesnik, pa je svojim umetničkim i vizuelnim dražima oduševila sve učesnike Olimpijade sa brojnom publikom, kako na Igrama, tako i pored malih ekrana širom sveta. Disciplina sinhronizovano plivanje podrazumeva nastup para takmičarki i tima od 8 članova. Kao i kod skokova u vo-

du, ovaj sport ocenjuje tim stručnjaka. Bodovne sudije koriste kliznu skalu od 0-10 poena. Obavezne figure donose oko 50% ukupnih bodova; druga polovina se zasniva na inovacijama, super gracioznoj uvežbanosti koja se izvodi uz muzičku pratnju. Takmičarke ističu da možete impresionirati sudije vašom koreografijom, ali ako je ne izvodite dobro pogotovo u obaveznim figurama, ne može se pobediti. Svaka figura u vodi ima svoje ime, kao npr. sabljarka, pliskavica, čaplja, albatros, katalina, kula, flamingo i dr. Jedna od najtežih figura je mešavina raznih osnovnih figura izvođenih uvijanjem i okretanjem. To je okret za 360 stepeni za kojim sledi drugi za 180 stepeni do zastoja. Posle toga još jedan okret za 180 stepeni – do zastoja – sa uvijanjima urađenim tako da popunjavaju prekide u izvođenju. To se sve radi sa glavom ispod vode. Sinhronizovano plivanje zahteva od plivačice da drži dah 30-40 sekundi pri nekim napornijim i teškim pokretima pod vodom, a gotovo jedna polovina figura izvodi se naglavce u bazenu. Zahteva se izdržljivost kao kod vaterpolista, a elastičnost mora parirati lepoti pokreta tela. Takmičarke ne smeju dodirnuti dno niti stranice bazena. Obavezne figure moraju izvoditi bez muzike, ali svako pomanjkanje skladnosti ili nesposobnosti plivačica u paru da dupliraju svoje pokrete (kao slika u ogledalu) znači manje bodova. Rotaciono udaranje nogama, tzv. „mutilica“ pozajmljeno je od vaterpola, drži plivačice na površini vode. Za pokretanje napred koristi se veslanje rukama i ukočenim leđnim mišićima. Takmičenja se održavaju u zatvorenom plivalištu (bazenu), a taj program se izvodi na površini od 12x12 m; dubina bazena je 3-8 m, voda mora biti bistra, dno vidljivo, a bazen mora imati podvodno osvetljenje, kao i nadvodne i podvodne zvučnike. Takmičarke u sinhronizovanom plivanju nose crne kupaće triko-kostime i bele kape.

SISTEMA, tradicionalna i autohtona ruska borilačka veština, ponikla među ruskim Kozacima. Tokom II svetskog rata koristili je sovjetski diverzanti, da bi





posle 1945. godine ova veština bila podignuta na najviši nivo u trenaži KGB. Treninzi obuhvataju: rukovanje oružjem, žicom, ašov-oružje, borba noževima vezanih očiju (jedinice *Specnaz).*

SKEJTBORD (engl. skateboard), ekstremni sport vožnje na rolerima (višeslojna daska od furnira ili iverice sa četiri točkića). Ova grana sporta nastala je krajem 70-ih godina u Kaliforniji. Vožnja zahteva veliki osećaj za ravnotežu, vozeći na dasci na kojoj se stoji sa obe noge, ali se odguruje od tla jednom nogom.







SKIJANJE–SMUČANJE (šved. skidsport, engl. skiing, rus. лыжный спорт, češki i slov. lyzařstvi), kao vrsta zimskog sporta u kojem se pomoću skija (smučki) ostvaruju različita kretanja po snegu (hodanja, trčanja, skakanja i spuštanja) po raznovrsnom terenu (ravnom, brdovitom ili strmom). Skijanja obuhvataju: nordijsku grupu disciplina (skijaško trčanje, štafete i skokove), skijaške letove

i alpske discipline (spust, slalom i veleslalom). Sačuvani pećinski crteži i ostaci materijalne kulture kamenog doba govore da su se prastanovnici najsevernijeg dela Zemljine kugle, kretali belim zaleđenim prostranstvima pomoću nekakve naprave koju su stavljali na svoju obuću. Jedna od najstarijih „skija“ starosti preko 4500 godina pronađena je u mestu Hotingu u Švedskoj, dok je najstariji crtež „skijaša“ iz 2000. godine p.n.e. otkriven na ostrvu Rodoj u Norveškoj. Takođe, jedan deo sličnih crteža otkriven je na obali Belog mora, kao i na obali jezera Onjega. Skijaše spominje i danski hroničar iz III veka nove ere, Sakso Gramatikus. Takođe, i vizantijski istoričar Prokopije (VI vek) spominje da su se skije upotrebljavale i u ratne svrhe. Švedski istoričar Olaus Magnus (1490-1557) opisao je u svom delu Historia de gentibus septentrionalibus (iz 1555) jednu pravu skijašku trku. Poznat je i zapis o 86 km dugom skijaškom maršu Gustava Vasa, koji će postati švedski kralj u XVI veku pod imenom Vasalopet. Takođe, i francuski pisac J. Regnar (1655-1701) opisao je u svom putopisnom delu na koji način su



Ratnici u drevnom nordijskom skijanju (XVIII vek)

se skijali Laponci. Od XVII veka sve su bile prisutnije skijaške čete u mnogim evropskim armijama, a u nekim armijama postojali su i posebni propisi za te skijaške čete. Iz 1767. postoje zapisi o takmičenjima u skijanju koje su organizovale vojne čete iz Kristijanije. Prva skijaška udruženja osnovana su u Norveškoj početkom XIX veka, i prva skijaška takmičenja zabeležena su 1868, a 1883. osnovan je prvi u svetu Norveški skijaški savez, koji je prvi predstavio



Najčuveni polarni finsko-švedski geolog istraživač Nils Adolf Erik Nordenskjold, vođa istraživačke ekipe na Grenlandu, dao je (uz Šveđanina Nansena) veliki doprinos skijanju.

klasifikaciju nordijskih skijaških disciplina. Postepeno je rastao interes i drugih susednih zemalja u vezi sa skijaškim disciplinama, tako da je ubrzo skijaški sport stigao i u srednju Evropu. Najveću popularnost skijaškom sportu doprineli su polarni istraživači Šveđanih Nordenskjold i Norvežanih Nansen, koji su vodili ekspedicije na Grenland. U svom delu (Skijama po Grenlandu), Norvežanin Hansen detaljno u svojoj knjizi opisuje putovanje skijama sa svojom pratnjom, 1890. godine – belinu i ambijent Grenlanda. Njegova knjiga je bila jedna od najpopularnijih istraživačkih knjiga, koja je bila prevedena na mnoge svetske jezike, i doprinela je velikoj potražnji za norveškim skijama. Jedan od prvih skijaških klubova u svetu osnovan 1877. godine u Kristijaniji (Norveška), zatim su od 1877-1902. godine osnova-

ni i skijaški klubovi u Finskoj, Češkoj, Nemačkoj, Francuskoj, Austriji, Švedskoj, Rusiji, SAD i Švajcarskoj. Godine 1905. osnovan je u Minhenu Srednjoevropski skijaški savez (Mitteleuropäscher Skiverband) između Nemačke, Austrije i Švajcarske, koji je delovao do 1908. kao jedina međunarodna skijaška federacija u Evropi. Takođe u SAD je 1904. godine osnovan Nacionalni skijaški savez, a 1910. osniva se u Kristijaniji (Norveška) Međunarodna skijaška komisija, a 1924. godine konačno je osnovan Međunarodni skijaški savez (FIS, Federation Internationale de Ski) u Šamoniksu, pod čijim se okriljem organizuju sva međunarodna skijaška takmičenja. Među nordijskim disciplinama je skijaško trčanje ili vrsta brzog hodanja, što se praktikuje uglavnom na skijama i to na nižim alpskim predelima. Ova je skijaška disciplina uvedene na zimske Olimpijske igre, 1924. godine u gradu Šamoniju (u Francuskoj). Trčanje na skijama ili skijaški maraton isprva se održavao na stazama dužine 18 km i na 50 km, na kojima su sve pobede odneli skijaši Skandinavci i Norvežani. Međutim, vremenom su se pravila skijaškog trčanja postupno menjala, i te promene su uvek uvrštavane u sledeće OI i PS. Na Olimpijadi 1936. uvodi se i štafetno trčanje 4x10 km, a 1952. su u toj disciplini prvi put nastupile i žene. Dalje, na Olimpijadi 1956. u Kortini d' Ampezo, donesena su nova pravila: staza sa 18 km se smanjuje na 15 km, a uvodi se i nova disciplina trčanje na 30 km za muškarce i štafeta 3x5 km za žene. Nova pravila su takođe sledila i na zimskim OI 1960. kada je uvedena disciplina biatlon, a na (OI, 1964) u Insbruku, uvedena je disciplina trčanje na 5 km za žene. Takođe, i na desetim (OI, 1968) u Grenoblu, uvode se još dve nove skijaške discipline – ukupno takmičenje u biatlonu i takmičenje štafeta 4x7,5 km. U okviru skijaških disciplina postoji i kombinovano takmičenje u skijaškom trčanju i u skijaškim skokovima, koju je odobrila (FIS). Na zims. olimpijskim igrama ili svetskim prvenstvima, prvo se izvode skokovi, pa se onda održava takmičenje u skijaškom trčanju. Sledeća skijaška disciplina su skijaški skokovi koja se organizuje na izgrađenim skakaonicama. Do 1920. godine svi skakači su skakali sa manjih skakaonica sa uspravljenim položajem tela, a kada su skakaonice dopuštale letove od 60 i 80 m, skakali su pretklonom trupa, a zatim bi

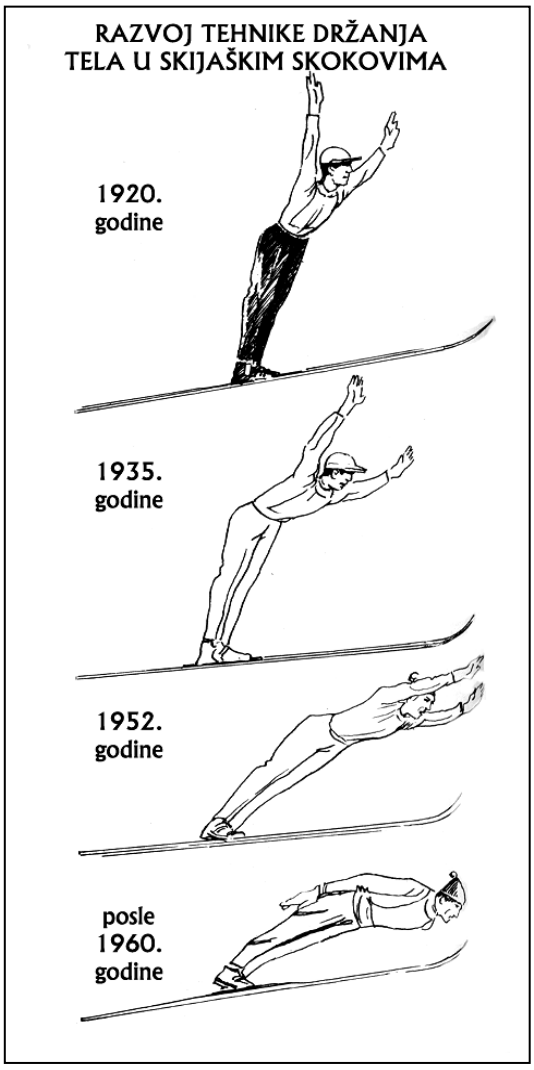


Skijaški skokovi krajem XIX veka (Norveška)



Alpsko skijanje u severnoj Evropi (Norveška, 1890)

pretklon bio još veći (1952), da bi posle 1960. godine skakači u vreme skoka držali ruke odostraga, da bi se u XX veku sedamdesetih godina skakalo sa rukama koje su bile mirno priljubljene uz telo. Svaki skijaški skok sastoji se od starta odnosno vožnje po zaletištu, odraza,



leta, doskoka, vožnje posle doskoka i završne kristijanije. Skije za skakanje su duže u odnosu na skije koje se koriste za skijaško trčanje. Skije za skakaonice su duže, šire i teže, a dužina im je od 220-255 cm (prema visini skakača), a težina im je od 7-9,5 kg. Prednji deo skije je 10 cm širok, srednji deo 8 cm, a zadnji deo 9 cm. Klizna površina ima redovno tri mala žljeba. Skije moraju biti vrlo elastične, tako da se svojom celom dužinom jednako opterećuju. Na skijama su namontirane kuke koje se sužavaju ili proširuju. Spreda, na skiji cipele, je zaponac, pozadi je dijagonalan vez s oprugom oko pete cipele. Kuke su montirane u težištu skije. Stremena moraju dopuštati dizanje i spuštanje pete. Pri padu svi vezovi moraju popustiti i osloboditi skiju sa noge skakača. Pre skakanja skije se moraju mazati parafinom ili mašću koje je temperature snega. Cipele za skijaške skokove moraju biti lagane, ali ne previsoke da bi omogućile pregibanje gležnjeva, stoga se cipele moraju vezati nisko, ali čvrsto zategnuti da bi stopala bila dobro učvršćena. Pete su malo podignute da bi skakač mogao lakše (i ispravnije) čučati, a dopušteno je da se ispod pete na skije montira i manja podloga. Sledeća skijaška disciplina su skijaški letovi. To je skijaška disciplina odnosno vrsta skijaš-





Finac Mati Ensio Nikenen (1963-2019), višestruki olimpijski, svetski i evropski šampion u skijaškim skokovima, ostao je upamćen kao neprevaziđeni šampion i najbolji u ovom sportu.

kih skokova koji se izvode na velikim skakaonicama. Početak te discipline veže se za izgradnju najveće skakaonice na svetu, koja je inicijativom Jugoslovenskog zimsko-sportskog saveza izgrađena u Planici (Slovenija), na kojoj su se počela održavati svetska prvenstva u skijaškim letovima, na kojoj su se isprobali najbolji svetski skakači iz: Norve-

ške, Finske, Nemačke, Švajcarske, Poljske, SSSR, Čehoslovačke, Italije i SAD. Najbolji skakači su godinama podizali svoje rekorde, koji su bili od 114-180 m. Za skijaške letove karakteristična je velika brzina koja dostiže preko 110 km/h. U prvoj fazi (zalet) skakač se na startu otisne snažno dva do tri energična koraka, da bi stekao što bolje uslove za prelaz na let. Sledeća faza je odraz (uzlet), koji se izvodi na mostu nagiba 10^0, skakač se naglo uspravlja ka gore, da bi sam stvorio aerodinamični položaj. Sledeća faza je let. U toj fazi skakač se trudi da vrhove svojih skija spoji u oštar ugao i malo prema gore (Straumanov ugao od 30^0). Telo skakača je nagnuto napred, s bokovima u pretklonu, a u poslednje vreme neki skakači skaču skoro ispruženog tela i linija trupa je paralelna sa linijom skija. Skakač mora što duže ostati u tom položaju i tek onda se pripremiti za doskok. I poslednja faza skijaškog leta je *doskok*. Neposredno pre samog doskoka skakač tad premesti svoje ruke u stranu, preda se, da bi se u gornjem delu svoga tela uspravio i tako smanjio sam nagib tela. U trenutku kada skakač skijama dotakne doskočište, telo mu je neznatno nagnuto napred, pa stoga mora postići ravnotežu i sigurnost ispadnim korakom (telemarkom). Sa razvitkom skijaških tehnika, pristupa se uvođenju i drugih skijaških disciplina, koje su imale svoju tendenciju posle 1952. godine. Nove tendencije su se ogledale u ekonomičnosti skijaških pokreta i po mogućnosti da se pravac vožnje izvanredno brzo menja, gde su do izražaja došli kvaliteti ritmičkih pokreta i ravnoteže skijača. Ali, takav način skijanja ili tzv.



brzo vijuganje, odredili su nove smerove u skijanju kao što su: 1. *spust,* alpska disciplina u kojoj takmičar mora, na posebno pripremljenoj stazi, savladati određenu visinsku razliku i u što većoj brzini, ali i bez prekidanja vožnje proći kroz regularan cilj, makar na jednoj ski-



Skijaška reprezentacija Jugoslavije, 1984.
(šampion Bogdan Križaj, gore desno i šesti sleva)

ji. Prosečna brzina u spustu je 80-110 km/h. *Slalom* (norv. prtina, trag u snegu) je vožnja skijama kroz obeležena vrata koja su poređana na padini i čija jedna četvrtina staze ima 30^0 nagiba. Takmičenje u slalomu uvek se sastoji iz dve vožnje od kojih se svaka izvodi na drugoj stazi. Visinska razlika takmičarske staze u slalomu za muškarce iznosi 180-220 m, a za žene 130-180 m. Na

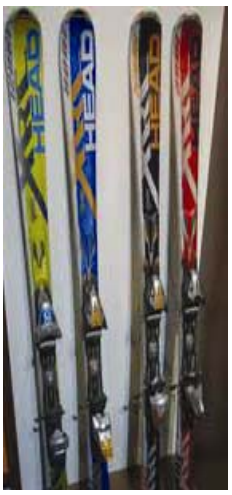


Višestruki svetski šampion u skijanju u superkombinaciji u spustu i slalomu, Norvežanin Aksel Lund Svindal (Prvenstvo sveta, Garmiš-Partenkirhen, 2011. godine).

stazama za muške takmičare postavljeno je (u najmanjem razmaku od 0,75 m) 55-75 obeleženih vratnica, odnosno 45-60 za žene, a svaka od njih se sastoji

od dve motke, prečnika 3-4 cm, a donji kraj zastavice je 1,8 m iznad snega, a vratnice su široke 4-5 metara. *Veleslalom* je kombinacija spusta i slaloma, koji je uveo 1935. južnotirolski skijaš i planinar Ginter Langes. Vožnje u veleslalomu su mnogo brže nego u slalomu, a staza je pripremljena kao i u spustu, samo što mora pri vratima biti utabana









Na slikama levo gore prikaz različitih tipova skija (rekreativnih i profesionalnih-trkaćih). Slika u sredini i desno: skijaške cipele sa vezovima, i donja slika levo – sprava za trenažnu obuku, koja je prvenstveno preporučena za nordijsko skijanje **„kettler“**, na kojoj se simulira autentičnost pokreta po terenima koji zahtevaju: napor, kondiciju izdržljivost i tehniku.

i kao za slalom. Posebna karakteristika za veleslalom je valovitost staze na prelomnim linijama i neravninama. Staza mora imati visinsku razliku 250-500 m za muškarce i 300-450 m za žene. Širina staze je najmanje 30 m. Staza se sastoji od 30-35 vratnica uključujući start i cilj. Vratnice su široke 4-8 m i obeležene su crvenim i plavim zastavicama, a motke moraju biti iznad snega i to 1 m od donjeg kraja zastavica. Takmičenje za muškarce odvija se na dve različite staze u jedan dan. Redosled obeju vožnji je kao i u slalomu. *Alpska kombinacija*, je kombinovano takmičenje u dve ili tri alpske discipline. Najpoznatija je kombinacija spusta i slaloma, a postoji i trojna kombinacija tj. ukupan uspeh u spustu, slalomu i veleslalomu. *Paralelna takmičenja,* u kojem se istovremeno takmiče po dvojica učesnika raspoređena uz dve paralelne staze. Visinska razlika za slalom iznosi 80-100 m, a staza ima 20-30 vrata, što odgovara vožnji od 20 do 30 sekundi. *Takmičenje na stazi s motkama bez vratnica.* To znači da su umesto vratnica postavljene motke koje označavaju pravac. Staza je praktična za izvođenje paralelnog slaloma i veleslaloma. *Brzinsko takmičenje,* uvršteno je 1975. godine od FIS-a, kao posebna takmičarska disciplina. Jedna od najčuvenijih staza za brzinsko skijanje nalazi se u Cerviniji (Italija). Najveća brzina koja je postignuta na jednom takvom takmi-



Skijanje, kao sportska disciplina je intenzivno popularno, čemu doprinose savremene žičare i izuzetno povoljni tereni. Donje slike: prikaz ekstremnog skijanja.

čenju bila je obaranje svetskog rekorda 1975. godine, kada je Italijan Pino Mejnet postigao brzinu od 194,384 km/č.

SVETSKI REKORDI SKIJAŠKIH LETOVA
(XXI vek, Planica, Slovenija, 18. mart 2010)



Dvostruki svetski šampion u skijaškim letovima, švajcarski reprezentativac **Simon Aman** (rođen 1981. godine u Grabsu). Postao je šampion planete za 2010. godinu sa skokovima od 236,8 m i 935,8 poena. Iza njega su bili najbolji skakači: 2. Austrijanac Gregor Slirencauer, 3. Norvežanin Andres Jakobsen, 4. Poljak Adam Mališ. Na fotografijama sleva: **Simon Aman** obara svetske rekorde, i nakon slavlja (desno).

SKIJANJE NA VODI (rus. воднолыжниый спорт, engl. water skiing), sportska grana u kojoj skijaš klizi površinom vode na jednoj ili dve skije držeći se rukama (ili rukom) za konopac koji vuče motorni čamac. Preteče ovog sporta su skijanja na daskama, koja su praktikovali domoroci Melanezije, vozeći se na vrhovima talasa. Ipak, savremeno skijanje na vodi je relativno mlad sport i razvio se iz akvaplaninga, postavši popularan istovremeno i u Evropi i u SAD. Najviše zasluga za ekspanziju ovog zanimljivog sporta pripisuje se američkom bogatašu F. Valeru, koji je 1920. godine u SAD prvi izmislio vodene skije (water-ski), koje su bile dvostruko šire od onih za sneg. Međutim, norveški skijaš Petersen, prvi je 1927. u Evropi, na Azurnoj obali, sa svojom grupom amatera, pokušao kliziti skijama po vodi uz morsku obalu, uz pomoć motornog čamca. Iste godine Amerikanac J. Guld primenjuje ovaj sport i u Francuskoj, a D. Pop stvara i prvi centar nautičkog skijanja u Kipris Gardenu na Floridi. Novi poduhvat je napravio i Austrijanac Namjesnik, koji je uspeo 1929, s dva mala čamčića na nogama prevaliti vodeni put od Insbruka do Beča u dužini od 567 km. Prvi klub za skijanje na vodi formiran je 1929. godine u SAD, koji je u okviru akvaplanske manifestacije organizovao takmičenje u skijanju na vodi, gde se istakao J. Andersen u izvođenju akrobatskih figura na jednoj i na dve skije, sa prvi put izvedenim skokom visine 1 m. Dolazi i do vidnog napretka, tako da skijaši na vodi 1939. godine skaču i do 10 m. Godine 1939. osniva se prvi Američki sa-

RAZLIČITI TIPOVI SKIJA ZA VODU

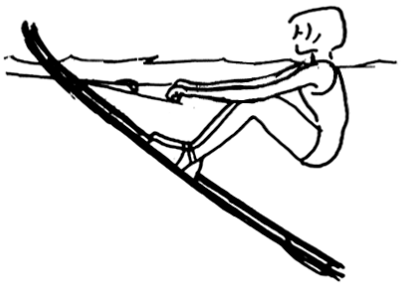


STANDARDNO UŽE ZA SKIJANJE NA VODI

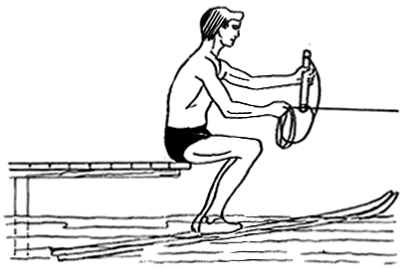
vez za skijanje na vodi sa organizovanjem prvog šampionata u Džons Biču, gde su bili pobednici B. Parker i Ester Jejtsu. U tom takmičenju bilo je tad zastupljeno više disciplina: figure, slalom, skokovi, a i kombinacije. Tih godina se

formiraju i savezi za skijanje na vodi i u Evropi, koji su se 1946. ujedinili u Svetski zavez za skijanje na vodi (Union Internationale de Ski Nautique UMSN). Godine 1947. održano je prvo prvenstvo Evrope, a 1956. i prvo svetsko prvenstvo u Torontu (Kanada). Na području Srbije sport skijanje na vodi razvija se mnogo kasnije. Zabeleženo je da se 1952. skijanje na vodi prvi put demonstriralo u Beogradu na reci Dunav (Ada Huja), a skijaš je bio Ivan Molnar. Godine 1965. osnovan je Savez za motonautiku za skijanje na vodi Jugoslavije, sa sedištem u Beogradu. Za ovu vrstu sporta potrebna je oprema, koja se sastoji prvenstveno od kvalitetnih skija. Postoji nekoliko vrsta skija: obične su duge 160-190 cm, široke 14-16 cm, a težina im je oko 6 kg. Na donjoj površini imaju jedan ili dva žljeba koji omo-

položaj skijaša za start iz vode

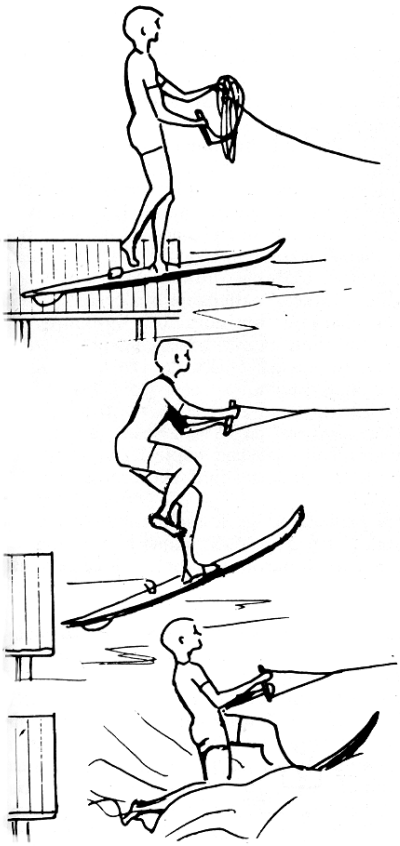


položaj skijaša za start iz sedećeg položaja (sa gata)



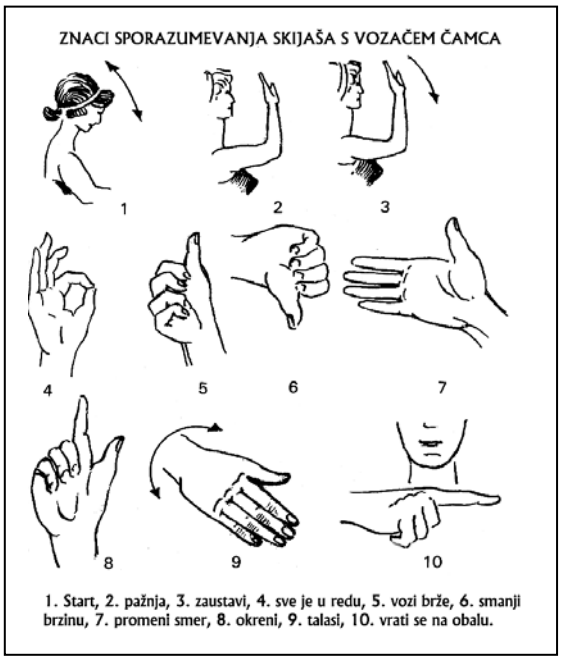
gućuju sigurniju vožnju sprečavajući brzo klizanje. Vrhovi skija su savijeni prema gore, čime se sprečava zabijanje skija u vodu. Zatim postoji i vrsta širokih skija koje su duge 190 cm, široke 20 cm i koriste se za teže skijaše i lakše motore; slalomske skije duge su 180 cm, a široke 17 cm. To je obično jedna jaka skija (monoskija), koja ima vez bez pe-

KINOGRAM STARTA IZ STOJEĆEG STAVA



te, a zbog lakšeg uvlačenja i izvlačenja nogu. Žljebovi na donjoj površini skije su duboki zbog bolje stabilnosti. Repovi ovih skija su zaobljeni, što omogućuje oštra okretanja. Postoji marka skija (Trik), konkavnog oblika i mnogo su kraće od svih ostalih skija, duge su 120 cm, a široke do 30 cm, zaobljene podjednako i s prednje i zadnje strane. Sledeća marka skija su *skakačne skije*, dužine 165-200 cm, širine oko 16 cm i težine do 7 kg, sa pojačanim krajevima. Materijal od koga se izrađuju skije je uglavnom plemenito, tvrdo i žilavo drvo, staklena vuna s poliesterskim smolama, aluminijum, ili kombinacije od svih nabrojanih materijala. Skije se sastoje od dva dela koji se pomeraju, radi

lakšeg prilagođavanju stopalima. Vezovi na svim skakačkim skijama imaju pod petama amortizer od penaste gume. Svi vezovi se moraju umočiti u vodu pre uvlačenja nogu. *Uže (konopac) za vuču*, je





Gornje slike: slalom na vodi, dole skijanje na dasci i „piramida"

veoma važan deo opreme skijaša na vodi. Uže se izrađuje od nerastezljivog materijala koji ne upija vodu, ne mrsi se i ne pluta. Normalna dužina užeta je 23-30 m, a debljina mu je 7-8 mm. Uže se jednim krajem pričvršćuje za čamac pogodnom karikom, a na drugom kraju ima dršku dužine od 28-32 cm za koju se skijaš prihvata. *Trik skije* imaju nešto duže drške (50 cm), a za slalom vožnju se upotrebljavaju dvostruke drške s uzdama dugim 1,5 m. Prema propisima takmičenja, na dužini od 150 cm od drške nalazi se omča, koja označava mesto za izmenu tog dela užeta. Ostali deo užeta propisuje i osigurava organizator takmičenja. *Odelo skijaša* izrađeno je od materijala koje se lagano suši, a za



Skuter koji vuče skijaša na vodi (XXI vek)



Vučenje gliserom i skijaški skok na vodi

duže skijanje upotrebljavaju se lagana gumena odela. Prsluci za spasavanje mogu se nositi, ali nisu obavezni u takmičenju. *Motorni čamci,* koji se upotrebljavaju kod skijanja na vodi su sa vanbrodskim motorom. Za te egzibicije se koristi avion (hidroplan). Najmanja brzina koja je potrebna da se povuče skijaš je od 20-25 km/h, a optimalna brzina čamca je 35 km/h s motorom od 40 KS. Na velikim takmičenjima se upotrebljavaju čamci sa većim brzinama, jer svaki oblik skijanja na vodi podrazumeva i različitu brzinu motornog čamca.*Asavez za skijanje na vodi Srbije (Water Ski Association of Serbija), osnovan je u Beogradu 2004. Adresa: Vele Nigrinove 16/a.*

SKIJERING (norv. skijóring), sportska disciplina ili oblik skijanja pomoću: 1. konjske, 2. motorne vuče. *Pod 1, skijaš se drži za konopac, a sam upravlja uzdama ili ga vuče konjska zaprega, gde je između uzdi razapeto platno, štiteći skijaša od snega koji konj odbacuje u trku, pa je tehnika menjanja smera slična kao i u tehnici alpskog skijanja. Pod 2, skijaša vuče spec. opremljen motocikl s metalnim šiljcima na gumi zadnjeg točka, a moguća brzina skijaša na sportskim takmičenjima dostiže do 150 km/h (na slici).*

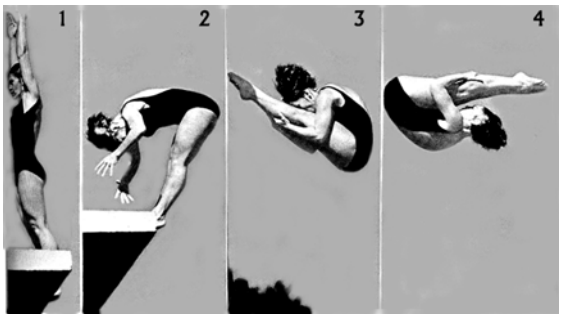


SKOKOVI U VODU (nem. *Wasserspringer,* engl. *diving,* rus. *прыжки к воду*), kao grana vodenih sportova za žene i muškarce. Karakteristike ovog sporta su u tome da skakači nakon odraza s daske ili s platforme tornja za vreme leta (prolaza) vazduhom do uronjavanja u vodu izvode raznovrsne figure, koje su utvrđene pravilima međunarodnog takmičenja. Neki od najstarijih podataka koji se odnose na skokove u vodu pronađeni su na reljefnim crtežima Etruraca iz VI veka p.n.e., dok se i pisani podaci mogu naći i pripadaju periodu srednjeg veka. Pisani tragovi srednjeg veka odnose se na period od 1538-1789. godine, i o tome su u svojim knjigama napisali autori V. Vinman (Colymbetes) i F. Muts (Kleines Lehrbuch der Schwimmkunst). Prvi autor je opisao uz plivanje i tehniku skokova u vodu, koji su izvođeni sa mostova na reci Konstanci u Bazelu 1538. godine, dok je drugi autor (iz 1789) opisao tehnike izvođenja skokova u vodu, koje su izvodili solari u DR Nemačkoj u mestu Hale, i ti izvođači svakako spadaju među prve pionire ove važne sportske discipline u svetu. Skokovi u vodu kao sportska disciplina razvili su se u drugoj polovini XIX veka u Nemačkoj i Švedskoj. Njihovom razvoju doprineli su gimnastičari koji su na kupalištima skakali u vodu i održavali takmičenja u tome. Naročito su bili popularni skokovi u vodu u skan-



Skokovi u vodu za muškarce i žene (povratni salto)

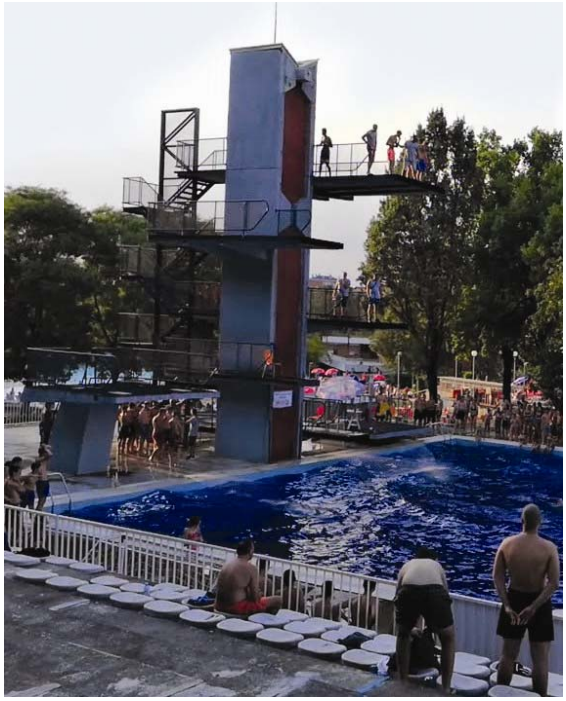
dinavskim zemljama, gde su bili razvijeni skokovi u vodu sa visine 7, 10, 13, 15 i 18 metara. U tom vremenskom periodu skakanja u vodu su bila omiljena i u Engleskoj, Škotskoj, Francuskoj i Rusiji. Prvo prvenstvo Evrope u skokovima u vodu održano je 1890. godine, ali se redovno počelo održavati od 1926. Na Olimpijskim igrama 1904. godine po prvi put su održana takmičenja sa sko-



Skokovi u vodu za žene (povratni salto)

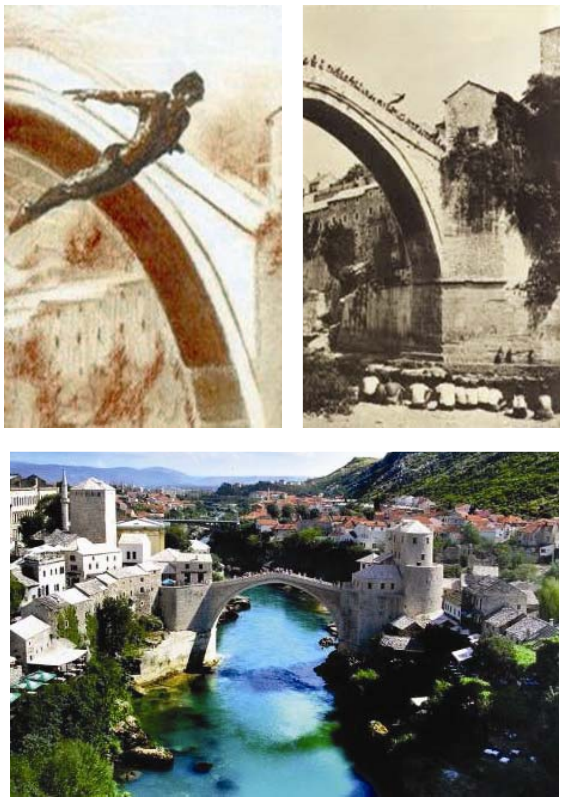
kovima u vodu s tornja za muškarce, da bi na sledećim OI, održanim 1912. godine, u *skokovima u vodu s tornja* – učestvovale i žene, a potom 1920. godine

žene su učestvovale u skokovima s daske. Prvo prvenstvo sveta u skokovima u vodu održano je 1973. godine u Srbiji u Beogradu. Brigu o razvoju skokova



Skakaonica na Košutnjaku (Beograd, 21. vek)

u vodu preuzela je tada Međunarodna amaterska plivačka organizacija (FINA), koja je osnovana u Londonu 1908. godine, ali u njenom sastavu deluje i Međunarodna komisija za skokove u vodu pod nazivom IDC (International Diving Committee), osnovana 1926. godine. Iz starih zapisa, na tlu jugoslovenskih zemalja (Evlija Čelebija), prvi skokovi u vodu izvođeni su čak 1566. godine odmah nakon izgradnje mosta nad rekom Neretvom. Kako je u svojim putopisima napisao poznati turski putopisac, navodi se da je u to vreme, dakle posle sredine XIV veka, sa tog mosta „skakala najhrabrija mladež, pojedinačno, udvoje, utroje, izvodeći u vazduhu čudne vratolomije, kao ptice, da bi tresnuli u hladnu Neretvu, i živi opet isplivali iz njenih talasa, na radost značajne gospode i vezira, koji su tu hrabru mladež zadivljeno posmatrali...“. Prohujalo je vreme, a taj Stari mostarski most iz vremena Mehmed-paše Sokolovića, postaće svetski centar skakača u vodu, kojima nije bila dovoljna visina mosta, već su najhrabriji pronašli kule oko 10 metara visine iznad mosta i sa njih izvodili skakanje u vodu Neretve, tako da je



Gornje slike: takmičenje u skakanju u reku Neretvu sa Mostarskog mosta (1960), donja slika: izgled restauriranog starog Mostarskog mosta, sa drevnim kulama pored reke Neretve.

ukupna visina (skakaonica) premašivala i preko 30 m. Prva sportska takmičenja u skokovima u vodu, na jugoslovenskom tlu održana su 1921. godine i to odmah nakon osnivanja Plivačkog saveza Jugoslavije. Za razvitak tog sporta kod nas, najzaslužniji su studenti koji su se školovali u inostranstvu i tamo se upoznali sa osnovama takmičenja koja se odnose na skokove u vodu, a pokretači su bili i gimnastičari sokolskog društva. Važno je napomenuti da osnovni materijalni preduslovi za skokove u vodu čine elastične daske, učvršćena zaletišta na tornju i bazen napunjen vodom. Elastične daske postavljene su na 1 m i 3 m iznad površine vode i njihova dužina je 4,8 m i širine 0,5 m. Materijali

liester sa staklenim vlaknima (fiberglas) ili od metala. Od 1960. godine na Olimpijskim igrama i svetskim prvenstvima upotrebljavaju se samo metalne daske od duraluminijuma. Daske za skokove u vodu imaju pomične sprave kojima svaki takmičar(ka) može regulisati njihovu dužinu i uskladiti elastičnost daske prema konstituciji skakača u vodu. Učvršćena zaletišta na tornju dužine su 6 metara, a širine 2 m, nalaze se na visini od 5 m, 7,5 m i 10 m nad površinom vode. Daske su osigurane od mogućeg klizanja. Zaletišta su sa tri strane obezbeđena ogradom, do zaletišta se stiže stepenicama ili malim liftom. Bazeni za skokove u vodu su uglavnom



Skakačica (skok na glavu natrag)



Skakač (u skoku vijkom)

istovetni bazeni koji se koriste za plivanje ili vaterpolo, koji su olimpijskih dimenzija 50 m x 21m, s padajućom dubinom dna od 1,8 m na jednoj strani bazena i do 4,5-5 m na drugoj strani. Za velika takmičenja (OI, PS, PE) izgrađuju se moderni i posebni bazeni za skokove u vodu s dimenzijama 21 m x 18 m i dubinom vode od 5 m ispod zaletišta. Skokovi u vodu sastoje se iz dve takmičarske discipline: skokovi s elastične daske visine 1 m i 3 m, zatim s učvršćenog zaletišta na tornju visine 5 m, 7,5 m i 10 m. Skokovi mogu biti oko poprečne ose tela – izvode se sa okretom ili bez okreta, te oko uzdužne ose tela – izvode se vijci (od pola do tri vijka). Skokovi su podeljeni u 6 grupa: 1) skokovi napred, 2) skokovi natrag, 3) uzvratni skokovi, 4) povratni skokovi, 5) skokovi s vijcima i 6) skokovi iz stoja na rukama. Međunarodna federacija plivača – amatera ima na listi više od 80 različitih vrsta skokova, koji se mogu



izvoditi sa raznim stepenom težine. U skokovima u vodu skakač (skakačica) može da zauzima sledeći položaj tela: zgrčka – telo je savijeno u kolenima i bokovima, sa skupljenim kolenima po-

vučenim na grudi, zatim položaj tela u skoku u prednoženju i predručenju – telo savijeno u luku sa ispruženim nogama; prav položaj – telo stoji pravo, a slobodan položaj – je kombinacija dva ili više gore navedenih položaja. Skokovi po slobodnom izboru sa limitom stepena težine, su tako određeni da je na odskočnoj dasci limit stepena težine 9,6. Skakači moraju izvesti 5 skokova – po jedan iz svakog stila (izuzev stoja na rukama) čiji pojedinačni stepeni težine ne premašuju limit od 9,6. Sa platforme, skakači biraju 4 skoka od 6 stilova i ne premašuju stepen težine od ukupno 7,6. Skokovi po slobodnom izboru bez limita stepena težine izvode se na način, da žene na odskočnoj dasci izvode pet, a muškarci šest skokova. Sa platforme, žene skaču četiri puta, a muškarci šest puta. Nema limita za ukupan stepen težine. Skokovi se nikada ne ponavljaju. Uz suđenje za skokove u vodu su takođe utvrđena univerzalna pravila: Pri izvođenju skokova u vodu ocenjuje se zalet, odraz (visina), tehnika, lepota i skladnost skoka za vreme leta kao i ulazak (uronjenje) u vodu. Na OI, PS i PE za takmičenje u skokovima u vodu potrebno je sedam bodovnih sudija, a na ostalim takmičenjima dovoljno je pet bodovnih sudija. Svaki sudija za svaki skok raspolaže sa 10 bodova, s tim da se izvođenje skoka u vodu može razlikovati i sa 0,5 boda, a ne s razlikom na desetinku bodova, kako se inače ocenjuje u sportskoj gimnastici. Za potpuno neuspeo skok sudije dodeljuju 0 bodova, za nezadovoljavajući skok 05,-2 boda, za manjkavi skok 2,5-4,5 boda, za zadovoljavajući skok 5-6 bodova, za dobro izvedeni skok 6,5-8 bodova, a za vrlo dobro izvedeni skok 8,5-10 bodova. Ako ipak skakač svojevoljno izvede neki drugi skok od onog koji je obavezan ili najavljen (i bez obzira na kvalitet skoka), sudije mu obavezno dodeljuju 0 bodova.Takmičenja sa Starog mosta u Mostaru organizuju se još od 1664. godine. Visina Starog mostarskog mosta je 21 m, s tim da se skače sa njegovih ograda ili sa obližnjih kula. Specifični uslovi (brza reka, plitkoća vode i njena hladnoća) zahtevali su da skakači razviju posebne stilove skakanja. Kod skoka na noge u Neretvu, boduje se sigurnost leta kroz vazduh sa položajem tela od momenta skoka, leta kroz vazduh, do njegovog uronjenja u reku, a da skakač prilikom izronjenja oko sebe izbaci što manje vode. To znači da telo skakača mora uroniti u vodu bez ikakvog prskanja, a isto tako prilikom njegovog izronjena. Kod skokova na glavu sa Starog mosta u Mostaru, skakači se trude da što manje zarone u vodu, što je veoma naporno, jer sa visine mosta od preko 20 metara, skakači skaču u vodu čija dubina je svega 3-4 m. Od poznatih načina u skakanju sa mosta su stilovi: lasta (skakač je potpuno priljubio ruke uz telo), avion (skakač je sa odručenim rukama i u letu do vode), prevoj (skakač u letu savije noge u kolenima). Posle izvedenog takmičenja biraju se najbolja tri skakača u skakanju na glavu i najbolja tri u skakanju na noge. Jedan od najslavnijih skakača sa Starog mosta u Mostaru je višestruki pobednik *Emir Balić*, o kome je snimljen i film.



ŠAMPION U SKOKOVIMA SA MOSTARSKOG MOSTA

Emir Balić, rođen 1935. godine u Mostaru, svetski šampion uz 1.000 skokova sa Starog mostarskog mosta, sleva (slika iz 1965. godine), i Emir Balić snimak iz 2011. godine (desno).

SKVOŠ (squash), sportska igra u kojoj se koristi reket za igranje loptom, koja se udara o zid. Kao i handbal vodi poreklo iz Irske. Ova igra se odvija u zatvorenom staklenom prostoru i trajanje (treninga) je do 45 minuta. Skvoš danas upražnjava 155 nacija na 6000 terena.




Stadion za sportsku igru skvoš, reket i loptica

SLEDDOG, trka biciklom ili triciklom koje vuče 1, 2, ili više pasa. Sleddog je mlađa vrsta sporta, čija ekspanzija je krenula iz banatske varošice Novi Kneževac. *Evropski šampion je Novokneževčanin Laslo Domonkoš* (*EP, u Otenšlagu, 2016*). Opširnije na 368. stranici Leksikona.




Na slikama prikazano takmičenje nove ***sportske discipline Sleddog*** (triciklista sa više pasa, i bicikl sa jednim psom).

SMISLOV VASILIJ VASJA (Moskva, 1921-2010), sovjetski šahovski velemajstor i svetski prvak. *Titulu šampiona sveta osvojio je 1957. godine u šahovskom meču sa Mihailom Mojsejevičem Botvinikom.*

SNEL PETER (Opunake, 1938), novozelandski atletski reprezentativac. *Na OI 1960. godine (1) u trci na 800 m, na OI 1964. godine (1) u trci na 800 m, šampion OI u trčanju na 1500 m. Bio je i višešestruki šampion sveta u trčanju na srednjim stazama: 800 m, 1000 m, i trčanje na 1 milju.*

SOCHIN, kata Shotokan stila koja je obavezna majstorska kata, ponikla 19. veka u Shuri-te i Tomari-te školama.

SOCHIN-DACHI, karate stav ili centralni, otvoreni, sličan stavu fudo-dachi, ali su oba stopala nogu okrenuta ka protivniku. Deo majstorske kate *sochin*.

SOKOLARSTVO, spada u vrstu sporta u kome se koriste ptice (soko, orao, jastreb) za lov. Poreklo vodi sa Bliskog istoka iz VIII v. p.n.e. Ovaj vid sporta je izumro početkom XVII veka sa pojavom vatrenog oružja. Danas je hobi.







Gornje slike: sokolarstvo iz VIII i XXI veka. Sredja slika levo: belorepi orao u letu, srednja slika desno: pobednički belorepi orao **Viktor** i beli soko, na ruci sokolara Tibora Buze iz Sente.

SOKOLSTVO, grupni naziv za telesnovežbačke pokrete koji su se od 1862. počeli razvijati u svim slovenskim zemljama, osim u carskoj Rusiji u kojoj su do početka Drugog svetskog rata bila osnovana samo pojedina društva i nije došlo do formiranja nekog većeg Saveza. Nosioci pokreta su bili liberalno usmereni građanski slojevi. Taj pokret je od 1918. godine imao značenje odbrane od gušenja sloboda slovenskih naroda, i njihove borbe za kulturna, politička i ekonomska prava u Austro-Ugarskoj monarhiji. Sokolski pokret je svukuda počeo stvaranjem matičnih društava, koja su se 1908. godine povezala u jedinstveni Slovenski sokolski savez, pa se u taj Savez uključio i jugoslovenski sokolski

pokret. U razdoblju do 1918. godine jugoslovensko sokolstvo imalo je izrazito narodnooslobodilačko značenje i karakter borbe za političku, kulturnu i ekonomsku nezavisnost svih potčinjenih slovenskih naroda u Austro-Ugarskoj. Izuzeci su bile Kraljevina Srbija i Kneževina Crna Gora u kojima nisu postojali problemi nacionalnog ugnjetavanja, ali su pritisci susednih naroda postojali sve intenzivniji i jači. Kraljevina Srbija se uključuje u slovensko-sokolski pokret 1908. godine tek nakon aneksije u Bosni. Iste godine počinje osnivane sokolskih pokreta i u Austro-Ugarskoj, a





Zvanični znak češkog sokola iz 1862. Desno: dr Miroslav Tirš (1832-1884), češki naučnik filozofije i prvi pokretač sokolstva.

pokrenuli su ih Srbi, koji su i ranije izrazili težnje za zbližavanje sa svim bratskim slovenskim narodima. Bez obzira na neke manje ideološke razlike među predstavnicima sokolstva u raznim zemljama, što se tiče razlika u vežbačkom smislu (Česi su prvi pokretači vežbačkog segmenta pokreta), na nacionalnim i sveslovenskim sokolskim sletovima su razlike svedene na minimum. Početak sokolstva prvo je uspostavila Slovenija (1863), Hrvatska (1874), Srbija (1891), Makedonija (1914), na Kosmetu samo u okviru srpskog društva Dušan Silni (1914), i u Crnoj Gori (1938). *Sokolstvo u Kraljevini Srbiji* se počelo razvijati u drugačijim okolnostima. Posle viševekovne turske dominacije, sa završetkom Balkanskih ratova (1912-1913), prestao je kulturni, politički i ekonomski uticaj i pritisak na srpsko stanovništvo, posebno na srpsko građanstvo. Ali, opasnost je stizala od strane Austro-Ugarske, a u vezi sa događajima pre i posle aneksije, kada je Srbija jasno uvidela da njenu daljnju obnovu osim Turske konstantno sprečava i Austro-Ugarska. Sokolstvo je trebalo biti glavni nosilac borbe i slamanje svih pritisaka stranih zavojevača i njihovih pretnji srpskom narodu. U tehničkom pogledu osnovu za kasniji razvitak sokolskog pokreta dala je telesnovežbačka škola pod imenom Prvo srpsko društvo za gimnastiku i borenje, sa datumom osnivanja 1857. godine u Beogradu. Idejni vođa za osnivanje takve škole bio je Stevan Todorović. Ta škola tj. društvo bilo je telesnovežbački zavod bez kulturno-političkog programa.



Veliki slet sokola (Beograd, 1930)

Posle odlaska *Stevana Todorovića* (1865), nasledio ga je Vladan Đorđević, koji je 1882. osnovao Prvo beogradsko društvo za gimnastiku i borenje, pa je tada angažovao jednog od najboljih učitelja za telesne vežbe, Nemca A. Sedelmajera. To društvo je bilo jedno od najboljih društava, sa karakteristikama istinskih društava sa telesnovežbačkim strukturama. Godine 1891, Prvo beogradsko društvo za gimnastiku i borenje promenilo je, na predlog Vojislava Rašića, svoje ime u Beogradsko gimnastičko društvo *Soko*. To Društvo, je za početak bilo skromnih kapaciteta. Međutim, pokušaj Vojislava Rašića da uspostavi komunikacije sa sokolskim ud-

ruženjima u Kragujevcu i Kruševcu i da nađu ideološki pristup – nije bio uspešan, jer su neki članovi Sokola bili u konfrontaciji sa mišljenjima prvaka iz Kragujevca i Kruševca. Upravo jedan deo članova društva se odvaja od matice i formira 1892. godine Građansko gimnastičko društvo *Dušan Silni*. Pretpostavka je da je do rascepa u beogradskom sokolstvu došlo iz razloga što se jedan deo članova društva zalagao za uvođenje telesnih vežbi po nemačkom sistemu, a drugi deo članova je bio za uvođenje Tiršovog sistema (po doktoru filozofije iz Praga, Miroslavu Tiršu, bio pokretač i osnivač sokolstva i sledbenik češkog pedagoga dr Jana Komenskog), što je svakako imalo i određene političke posledice, tako da je u beogradskom sokolstvu došlo do određenog razjedinjenja. Situaciju je spasao dolazak J. Šejnera, upravnika češkog Sokola (Češka obec sokolska) 1909. godine, nakog čega su se posvađane sokolske telesnovežbačke organizacije ujedinile u Savez srpskih sokolskih društava, koji je obuhvatao i češku sokolsku orijentaciju. Novi savez je odmah pristupio Savezu slovenskog sokolstva i postao najvažniji faktor u stvaranju jugoslovenskog sokolstva, koji je odmah dao zadatak da se Tiršov telesnovežbački sistem uvede u srpsku sokolsku telesnu vežbu, koja se do tada nosila sa problemima nedostatka vežbaonica i učitelja. Zbog toga je češki Sokolski savez uputio u Srbiju svog predstavnika Františeka Hofmana, koji je zavolevši srpski narod, običaje i klimu u Srbiji, promenio ime nazvavši se Miroslav Vojnović, koji je počeo uvoditi Tiršov sistem vežbi u sokolska društva. Nažalost, Prvi svetski rat prekida dalju ekspanziju sokolstva u Srbiji. Austro-Ugarska je napala Srbiju. Međutim, valja napomenuti da se srpsko sokolstvo razvijalo i van Kraljevine Srbije, naročito u pokrajinama gde je srpsko stanovništvo živelo homogeno grupisano, kao na primer u Hrvatskoj i u Vojvodini, ali im vlasti Austro-Ugarske monarhije nisu dozvoljavali legalan rad, pa su se sokolska društva skrivala iza drugih imena (društvo za jačanje, gimnastičasko itd.), da bi ipak 1913. godine bilo odobreno osnivanje društva za telesne vežbe u Kikindi pod nazivom Soko, a imena su preuzela i ostala srpska društva u Velikom Bečkereku (Zrenjaninu), Novom Sadu, Novom Bečeju, Novom Miloševu i Pančevu. Na području Srema su se takođe osnivala srpska sokolska društva od 1904. godine u Sremskim Karlovcima, Sremskoj Mitrovici, Šidu. Međutim, ženskih telesnovežbačica nije bilo kao članica u sokolskim društvima. *Razvoj jugoslovenskog sokolstva*, bio je intenzivan posle završetka Prvog svetskog rata. Postoje dva razdoblja u njegovom razvoju: ono od 1918. do 1929. i od 1929. do 1941. godine. Kao prvo, stvaranjem države SHS, nije više bilo potrebno voditi računa o tzv. austrojugoslovenskim odnosima, jer je tad pok-



Sokolska konjica u Beogradu iz 1928. godine





Zastava Sokola Kraljevine Jugoslavije iz 1936, i kralj Aleksandar

ret obuhvatao ceo državni i administrativno ujedinjeni prostor. Ženski sistem telesnih vežbi dobija svoju mogućnost posle 1920. godine, sa mogućnošću da se izvrši ujednačenost sportske garderobe za sve ženske takmičare iz cele države SHS. Drugo razdoblje jugoslovenskog sokolstva obuhvatalo je period od 1929-1941. Šestojanuarskom diktaturom kralja Aleksandra (1929) počela je i nova faza razvoja jugoslovenskog sokolstva koju je prezentovala Viteška organizacija *Soko* Kraljevine Jugoslavije, a trajala do 1941. godine.

SOKUTO-ASHI-BARAI, čišćenje koje se izvodi spoljnim bridom stopala.

SOKUTO-FUMIKOMI, udarac iz karatea, izvodi se nogom i spoljnim bridom stopala prema dole (donje slike).





Sokuto-fumikomi-geri (prikazi karate udarca)

SOKUTO-GYAKU (mavashi-uke), suprotni kružni blok spoljnim bridom stopala (u karateu, tekwondou).

SOTO-HAITO-UCHI, karate udarac ivicom dlana ka unutra.

SOTO-KENTSUI-UCHI, karate udarac donjom površinom pesnice, unutra.

SOTO-NAIWAN-UKE, blok izveden podlakticom od unutra ka spolja.

SOTO-SHUTO-UCHI, karate udarac spoljnim bridom dlana ka unutra.

SOTO-SHUTO-UKE, blok spoljnim bridom dlana ka unutra.

SOTO-TEISHO-UCHI, karate udarac korenom dlana ka unutra.

SOTO-TEISHO-UKE, blok izveden šakom (visoki, spoljašnji), sa udarnom površinom zvanom teisho (u karateu).

SOTO-UDE-UKE, karate blok podlakticom ka spolja. Ovim blokom se štiti od udaraca srednja regija tela karatiste.



Desni ručni karate blog soto-ude-uke (prikaz Žika Vukojčić, sensei 3. DAN-a, Beograd, 1969)

SPASKI BORIS VASILJEVIČ (1937), šahovski velemajstor iz SSSR, omladinski prvak sveta i deseti seniorski svetski šampion. Prvu svetsku titulu osvojio je u meču sa Petrosjanom 1969. Poražen od šahista *Korčnoja, Karpova i Portiša.*

SPELEOLOGIJA (grč.), naučna disciplina koja istražuje nastanak kao i razvoj pećina. Speleološka sportska takmičenja održavaju se u 3 kategorije: *a) takmičenje u brzom pronalaženju uskih i blatnih ka-*



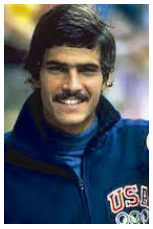




nala u speleološkim objektima (takmičenja se održ. u SAD); b) brzinsko penjanje po užetu iz pomoć specijalnih penjalica (na 33 m i na 132 m, odvija se u SAD i Francuskoj); c) orijentaciona takmičenja u pećinama s traženjem kontrolnih tačaka (takmičenje se održava u Švajcarskoj, Francuskoj, SAD, a neka takmičenja se održavaju i u Srbiji). Brigu o razvoju speleologije u svetu vodi Međunarodni speleološki savez (UIS), a kod nas *Speleološki savez Srbije* u Beogradu.

SPENS 81, skraćenica koja označava Svetsko prvenstvo u stonom tenisu, koje je održano 14-26. aprila 1981. Povodom tog velikog takmičenja, Novi Sad je izgradio velelepni sportsko-poslovni objekat, koji se popularno naziva SPENS.

SPIC MARK (1950), poznati američki reprezentativac u plivanju, osvajač je 7 zlatnih medalja na Olimpijskim igrama 1972, pa je time postao i najuspešniji takmičar na svim do sada održanim Olimpijskim igrama.



Na OI iz 1968. godine bio je tad prvi i u štafeti SAD na 4x100 m i 4x200 m slobodno. Na OI iz 1972. godine bio je prvi na 100 m slobodno, 100 m delfin, i 200 m delfin stilom. Mark Spic je u različitim disciplinama slobodnog i delfin plivanja premašio čak 25 puta svetski rekord, a anketom novinske agencije ISK (Internationale Sport-Korrespondenz), proglašen najboljim sportistom sveta 1972. godine.

SPINING TRENINZI (engl. spinning – vrćenje, obrtanje točka), specijalna vrsta sporta na trening-biciklu. Pronalazač je G.Džoni, biciklista ekstremnih distanci i svetske klase. *Program koji se izvodi na stacioniranom biciklu, primarno namenjen maksimalnom utrošku energije, gde se prilagođavanjem sedišta, pozicija ruku, kao i otpora obrtaja točka i sa ravnomernim održavanjem brzine, simulira osećaj prave vožnje u prirodi. Uz sagorevanje i do 500 kalorija, vrši se definicija mišića, jačanje zglobova itd.*



SPORT (engl.), negovanje telesnih sposobnosti, njihovo proveravanje i dalje unapređenje kroz nadmetanja, borbe i igre. Poznat je pre više hiljada godina, a danas sa aspektima: *stroge selekcije, medicinskom, socijalnom, ekonomskom, estetskom, internacionalnom aspektu komunikacije itd.*

SPORTSKA AKADEMIJA, osnovana 1996. godine u Beogradu, isprva u rangu više škole, akreditovana kao Visoka škola strukovnih studija 2010. godine.

SPORTSKA KNJIŽEVNOST, terminološki se odnosi na „masovnu sportsku književnost", koja se upotrebljava u najširem smislu tako da označava isto što i štivo, pisanje, novinarstvo, a *Leksikonsko-rečnička izdanja* spadaju u naučnu književnost, ilustrovana ili bez ilustracija.

SPORTSKI ŽURNAL, dnevni sportski list iz medijske kuće „Politika", počeo da izlazi 1990. godine u Beogradu i donosi informacije iz različitih sportskih oblasti.

STANKOVIĆ BORISLAV (u Bihaću, 1925 – Beograd, 2020), košarkaški ekspert, slavni trener i funkcioner košarke. *Diplomirao je na Veterinarskom fakultetu u Beogradu. Bio je košarkaški trener OKK Beograd, OOK Beko. Dugogodišnji generalni sekretar KS Jugoslavije, a od 1976. godine bio u jednom periodu i generalni sekretar FIBA.*

STANTIĆ ĐURO (u Subotici, 1878-1918), olimpijski i svetski šampion u daljinskom hodanju. *Na takmičenjima počeo nastupati u Subotici 1900. godine. Bio je svetski šampion iz discipline u hodanju na 75 km (Berlin, 1901), sa vremenom od 8 sati 16 minuta i 24,8 sekundi. Njegov najveći uspeh je bio na OI (Atina,1906), kada je u trci hodanja na 3000 metara postao apsolutni olimpijski šampion (nastupao za reprezentaciju Ugarske). Bio je redovni pobednik u periodu 1900-1906. godine, na najvažnijim internacionalnim takmičenjima (Budimpešta, Beč, Segedin, Prag, Novi Sad, Grac, Atina, Berlin).*

STENMARK INGEMAR (rođ.1956), švedski reprezentativac u alpskom skijanju i jedan od najboljih skijaša sveta. *Svetski šampion i veleslalomu (1978), šampion sveta u slalomu (1982), olimpijski šampion u slalomu i veleslalomu (1980), šampion Svetskog kupa u slalomu (1975-1981) i veleslalomu (1978-1981). Vozio skije „Elan".*

STIVENSON TEOFILO (Puerto Padre 1952-2012), reprezentativac Kube u boksu, bio trostruki olimpijski šampion (1972, 1976, 1980) u teškoj kategoriji, a bio je i svetski šampion 1974. i 1978.





STJUART DŽEKI DŽON (rođen u Dambuku, 1939), škotski reprezentativac i jedan od najboljih automobilista sveta i trostruki svetski šampion, vozeći trkaće bolide „Formule 1" poznate svetske marke automobila „matra-ford" i "tirel-ford", osvojio je prvenstvo sveta u 1969. godini, a bio je i vicešampion sveta za 1972. Pobednik je Gran pri takmičenja. Jedino njemu je pošlo za rukom da na GP Španije osvoji tri uzastopne pobede (1960-1971) postigavši redak het-trik. U anketi novinske agencije ISK (Internationale Sport-Korrespondenz), proglašen je zvanično najboljim sportistom sveta za 1973. godinu.



Svetski šampion Džeki Sjuart, na Formuli 1 marke bolida „ford-tirel", 1969. godine.

STOJADINOV PREDRAG (1972. u Pančevu). *Kao reprezentativac Srbije u karateu, bio je 2002. godine svetski prvak u acocijaciji EKF (borbe pojedinačno), šampion PE (Istambul, 2000), 2. PE (Beograd, 1998).*

STONI TENIS (engl. table tennis), sportska igra na stolu, u kojoj takmičari pomoću malih reketa nastoje prebaciti belu lopticu preko mreže na suprotnu stranu protivnika. Mada nema preciznih podataka o poreklu nastanka ove zanimljive sportske igre, izvesni tragovi sugerišu da bi poreklo ove igre moglo da se veže za stare civilizacije: Kina, Egipat, Grčka i Rim. Drevni grčki pesnik Homer je još u VIII veku p.n.e. u epu Odiseje, opisao neku igru loptom pomoću štapa koji je obmotan na jednom kraju, sa kojim je tu igru igrala Nausikaja sa svojim prijateljicama. Slična igra loptom bila je već poznata i u starom Rimu, odakle su je rimski legionari pronosili u svoje provincije (Galiju, Britaniju itd.), gde su se vekovima zadržale i doživele mnoge transformacije. Jedna od takvih igri je bila popularna u Francuskoj. Italijanski humanist Antonijo Ćano del Salo u svojoj knjizi iz 1555. godine, opisuje da su postojale dve vrste igara i to bacanje lopte preko mreže i guranje lopte. Prva igra u vezi sa bacanjem lopte preko mreže, koristila se velika šuplja lopta koja bi se udarala zatvorenom pesnicom, ili pak mala napunjena lopta koja se udarala otvorenom rukom ili reketom, pa se ova poslednja igra dovodi u vezu sa nastavkom prvog tenisa, čiji je naziv još u XV veku bio poznat u Engleskoj, jer tenis i stoni tenis imaju zajedničko poreklo, zato su to igre privilegovanog plemstva, koje su se igrale na specijalno uređenim većim igralištima ili u zatvorenom prostoru. Ozbiljniji počeci stonog tenisa su vezani za period XIX veka i za Englesku. Značajan napredak te igre dogodio se onda kada je Vingfild 1874. izmislio i napravio malu lopticu napunjenu vazduhom pod pritiskom. Dok se tenis kao igra igrao na otvorenom, stoni tenis je bila alternativna igra, koja se igra-

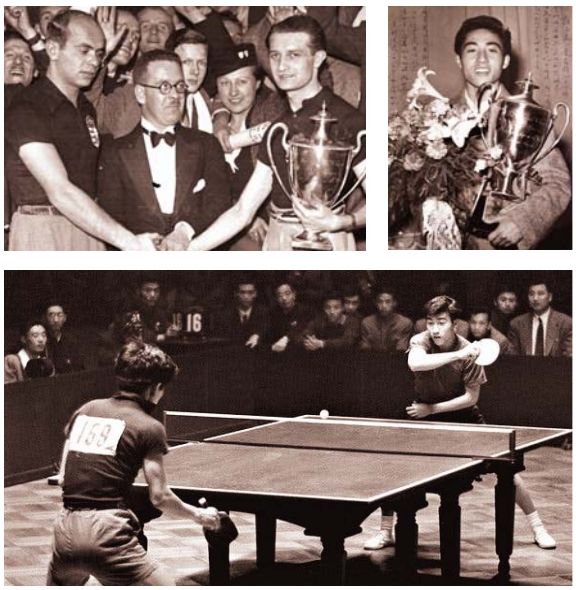
la u zatvorenom prostoru, u toku lošeg kišnog ili zimskog vremena. Ta alternativna igra (stoni tenis) igrala se na stolu sa lopticom i dva reketa, a umesto mreže bila je postavljena jedna daska ili prepreka od naslaganih knjiga na stolu. Ta





igra se prenosi dalje u Severnu Ameriku, ali i dalje kao minijaturni tenis sa nestandardizovanim rekvizitima. Međutim, velike zasluge za razvitak te igre širom sveta imao je Džejms Gib (1853-1930), koji je iz Amerike 1890. godine doneo u Englesku par komada celuloidnih loptica kojima su se tada zamenile sve dotadašnje loptice od plute. Inženjer Gib je tim lopticama dao poseban onomatopejski naziv „ping-pong“, zbog čudnog zvuka loptice o teniski sto. Već posle tog epohalnog otkrića, stoni tenis počinje naglo da se razvija, tako da je u periodu 1899-1904. godine, ta zanimljiva igra postala i prava manija: stoni tenis se igrao svugde, na svakom komotnijem stolu, leti i zimi, po stanovima i klubovima, sajmovima i po hotelima, po kafanama i restoranima, stoni tenis se igrao u svečanim odelima i raskošnim haljinama. Odigrana je i prva stonoteniska utakmica u čuvenom londonskom „Rojal Akvarijumu“. Stoni tenis se isprva igrao različitim vrstama reketa, neobičnih oblika i napravljenih od različitih vrsta materijala. Jedan od kvalitetnijih reketa se zvao *banjo-reket*, čija veličina je bila 49,5 cm, bio je presvučen pergamentom i imao je veću dršku. Zatim su pravljeni reketi od kartona, platna, glas-papira, drveta, od užeta i plute. Godine 1902, Gud prvi put na reket lepi rapavu gumu (ideja na osnovu izgleda gumirane šperploče na šalterima pošte), i time je dobijen bolji kontakt reketa sa lopticom, čvršće udarce, kao i bolju kontrolu loptice prilikom izvođenja udaraca. Istraživač Gud je istovremeno i marljivo vežbao stoni tenis, usavršio je i svoj specijalni udarac *bekhend drajf*, sa kojim je pobeđivao i na mnogim turnirima. Nažalost, sve te inovacije do 1905. godine nisu doprinosile većoj ekspanziji stonog tenisa, sve dok krajem XIX veka, u Engleskoj nisu napisana neslužbena pravila, ali zbog nedostatka tadašnjeg međunarodnog foruma, napisana pravila nisu vredela za sve zemlje. U ono vreme set se dobijao nakon osvojenih 30 poena (danas sa 21), do 1901. g. serviralo se direktno preko mreže, isto kao u tenisu, a tek od 1901. godine uvodi se današnja vrsta servisa u stonom tenisu. Godine 1901. održan je i prvi međunarodni turnir u stonom tenisu u gradu Beču, a pobednik je bio engleski stonoteniser E. Šires, koji će nakon osvojene šampionske titule preneti stoni tenis u Mađarsku 1904. U tim godinama, stoni tenis je već bio popularan i u Čehoslovačkoj i Nemačkoj. Za stoni tenis su znali u Kini i Japanu, ali je njegova popularnost, ekspanzija i uvažavanje doživela kulminaciju uglavnom najviše u Engleskoj, pa se 1921. godine u toj državi i osniva prvi stonoteniski savez *English Table Tennis Association,* da bi se u periodu 1921-1952. godine osnovali novi stonoteniski savezi i u državama: Velsu, Austriji, Mađarskoj, Če-

hoslovačkoj, Švedskoj, Indiji, Francuskoj, Japanu, SAD, Australiji, SSSR-u i Kini. Reket na koji je Englez E. Gud postavio zupčastu gumu, omogućio je i neslućene mogućnosti baratanja lop-



Gore sleva: najbolji stonoteniseri sveta Mađari Viktor Barna i Mikloš Sabadoš (u periodu 1926-1935), slika gore desno: najbolji stonoteniser sveta svih vremena Kinez Chuan Tse Tung (1942), svetski šampion (1961, 1963, 1965), na PS osvojio 13 medalja (8 zlatnih, 3 srebrne i 2 bronzane). Dole: C. Tung, osvaja zlato (PS, Peking, 1961).

tom: dinamičnost igre, veću rotaciju loptice, mogućnosti drajfanja (oštre niske lopte) i „rezanja". Sve je to omogućilo igračima stonog tenisa da mogu da se više ili manje udaljuju od stola ili da mu se primiču, u borbi za poene. Već 1926. godine osniva se u Berlinu *Međunarodni stonoteniski savez* (pokretač je bio Nemac dr Georg Lehman), a zatim se osniva i Internacionalna federacija za stoni tenis na prvenstvu sveta u Londonu. Na prvom prvenstvu sveta u stonom tenisu 1926. godine, vidno su se istakli mađarski stonoteniseri (R. Jakobi, Z. Mečlovi, Marija Mednjanki, Viktor Barna, M. Sabadoš i L. Belakom), koji su često osvajali zlatne medalje na svetskim šampionatima u stonom tenisu, a time su imali i vodeću ulogu u svetskom stonom tenisu sve do 1935. godine. Sa svetskog stonoteniskog trona su ih potisnuli Čehoslovaci, Austrijanci i Englezi. Prvi put su se na stonoteniskim takmičenjima pojavili i Japanci (Bombaj, 1952), koji su dali veliki doprinos modernizaciji tenisa, kako u tehničkom smislu (poboljšanjem kvaliteta proizvodnje reketa, penholderom), kao i boljom koncentracijom i radom nogu. Japanci će takođe postati svetska velesila u igri stonog tenisa. Njihov nenadmašni šampion je bio Ogimura, a sledili su ga i ostali japanski stonoteniseri: Tanaka, Satoh, Ito, Kimijo i Macuzaki, koji će biti svetski šampioni u igri celuloidnom lopticom. Japanske takmičare su sa svetskog trona potisnuli Kinezi. Velika država Kina je iznedrila nekoliko najslavnijih stonoteniskih svetskih šampiona: Jung Kuo Tuan, Li Fu Jung, Chang Shih Lin, Hsi Eng Ting, ali najveća slava je pripala kineskom stonoteniseru i trostrukom neporaženom svetskom šampionu Chuang Tse Tungu (1961, 1963. 1965.), koji se povukao iz stonoteniskog sporta – neporažen, i koga i danas smatraju neprevaziđenim i najboljim igračem sveta. Evropski stoni tenis je godinama bio u senci azijskog, da bi se početkom 1970. godine i izjednačio sa njim, tako da su svetski stonoteniski tron Japancima i Kinezima oduzeli sto-



SFRJ – šampion Evrope (Prag, 1976): Osmanagić, M. Karakašević, Šurbek, Stipančić, Jurčić, Kosanović.

noteniseri iz Švedske, Mađarske i Jugoslavije (Dragutin Šurbek, Stipančić). Zanimljivost jeste i u tome što je prvi Jugoslovenski ping-pong savez Jugoslavije osnovan u Somboru (Bačka) u me-

secu aprilu 1928. godine. Prohujale su mnoge godine, a stonoteniski sport je ostao u vrhu popularnosti. Pravila igre iz 20. veka su dopunjena nekim novijim manjim izmenama. Stoni tenis se igra u prostoru (igralištu) koje je veličine 7x14 metara (najmanje 6x12 m za svaki sto). Ograda prostora za igru je visoka oko 75 cm, koja odvaja jedan prostor za igru od drugog prostora i od gledalaca. Stonoteniski sto je pravougaonog oblika i dugačak je 274 cm, a širok 152,5 cm.

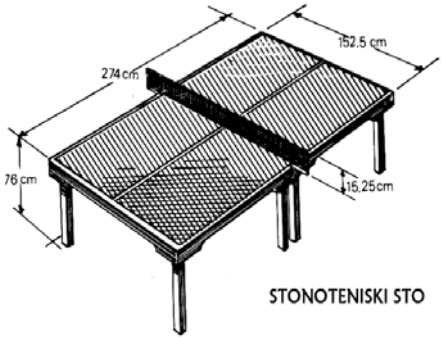


Jugosloveni – šampioni Evrope, Prag, 1976.
(Eržebet Palatinuš i A. Stipančić, igra parova)

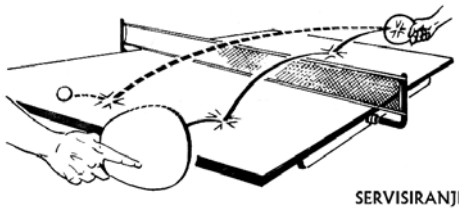


Šampionke Evrope: G. Perkučin i E. Palatinuš, desno Palatinušova sa A. Stipančićem, dole levo: trener Sabo i reprezentativke SFRJ.

Površina stola je udaljena od patosa 76 cm, potpuno vodoravna i izrađena je od tvrdog drveta uglavnom. Standardna loptica, ispuštena sa visine od 39,5 cm na ploču stola mora svugde ravnomerno da odskoči najmanje 22, a najviše 25 cm. Površina stola je tamne boje i bez sjaja uokvirena belom linijom širine 2 cm. Na sredini stola, paralelno sa uzdužnim linijama stola, ucrtana je i 3 mm široka bela „središna linija". Stonoteniska mreža je obešena na držače i stoji okomito na stolu. Paralelna je sa užim stranama stola i deli sto na „dva polja za igranje" jednake veličine. Visoka, kao i njeni stalci 15,25 cm, a dugačka 183 cm. Spoljne strane držača udaljene su 15,25 cm od uzdužne ivice stola. Držači se smatraju sastavnim delom



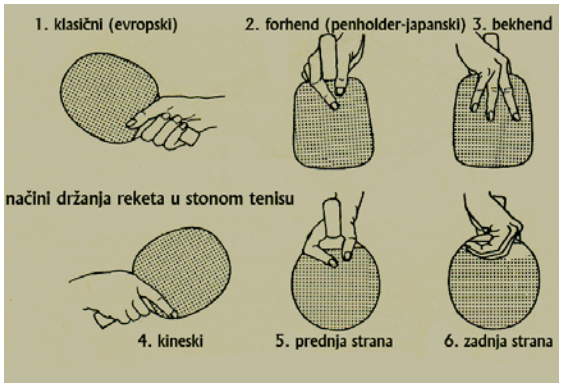
STONOTENISKI STO



SERVISIRANJE

mreže. Osvetljenje mora biti ravnomerne jačine i iznad stola najmanje 400 luksa. Oprema igrača zahteva, da osim čarapa i patika, svi odevni predmeti igrača su ravnomerne boje – osim bele. Na zadnjoj strani majice moraju biti uočljivi brojevi ili natpisi koji obeležavaju igrača, njegov klub ili savez. *Početni udarac (servis) se izvodi tako što se loptica postavlja na otvoreni, vodoravni dlan slobodne ruke i izbacuje se bez ikakve rotacije vertikalno ali prema gore. Kada pređe najvišu tačku, server je udara tako da ona najpre dodirne njegovo sopstveno polje za igranje i tada skoči u protivnikovo, direktno preko mreže, oko mreže, ili ispod dela držača mreže. U igri parova, loptica prvo dodirne desnu polovinu polja za igranje servera ili središnu liniju na njegovoj strani, a potom desnu polovinu polja za igranje primaoca servisa ili središnu liniju na njegovoj strani stola. Servis se ponavljao ako lopta, prilikom izvođenja servisa, dodirne mrežu ili njene stalke. Kod promene servisa u pojedinačnoj igri, server bi se menjao posle svakih 5 postignutih poena, tako što tad server postaje primalac i obratno, do kraja seta, odnosno do*

stanja 20:20 (iz pravila XX veka), ili dok ne počne da se igra po ekspeditivnom sistemu, kada se server i primalac menjaju posle svakog poena. Poen se postiže ako server prilikom izvođenja servisa promaši lopticu, ako loptica dva puta uzastopno dodirne isto polje za igranje, uli ako loptica dodirne jedno za drugim dva polja za igranje, a da između toga nije udarena (osim kod servisa), ako je udarena reke-



tom pre nego što je pala na sto ili patos, ako je loptica udarena stranom reketa koja ne odgovara pravilima. Zatim, ako u toku igre bilo šta dodirne mrežu ili njene stalke osim loptice, ako lopticu udari isti igrač dva puta zaredom, ako igrač pokrene sto dok je loptica u igri, ako igrač slobodnom rukom dodirne površinu igranja dok je loptica u igri. Čim se postigne poen, sudija objavljuje stanje u igri, saopštavajući prvo poene servera, a potom poene i primaoca servisa. Kod promene servisa, sudija objavljuje stanje u igri već po onom redosledu koji će važiti i za sledećih pet poena, objavljujući tad ime novog servera. Set dobija igrač (ili par) koji prvi postigne 11 poena. Ako oba igrača (ili para) imaju po 11 poena, set dobija onaj koji prvi uspe da postigne dva poena više od svog protivnika. Kod stanja 11:11 ili kod uvođenja ekspeditivnog sistema, tad redosled igre ostaje isti, ali se posle svakog poena menjaju server i primalac. U poslednjem mogućem setu kod promene strana (kod postignutih 10 poena), par koji prima servis mora da promeni svog primaoca servisa. Pojedinačna igra u stonom tenisu (ili igra parova) je do dva (u ekipnim susretima) ili do tri dobijena seta (u pojedinačnim disciplinama). Igra se odvija bez prekida, između setova pauza može da bude najviše do jedan minut, a između trećeg i četvrtog seta, na zahtev igrača, najviše pet minuta. Promena stanja je posle svakog seta. Sudija u stonoteniskom meču je neprikosnoven i njegova odluka je konačna. U ekipnom sistemu takmičenja igra se do pet pobeda (muškarci) i do tri pobede (žene), a pojedinačna takmičenja igraju se na tri dobijena seta. Po izmenjenim pravilima u XXI veku loptica je povećana sa 38 na 40 mm, a težina sa 2,5 grama na 2,7 grama. Današnji treneri i igrači stonog tenisa primenjuju sva savremena dostig-



Zoran Kalinić i Dragutin Šurbek, evropski šampioni iz 1982, šampioni sveta (Tokio, 1983) u parovima.



Zoran Kalinić (Subotica, 1958), nekadašnji reprezentativac SFRJ u stonom tenisu. Bio je član „Spartaka“ i „Crvene zvezde“, postigao sledeće uspehe: omladinski prvak Evrope 1976, svetski prvak (1983, parovi), prvak EP (1982, 1984, 1994, parovi), višestruki šampion SFRJ i zaslužni sportista.

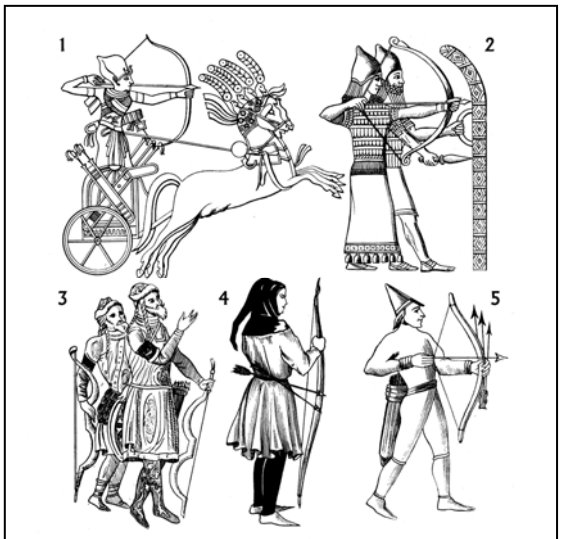


Aleksandar Karakašević, rođen u Beogradu, 1975. Reprezentativac Srbije u stonom tenisu, bio četvorostruki prvak Evrope (u parovima), višestruki je šampion države.

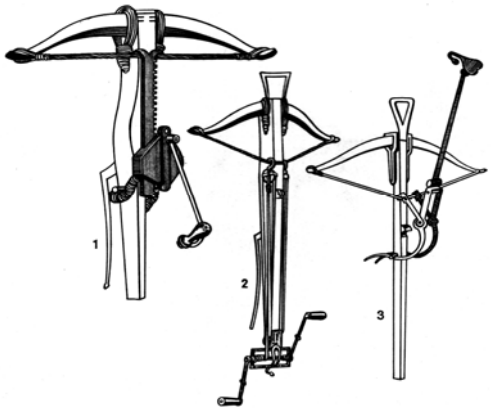
nuća iz teorije sportskog treninga, u pogledu doziranja opterećenja, planiranja forme, razvijanja osnovnih specijalnih fizičkih sposobnosti (snage, brzine, refleksa, izdržljivosti, gipkosti, koordinacije pokreta). Takmičari moraju imati osnovnu snagu radi savladavanja napora u igri i eksplozivnu snagu, jer se pokreti obavljaju najvećom brzinom. Imena srpskog st. tenisa: M.Karakašević, Kalinić, Kosanović, Palatinuš, Lupulesku, Perkučin, Fazlić, Golić, A. Karakašević, Tokić, Feher, Erdelji, Grujić, Levajac, Pete, Žolt, Jeftović. Selektor stonoteniske reprezentacije Srbije (2021): Miloš Đukić.

STRAJKOVI, udarne površine kao što su pesnica, šaka, lakat. Svi udarci rukama definišu se kao „kretne strukture“, koje se realizuju uz učešće ostalih delova tela, a koje imaju za cilj destrukciju protivnika. Celokupno učenje i usavršavanje tehnika udaraca rukama, kao i ostalih tehnika karatea, podređeno je stvaranju optimalnih tehničkih preduslova za efikasno zadavanje odlučujućih udaraca. Putanja *strajkova* nije pravolinijska.

STRELIČARSTVO (rus. *стрельба из лука),* veština gađanja lukom i strelom u nepokretne mete koje su postavljene na različitoj udaljenosti. Najpoznatiji svetski istoričari i etnolozi smatraju da je pronalaženje luka jednako ravno epohalnim otkrićima pronalaženju vatre ili počecima govora. Mnoge pećinske slike još iz paleolita, dokazuju postojanje luka i strele još u tim pradavnim vremenima kao i kod velikih civilizacija starog veka, a njihovo prisustvo je odavno kod primitivnih naroda (sem Australije). Smatra se da su najspretniji strelci pripadali Persijancima, Mongolima, Turcima, kao i starosedeocima Amerike – indijanskim plemenima. Luk je izrađivan od različitih vrsta materijala: drveta, trske, roga, metala, a to je zavisilo od dostupnosti mogućih sredstvava za izradu, koje su pojedini narodi imali. Od pravljenih lukova, najpoznatiji je tzv. dugi (osnovni) luk, koji se izrađivao od jednog komada drveta, po obliku pljosnat i stanjen samo na krajevima, koji su koristili: Indijanci u džunglama Južne Amerike, brojne grupe naroda u Africi, dok ga mnoga streličarska društva širom sveta upotrebljavaju i danas. Asirci su izrađivali kvalitetne lukove od metala čiji su vrhovi krakova bili izvrnuti spolja. Tetive su pravljene od biljnih vlakana ili životinjskih creva. Strele su izrađivane kao drvene šipke koje su završavale na vrhu sa kamenim ili metalnim šiljcima, katkad natopljene i otrovom. U srednjem veku luk i strela je bila uključena u važno naoružanje redovne vojske (veliki engleski luk dug je 1,80 m, a domet njegove strele doseže i preko 350 m). U Engleskoj su se već u ranom srednjem veku održavali streličarski turniri sa obeležjem sportskog takmičenja. Period u kome je bilo obavezno vežbanje lukom i strelom u Engleskoj je period od Henrika I, pa sve do Elizabete Prve, u ukupnom periodu (1068-1603). U Engleskoj je objavljena i prva knjiga o veštini gađanja lukom i strelom, od autora Rodžera Echama iz



Luk i strela: 1. Ramzes II na bojnim kolima (1.440 godine p.n.e.) 2. Asirski strelac 3. Indoskitski strelci, XIII vek 4. Engleski strelac na obuci streličarstva, XVIII v. 5. Normanski strelac iz XI veka (prikaz u crtežima).



VRSTE SAMOSTRELA
1. i 2. Sa čekrkom 3. Sa polugom (kozja noga)

1545. godine. Ali, u nekim zemljama su već u XIII i XIV veku osnivana streličarska društva. U Engleskoj su se ona započela osnivati 1676. godine, u SAD od 1828. godine, a u Čikagu je i održan prvi turnir u streličarstvu. Pronalaskom vatrenog oružja tokom XVI i XVII veka sve više je potiskivana proizvodnja luka i strele, koji više nisu bili korišćeni ni za ratove ni za lov, već samo u sportske namene. Moderno streličarstvo kao sportska disciplina uvedeno je početkom XX veka, osnivanjem Međunarodnog saveza za streličarstvo 1931. godine (*Federation Internationale de Tira l'Arc, FITA)*, čiji su prvobitni osnivači bile zemlje: Belgija, Poljska, Švedska i Francuska. Najbrojnije članstvo danas je u SAD, Velikoj Britaniji i Japanu, a u sve većem razvitku je i u Poljskoj i Ruskoj Federaciji. Organizuju se redovno prvenstva sveta i to svake druge godine. Na programu Olimpijskih igara streličarstvo se prvi put pojavljuje 1900. u Parizu, pa 1904. godine u Sent Luisu, 1908. u Londonu, a 1920. u Antverpenu, kada je streličarstvo prestalo da se uključuje



Streličarski rekviziti: sportski luk, strela, meta, i odapinjanje

u Olimpijske igre, da bi se opet vratilo u taj veliki rang takmičenja tek 1972. godine u Minhenu. Na tlu bivše Jugoslavije, prvo streličarsko društvo je osnovano u Novom Sadu 1946. godine, a prva se takmičenja održavaju od 1956. Prvi streličarski savez Jugoslavije osnovan je 1965, zatim je primljen za člana FITA od 1967. godine. Sportska streličarska oprema sastoji se od luka, strele, štitnika, stalka, tobolca i mete. Gađanje se obavlja na otvorenom prostoru, na većim travnjacima ili stadionima. Takmičarski luk dugačak je oko 170 cm, sa kracima koji su blago savijeni prema napred, koji su na kraju urezani za koje se pričvršćuju omče tetiva. Sredinu luka čini drška na kojoj je označeno hvatište za ruku, a iznad tog mesta se nalazi sedište za strelu. Na luku mogu da se montiraju i nišanski uređaji sa nišanskim spravama (obična iglica s glavicom



pričvršćena na luk pomoću lepljive trake ili prava nišanska sprava koja se može milimetarski podešavati vijkom). Na luku se mogu upotrebiti najviše četiri stabilizatora. Materijal od kojeg se izrađuju sportski streličarski lukovi su: drvo, koža, metal, čelik, aluminijum, plastične mase (fiberglas), i to samostalno ili u kombinacijama. Dobar materijal za proizvodnju luka mora biti otporan na promenu temperature i na vlagu. Luk može imati oblik okrugao, elipsast, pljosnat i trapezoidan. Najčešće su u proizvodnji pljosnati lukovi. Najkvalitetniji lukovi prave se od nekoliko slojeva drveta različitih osobina. Uglavnom se

uvek upotrebljava žilavo i elastično drvo poput tise, hikorija, bagrema, jasena, čiji materijali su otporni na vučenje, savijanje. U sredini luka se stavlja mrtvo drvo (javor), nesavitljivo je na pokret, ali savitljivo u svim smerovima. Za veličinu drvenog luka merodavna je visina takmičara i raspona njegovih ruku, a visina takmičara je obično u srazmeri sa dužinom luka, mada su uglavnom u proizvodnji lukovi dužine do 170 cm. Jačina luka zavisi od debljine mrtvog drveta. Snaga luka raste kubusom debljine, a geometrijski u odnosu na širinu (2 puta deblji luk 8 puta je jači). Snaga luka se meri funtama, librama (457 gr ili kilograma). Lukovi srednje snage su do 18 kg natezne sile, a jaki lukovi 25 kg i više. Strela je ravna, glatka i elastična. Ona je u obliku šipke, na čijem vrhu se nalazi šiljak, a na njenom kraju je tzv. „jahač". Pri kraju strele pričvršćena su 3-4 pera koja omogućuju streli stabilnost u letu. Težina strele je 20-28 grama. Izrađuju se od drveta (smreka, jela, breza, kedar), a cevi od plastične mase, aluminijuma ili čelika. Može da bude u obliku valjka ili vretena. I dužina strele kao i dužina luka zavisi od dužine streličarevih ruku, i obično je dužine od 65-72 cm. Što je strela teža – to joj je početna brzina manja. Strele se smeštaju u stalku (tobolcu), a rezervni pribor strele čine pera, jahači, šiljci i lepilo. Sve strele moraju na sebi imati inicijale streličara i njegov redni broj, dok pera moraju biti iste boje. Štitnici za zaštitu prstiju kojima se zateže tetiva, napravljeni su od kože, tvrde gume ili plastike (za kažiprst i dva sledeća prsta), a streličarska rukavica je takođe u sličnoj funkciji. Štitnici za podlakticu i grudi su napravljeni od kože ili od plastične mase. Tobolci se kače na opasač, a za kontrolisanje pogodaka dozvoljena je upotreba dvogleda. Mete su ploče koje su napravljene od slame, postavljene na drvene stalke pod uglom od 15^0. Mogu biti okrugle (iz pletene slame) ili kvadratične (od presovane slame). Veličina mete je nešto veća od njenog platnenog lica. Lice mete sastavljeno je od 10 koncentričnih krugova, a srednji krug je u visini grudi strelca (122-130 cm iznad zemlje). Takmičenje u streličarstvu zahteva veliku preciznost. Streličarstvo je sport veoma naporan (možda i koliko maraton), jer se u koncentraciji i napinjanju luka gubi ogromna psihofizička energija. Streličari se nadmeću u grupama (trojica u grupi). Strela se obavezno mora uputiti prema meti u roku od dva i po minuta. Signalna lampica svetli u zelenoj boji dva minuta, a zatim u žutoj boji pola minuta, do isteka vremena. Pogoci posle 2,5 minuta se ne priznaju. Signal pištaljkom startuje ili zaustavlja gađanje. Većina streličara dotiče nos sa tetivom kako bi utvrdili istu poziciju. Posle završene faze gađanja, takmičari odlaze do mete i jedan registruje sve rezultate u prisustvu druga dva takmičara koji to potvrđuju. Sporove rešavaju zvanične sudije. Poeni se stiču na sledeći način: Strela koja pogodi razdelnu liniju između dve obojene zone „dobija" veći poen, svaka strela donosi onoliko poena koliko nosi mesto koje pogodi, strela koja se odbija od mete ili prođe kroz nju, osvojiće poene, samo ako sudije mogu utvrditi gde je pogodila, strela koja se „uglavila" u drugu strelu osvaja iste poene kao i prva strela. Strela se smatra da nije odapeta, ako je streličar može dotaći svojim lukom, bez pomeranja stopala izvan startne linije. Gađanje traje ukupno dva i po sata sa 36 strela. Takmičenje traje četiri dana, a svaki takmičar upotrebljava 288 strela na raznim razdaljinama za ukupno 20 časova (četiri dana po pet sati). Streličari moraju biti posebno koncentrisani i

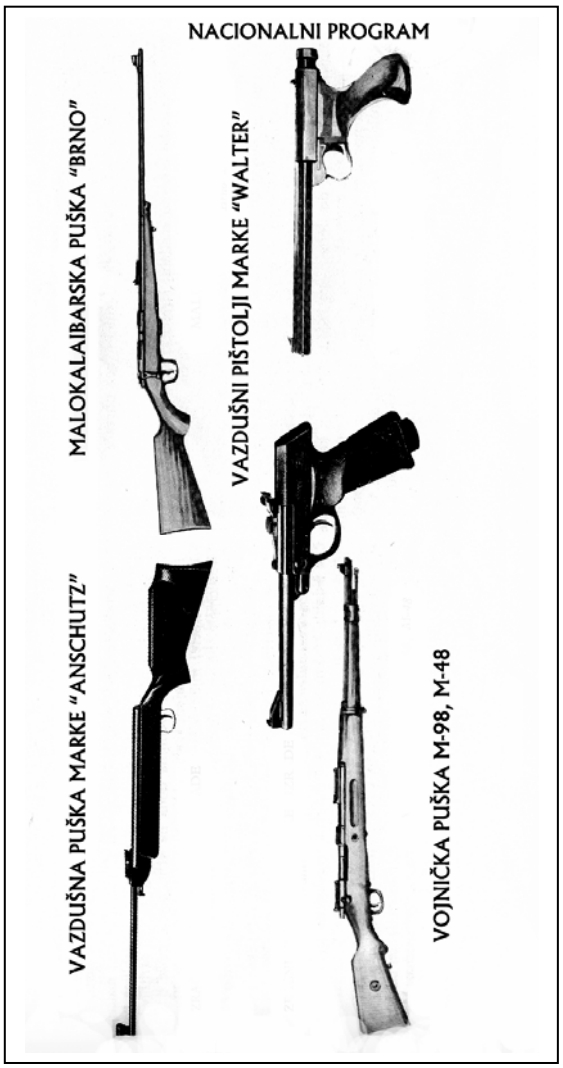
prolaze kroz 7 raznih pokreta: 1) zauzimanje položaja, 2) podizanje luka, 3) zapinjanje strele, 4) zatezanje luka, 5) oslanjanje tetive ispod brade ili vilične kosti, 6) podešavanje cilja kroz mušicu luka, 7) ispravljanje prstiju da se odapne strela. Krajnji cilj odapinjanja strele od vitalnog je značaja. Ruka koja drži luk mora biti čvrsta i nepomična, a prsti se moraju odvojiti glatko i neprimetno. A u streličarstvu je izgled mete sledeći: zlatnožuto središte od 11,4 cm za metu od 122 cm, 8,9 cm za metu od 80 cm. Iglena rupica je tačno na sredini zlatno-žutog središta i obeležena je tačkicom. Stalak mete se može montirati i na specijalne točkiće. Mete se proizvode u dve veličine 1,22 metra ili 80 cm. Muškarci gađaju veće mete sa razdaljine od 70 i 90 m, a žene sa razdaljine 30-50 m. Najpoznatiji streličarski klub u Srbiji je „NS-2002“ N. Sad (*trener Fedor Benjak*).

STRELJAŠTVO (engl. shooting, rus. стрелковый спорт), sportska grana gađanja streljačkim oružjem u nepokretne i pokretne mete. U 1446. godini osnovano je prvo streljačko udruženje u Švajcarskoj u gradu Lucernu. To je prvo streljačko društvo u svetu u kome se vežbalo vatrenim oružjem. Prva takva takmičenja su se održavala nedeljom, a svaki takmičar je učestvovao sa vlastitim oružjem, dok je udruženje obezbeđivalo takmičarima municiju (tadašnje prah i olovo). Posle održanog takmičenja pobedniku je pripadala titula „kralj strelaca“. Na tim takmičenjima gađalo se u drvene mete, koje su bile ukrašene heraldističkim znacima. Zanimljivo je da su te prvobitne mete imale krugove, ali su bile podignute čak i na visinu od 30 m iznad zemlje. Kasnije su uvedene i drvene mete sa crno-belim poljem i krugovima prečnika 1 m. Pokazivač bi posle konstatacije pogotka odmah pristupio krpljenju mete drvenim čepom. Međutim, u to vreme, s obzirom na nesavršenost (preciznost) oružja, svaki pogodak u bilo koji deo mete – računao se kao uspešan. Najveća udaljenost strelca sa vatrenim oružjem od mete bila je 100 m, dok je udaljenost mete od strelca sa samostrelom, koji je u to vreme bio i precizniji – iznosila je 130 m. Za ta sva takmičenja zainteresovale su se i prve susedne zemlje, tako da je na sledećem gađaju u Cirihu bilo prijavljeno oko 700 strelaca, koji su došli iz Insbruka i Frankfurta. Od ukupnog broja strelaca, 460 njih je gađalo samostrelom, a 236 (puškom) alkerbuzom. Daljim usavršavanjem vatrenog oružja povećavala se i njegova preciznost, tako da su se u XVI veku organizovala takmičenja u streljaštvu na kome su mete bile postavljene na čak 250-280 koraka od strelca. Među prvim gradovima koji su počeli da izgrađuju specijalne streljane bio je Prag, dok je početkom XVII veka u Salcburgu izgrađena jedna od najvećih i najboljih streljana toga doba. Ona je bila duga 230 m i široka 137 m, sa 6 meta i nadstrešnice za strelce, dok je grudobran u toj streljani bio zid visi-

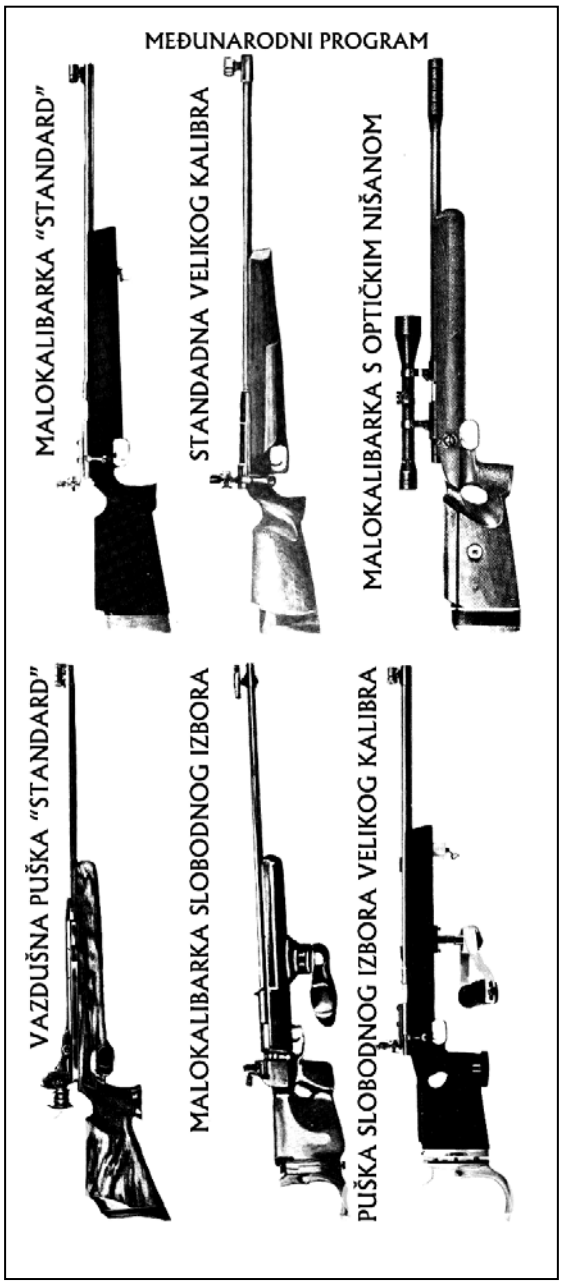


Steljaštvo iz XVIII veka. Na gornjoj i donjoj slici prikazana je obuka u streljaštvu – sa tadašnjim puškama “musketama”.

ne 4,9 metara. Početkom XVIII veka su se počela pojavljivati i prva pisana pravila-statuti za streljački sport, ali je dosta vidan korak u razvoju streljačkog

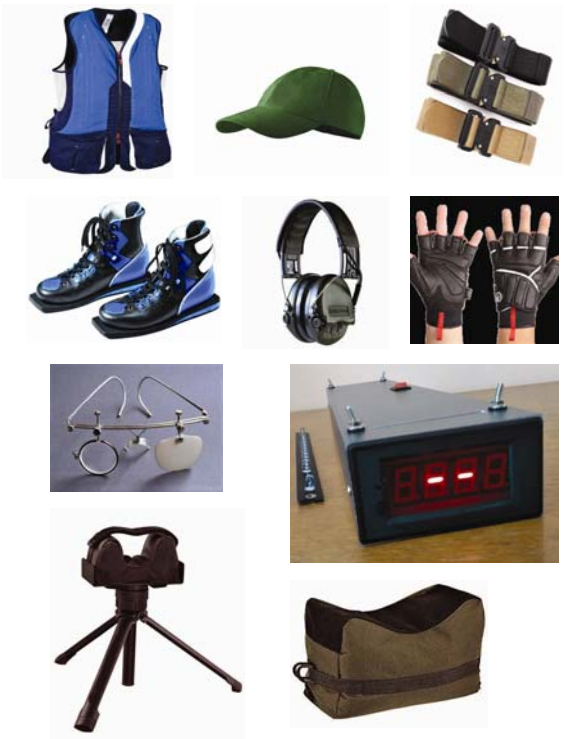


sporta učinjen u XIX i početkom XX veka, jer će tada biti razgraničene pojedine streljačke discipline. To se dogodilo na prvim održanim Olimpijskim igrama u Atini, 1896. godine. Tada je na programu bilo 5 streljačkih disciplina: gađanje vojničkom puškom na 200 m i na 300 m, pištoljem slobodnog izbora na 50 m i 25 m te revolverom na 25 m, a sudelovali su takmičari iz 8 zemalja. Odmah posle prve Olimpijade održano je 1897. u Lionu prvenstvo sveta u gađanju, a nastupili su strelci iz pet evropskih zemalja: Italije, Francuske, Holandije, Norveške i Švajcarske. Na programu je bila samo jedna streljačka disciplina – vojnička puška slobodnog izbora iz trostava. Godine 1900. na takmičenju za prvenstvo sveta bila je zastupljena i disciplina gađanja pištoljem i



revolverom. Međunarodni streljački savez (UIT) je osnovan 1907, sa sedištem u Parizu. Prvu pomoćnu spravu na streljačkom takmičenju upotrebljavaju američki takmičari 1921. godine, pod nazivom diopter, koji će kasnije biti prihvaćen i od takmičara ostalih zemalja sveta. Malokalibarska puška se prvi put pojavljuje na streljačkom takmičenju u 1929. godini i iz nje se gađalo iz stojećeg i ležećeg stava, a godinu dana kas-

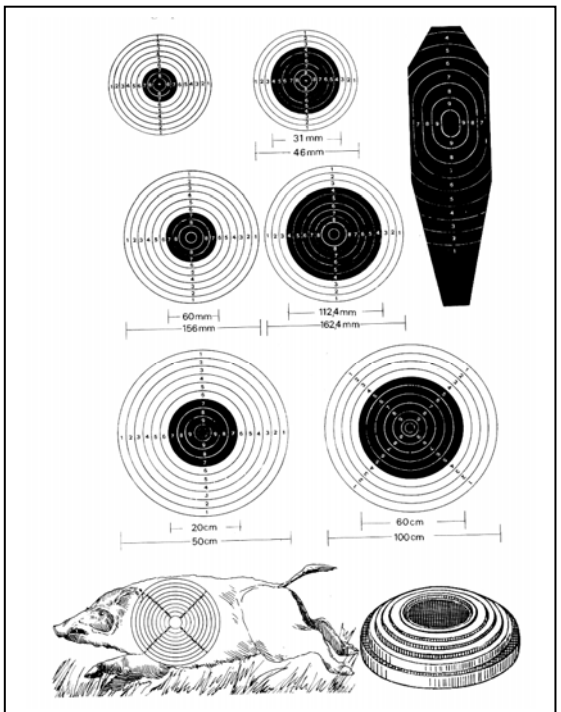
nije (1930) i iz klečećeg stava, tako da program gađanja iz tri stava dobija ime trostav. Takmičenje za svetsko prvenstvo u streljaštvu između 1940-1948. godine nije održavano zbog Drugog svetskog rata, a posle 1947. godine, pa sve do danas takmičenja za prvenstvo sveta i prvenstvo Evrope se redovno odr-



DEO STRELJAČKE OPREME XXI VEKA
Streljački prsluk, kapa, kaiš, cipele, štitnici za uši, rukavice, naočari, merač brzine, podmetač za pušku, podmetač za lakat.

žavaju, a organizuje ih UIT. Kad je u pitanju razvoj streljaštva na prostorima današnje Srbije, za najstarije streljačko društvo smatra se *Streljačko društvo u Beloj Crkvi, osnovano 1777*. Potom se osniva *Streljačka družina Novi Sad 1790*, koja je i danas veoma aktivna. Zatim sledi osnivanje streljačkih društava u Beogradu (1851), u Sremskoj Mitrovici (1871), u Zemunu (1872), u Valjevu i Negotinu (1880), u Nišu, Kragujevcu i Velikom Bečkereku (1881). Godine 1887. osnovan je i prvi Savez streljačkih družina Kraljevine Srbije, da bi taj savez 1909. godine bio primljen u svetsku streljačku organizaciju (UIT). Prvo balkansko prvenstvo u streljaštvu održano je 1933. godine i na njemu je jugoslovenska ekipa osvojila prvo mesto u disciplini gađanja glinenih golubova, a strelci iz Kraljevine Jugoslavije su prvi put učestvovali na Svetskom prvenstvu u streljaštvu 1939. godine u Lucernu. Posle Drugog svetskog rata streljaštvo je isprva bilo u okviru Fiskulturnog saveza Jugoslavije, da bi 1948. bilo uključeno u Streljački savez Jugoslavije. U periodu između 1948-1958. godine jugoslovenski strelci su tada bili među najboljima u svetu. Na svetskim prvenstvima u gađanju vojničkom puškom osvojili su 3 srebrne medalje. Posle 1960. godine ta streljačka disciplina će biti isključena iz obaveznog sastava budućih takmičenja. Sreljaštvo krajem XX i početkom XXI veka je dobilo svoju drugačiju organizaciju. Disciplina s puškom je streljačka disciplina s malokalibarskom puškom (tri položaja muškarci) je slobodnog izbora kalibra 5,6 mm, težine do 7,5 kg. Uobičajeni i omiljeni modeli su precizne puške „Anschutz“ nemačke proizvodnje. U disciplini „veliki trostav“ ispaljuje se 120 hitaca u metu udaljenu 50 metara. Položaj, broj hitaca i vremensko ograničenje je: za ležeći stav 40 hitaca + proba (za 1 čas, 15 minuta); za stojeći stav 40 hitaca + proba (za 1 čas, 45 minuta); za klečeći stav 40 hitaca + proba (za 1 čas, 30 minuta). Meta je sa unutrašnjim prstenom (bela sredina), ima prečnik od 12,4 mm, ista puška mora biti korišćena u sva tri položaja. Pogodak u sredinu mete donosi 10 poena; vrednost koncentričnih prstenova se kreće od 10-1 poena u zavisnosti od njihove udaljenosti od sredine mete. Postupak u gađanju je takav da strelci gađaju sa natkrivenih postolja ili streljačkih mesta koja imaju platformu i svako za sebe je pregrađeno, osim u disciplini skit (za gađanje letećih meta). Mete su označene brojevima, tako da odgovara-

ju položajima sa kojih se otvara paljba. Zastavice za vetar se postavljaju na razmaku od 5 do 10 metara i pomažu takmičaru da proceni dejstvo vetra. Zvani-



METE KOJE SE KORISTE U STRELJAŠTVU

čna lica su: žiri za rezultate, žiri za žalbe, rukovaoci metama, zapisničari, oni koji su zaduženi za markiranje, tehnički kontrolori vatrenog oružja i opreme. Malokalibarskom puškom se gađa iz ležećeg stava (muškarci), i u ovoj disciplini strelac leži na stomaku i ima šezdeset metaka u nizovima od po 10 hitaca u vremenu od 1-og časa i 45 minuta. Meta se nalazi na udaljenosti od 50 metara. A standardnom (malokalibarskom) puškom se gađa iz tri položaja – disciplina trostav (žene), u kojoj žene moraju da završe gađanje za vreme od 2 časa, 15 minuta. Meta, takođe, na udaljenosti 50 metara. Gađanje iz vazdušne puške za žene i muškarce prati proceduru: žene imaju 40, a muškarci 60 hitaca. Koristi se puška teška do 5,5 kg, a meta je udaljena 10 metara. Streljački položaj je veoma bitan, a dobar strelac koristi obe ruke i jedno rame da bi pridržavao pušku, plus remen (kaiš). Može da prisloni obraz uz kundak puške kod nišanjenja, ali puška ne može da dotakne nikakav drugi objekat. Disciplina pištoljem ili gađanje iz pištolja – slobodnog izbora





sna Šekarić (1965), najbolja srp-a sportistkinja proglašena „str-cem milenijuma“, koja je osvo-a 90 medalja u disciplini vazdu-i pištolj i sportski pištolj. Šeka-ć je na 5 Olimpijada osvojila i 5 edalja, bila je i trostruki strelac odine u svetu. Šampionka Svet-og kupa u malokalibarskom pi-štolju (Sidnej, 2010). Treneri: V. Jevtić i G. Maksimović.

(za muškarce), može se koristiti samo jedna ruka. Ova disciplina zahteva savršenu kontrolu mišića prilikom ispaljivanja hitaca u metu udaljenu 50 metara. Mete imaju 1-10 poentiranih bodovnih prstenova, a prsten koji donosi 10 poena ima prečnik od 50 mm. Vreme koje je ograničeno za ovu disciplinu iznosi 2,5 časa. Kalibar pištolja mora biti 5,6 mm. Sledeća disciplina je brzookidajući pištolj (za muškarce), a koristi se pištolj od 5,6 mm. Strelac ispaljuje 60 hitaca u pet meta na udaljenosti od 25 metara. Kada uzvikne „spreman“, isto-

vremeno se pojavi 5 meta, a u svaku metu se ispaljuje po jedan hitac. U prve dve serije mora se ispaliti 5 metaka u roku od 8 sekundi, u naredne dve serije, u roku od 6 sekundi i u finalnim serijama, u roku od 4 sekunde. Sledeća disciplina je malokalibarski sportski pištolj (30+30 precizno i duelno). Meta se nalazi na udaljenosti od 25 metara. Takmičari ispaljuju 30 hitaca u posebne mete za tu disciplinu. U streljaštvu postoji i disciplina gađanja letećih meta:





Slika levo: mašina za izbacivanje glinenih golubova sa šaržerom od 50-90 „golubova". Postoji i vrsta katapulta sa platformom i pedelokidačem. Slika desno: takmičar puca iz čokirane puške-bokerice.

trap, skit, dubl trap. Trap strelac zauzima položaj sa dva metka u svojoj sačmarici (promera 12 mm – ima pravo na drugi hitac, ukoliko je prvi promašio) licem okrenut prema pet zamki udaljenih 15 metara. Puška se drži na ramenu. Kada strelac kaže „potežem", njegov glas pokreće uređaj-spravu za glinene golubove, koji brzo oslobađa glineni disk iz zamke brzinom i do 201 km/h. Smer kretanja mete se menja i prvi hitac treba da se ispali u roku od 1,5 sekundi. Specijalne mete koji se zovu glineni golubovi, prečnika su 11 cm i debljine od 25-26 mm. Tanjirići od 105 grama su raznovrsnih, svetlih, lako uočljivih boja. Tokom takmičenja moraju se koristiti tanjirići iste boje. Skit je streljačka disciplina (gađanje letećih meta – mešovito), gde se puška drži u visini struka. Mete se bacaju u vis iz dve kućice sa zamkama i strelac se kreće po 8 streljačkih mesta. Za razliku od gađanja iz zamke, takmičar nema pojma kada će se mete osloboditi. Brzina kretanja mete u skitu iznosi 145 km/h. *Streljački sport ima veliki broj disciplina s veoma različitim programima, pa zahteva i različite streljačke objekte. Mesta na kojima su objedinjeni svi objekti za sprovođenje kompletnog programa takmičenja u streljaštvu nazivaju se streljački centri. Najpoznatiji centri u Evropi su u Minhenu i gradu Sulu, koji se nalaze u Nemačkoj.*





Reprezentativci Srbije u streljaštvu, na slikama gore levo: Zorana Arunović (1. m na SP vazdušni pištolj), slika gore desno: Lidija Mihajlović, 2. mesto na SP (MK pištolj).





Sleva: Muška streljačka reprezentacija Srbije, vicešampion EP (Odense, 2013): Damir Mikec, Andrija Zlatić, Dimitrije Grgić. Desno: Ženska repr. Srbije prvak EP: Zorana Arunović, Bobana Veličković, Jasna Šekarić (Odense, Danska, 2013), vazd. p.



Na 150-godišnjicu osnivanja BSD, nagrade strelcima, osvajačima olimpijskih i svetskih medalja (seniorska kategorija) Sleva: **Goran Maksimović, Mirjana Mašić Jovović, Zorana Arunović, Jasna Šekarić i Andrea Arsović** (Beograd, 2015)

Strelci i strelkinje SFRJ i Srbije: *Desanka Perović-Pešut, Branislav Lončar, Jasna Šekarić, Momo Čolaković, Magda Herold, Mirjana Mašić-Jovović, Valerija Sabatka, Srećko Pejović, Janoš Juhas, Aleksandra Ivošev, Aranka Binder, Goran Maksimović, Stevan Pletikosić, Lidija Mihajlović, Zorana Arunović, Nemanja Mirosavljev, Damir Mikec, Andrija Zlatić, Dimitrije Grgić, Bobana Veličković, Andrea Arsović, Ivana Maksimović...*

STRONG-MEN, sportska disciplina u isprobavanju snage. U ovoj vrsti sporta takmičari na PS i PE se nadmeću u: *1) Povlačenju kamiona od 10 tona, 2) Nošenje kofera koji su težine 140 kg, 3) Dizanje balvana iznad glave težine 165 kg, 4) Dizanje betonskih kugli „medl", 5) „Konanov krug", sa teretom 350 kg, 6) Brzo cepanje debelih telefonskih imenika, 7) Benč-pres itd.*



Osi František, (55), reprezentativac Slovačke u disciplini snage **Strong-men**, višestruki je svetski šampion u brzom cepanju telefonskih imenika, *Ginisov rekorder*, koji iscepa 150 telefonskih imenika po 400 stranica za 8,5 minuta.

Ova vrsta sportskog takmičenja vuče korene iz Škotske pre 600 godina, kao takmičenje kraljevskih telohranitelja, a nadmetanje je obnovljeno 1978. godine. Danas u XXI veku najpoznatija je Liga šampiona u kojoj je dominirao višestruki svetski prvak Ervin Katona iz Srbije (na slici). Ostali bivši prvaci bili su: Vebster, Dž. Rivs, Kinminen, Mosters, Samuelson, Pudžimianovski, Paudston, Gejms, Horgač, Voldamer itd.



SUKUI-NAGE, judo tehnika koja spada u ručne tehnike. Momenat za napad je kada uke pokušava napasti nekom od tehnika (uchi-matha ili harai-goshi).

SUMI-GAESHI, spada u požrtvovana bacanja iz judoa. To je varijanta odbrane od morote-garija, kada protivnik pokušava da uhvati torija za noge. Tori se baca na leđa povlači ukea na sebe, a desnom nogom snažno odgurne ukeovo bedro, padajući baca ga preko sebe.

SUMI-OTOSHI, judo bacanje preko noge, gard je kao za harai-goshi.

SUMO (jap. braniti se), rvanje jednostavnih pravila, narodni sport Japanaca. Sumo-rvači (sumotori) bore se na okruglom borilištu prečnika 5 m, i rvači nastoje sudarima i zahvatima kojih ukupno ima 48, da potisnu protivnika izvan granice kruga ili ga oboriti na tlo. Pravila su, da onaj rvač koji prvi dopusti da bude izguran van borilišta ili koji dodirne tlo bilo kojim delom tela, gubi borbu. Posebna pažnja se poklanja tehnici disanja, koje se harmonizuje sa pokretima. Jedina odeća rvača je pojas od teške svile, za koji rvači hvataju jedan drugoga. Sumo spada u najstarije japanske sportove. Prva slična takmičenja zabeležena su pre 2000 godina. Stara legenda iz 230 g.p.n.e. spominje borbu u kojoj je borac Nomino Sukune, visok 2 m, pobedio protivnika Teamanoa Kehayua. Današnja pravila sumo-rvanja nastala su u IV i V veku. Počev od IX veka održavali su se pred carem redovni godišnji turniri najboljih rvača Japana. Do





XVI veka sumo je razonoda najsnažnijih ljudi koji se takmiče za carevu nagradu. Posle toga, sumo rvači su počeli osnivati i svoja udruženja, postaju profesionalci i počinju održavati 4 turnira godišnje. Od XVII veka vodi se detaljna dokumentacija o takmičenju sumo rvača, pa im se, prema ostvarenim uspesima, dodeljuju i zvanja: *maegashira, komusubi, sekiwake, ozeki*. Najveći stepen koji može postići neki sumotor je zvanje *yokozuna* (veliki šampion). Prvi yokozuna u XVII veku bio je rvač Akashi, visok 2,20 m. Od tada pa do danas taj stepen steklo je oko 60 rvača. Najbolji od njih bio je 4. yokozuna, Kajinosuke Tanikaze, koji je rođen 1749, a umro 1793. On se u periodu od 8 godina takmičio čak 220 puta i pobedio u 183 borbe, 25 puta je

rvao nerešeno, a samo 12 puta je izgubio.Yokozune su u Japanu posebno cenjeni, mnogo više nego bilo koji šampioni u drugim japanskim sportovima, a sumo-rvači (sumotori) su veoma krupni, teški oko 180-230 kg, pa i više, oni su mnogim svojim sunarodnicima uzor lepote. Borba u sumo-rvanju traje svega nekoliko sekundi, a retko kada duže od jednog minuta, dok prosečna borba traje oko 10 sekundi. Nerešene borbe su u modernom sumou velika retkost. Rvači žive pod strogim režimom u po-



sebnim „stajama“, kako oni sami nazivaju svoje sumo klubove. Oni veoma mnogo treniraju i jedu obilne količine kvalitetne hrane. Sumo-takmičenja na 6 godišnjih turnira od po 14 dana privlače veliki broj gledalaca iz celog Japana, kao i brojne turiste. Sumoom se, amaterski, bave skoro svi mladići u Japanu, a profesionalnih sumotora ima oko 800. Profesionalci se biraju iz redova amatera i biraju se krupni i snažni dečaci, koji prolaze kroz veoma dug put treninga. Sumo-rvanje se gaji i u Koreji, a Koreanci ga nazivaju *ssireum*. Takođe i u Kini, kao i u Mongoliji postoje slični rvački sportovi. U japanski sumo, pokušalo je da uđe nekoliko stranih rvača, međutim to je jedino uspelo 1967. godine Havajcu Jeseu Kauhauluu, nakon što je on proveo preko 3 godine u Japanu i nastupao na takmičenjima, probivši se u rang *makuuchi* (rang među najboljih 40 rvača). Danas u XXI veku, drevno japansko sumo-rvanje je postalo veoma popularno, naročito kada ga i medijski prate televizijske stanice, a kompletni prizori sa tih takmičenja dostupni su na celoj Zemljinoj kugli, zahvaljujući satelitima i kablovskoj televiziji. Među najpoznatije sumo-rvače mogu se ubrojiti: *Konishiki, Akebono*, *Masashimary*, *Asashoryu, Kaio*, *Kainosuke* i drugi, koji su bili višestruki osvajači najprestižnijeg zvanja u sumo sportu – yokozuna.

SURFING (engl.), jahanje na talasima, veština plovljenja po krestama talasa, i pri kojoj vozač stojeći, ležeći, čučeći ili klečeći na plutajućoj dasci ili kanoi dopušta da ga prednji pristigli talas nosi s





pučine ka obali. Ovaj sport je moguć samo u oblastima velikih talasa koji su posebnog oblika i blizu okeanskih obala. *Takmičenje: bodovanje od 0-22 poena.*

SVEBOR (srpske veštine borenja), sa elementima tradicionalnog, izvornog i narodnog načina borenja, sa podlogom svetosavske borilačke filozofije i etike, pokrenuta u Srbiji 1995. godine od aikido majstora *Predraga Miloševića*. Sportska borilačka veština SVEBOR je sačinjena od: rvanja, navlačenje „klipnja“, skoko-







Takmičarski Bogojavljenski krst, Svebor, i Hajdučki višeboj, 2012.

vi iz mesta u dalj, skok uvis, vađenje krsta iz reke, i gnjuranje u dalj. Takmičenja se održavaju za duhovne praznike *Bogojavljenje, Duhovi, Vidovdan, Đurđevdan.*

SVETSKE IGRE FIZIČKI OŠTEĆENIH OSOBA, *takmičenja u različitim sportskim oblastima, učesnika sa amputiranim udovima (amputiraca), slepih, paraplegičara itd. Prve svetske igre fizički oštećenih osoba održane su u gradu Lincu 1963. godine, a organizator je bio Sportski savez invalida Austrije. Tada je nastupilo ukupno 14 nacionalnih reprezentacija sa 142 takmičara. Jugoslovensku reprezentaciju sačinjavali su plivači, atletičari, višebojci, stonoteniseri. Ukupno je učestvovalo 11 takmičara iz SFRJ, koji su osvojili 9 zlatnih i 2 srebrne medalje. Druge svetske igre fizički oštećenih osoba održane su u Sen Etjenu (Francuska). Učestovao je mnogo veći broj takmičara iz više zemalja. Ekipa SFRJ osvojila je ukupno 7 medalja, a najbolja je bila plivačka ekipa. Sledeće 3. svetske igre oštećenih osoba bile su pod ingerencijom Međunarodne sportske organizacije invalida (ISOD, International Sport Organisation for the Disabled) i održane su u Londonu 1974. Reprezentacija SFRJ sa 14 takmičara osvojila je 17 medalja. Reprezentacija Srbije nastupa na Svetskim igrama nakon 2006. godine: Vroclav-2017, i u Abu Dabiju-2019. godine,*



Svetske igre, spektakularno otvaranje (Abu Dabi, 2019)

gde je u Arapskim Emiratima učestvovalo 7.500 sportista, iz Srbije je bilo 117 takmičara, koji su osvojili 19 medalja.

SVETSKE IGRE GLUVIH SPORTISTA, *počele se održavati u Parizu 1924. godine i to na inicijativu Francuza E. Rubensa Alkaisa i Belgijanca A. Dreza. Igre se redovno održavaju svake četvrte godine, a o programu igara odlučuje Kongres CISS, posebno za muškarce, a posebno za žene. 1.igre održane su (1924) na stadionu Peršing u Parizu, 2. su održane u Amsterdamu (Holandija, 1928), 3. igre u Nirnbergu (1931), 4. igre u Londonu (1935), 5. u Stokholmu (1939), 6. igre u Kopenhagenu (1949), 7. u Briselu (1953), 8. u Milanu (1958), 9. u Helsinkiju (1961), 10. su održane u Vašingtonu (1965), 11. igre su održane u Jugoslaviji u Beogradu (1969) sa 33 zemlje učesnice i oko 950 takmičara, a u programu je bilo 13 sportskih grana, u kojima su takmičari iz SFRJ osvojili 17 medalja. Prvo mesto osvojila je jugoslovenska fudbalska reprezentacija gluvih. Ostale igre su održane: 1973, 1977, 1981, 1985, 1989, 1993, 1997, 2001, 2005. Na SI gluvih osoba Srbija je učestvovala 2009, 2013, 2017. godine, a srpski reprezentativci su osvojili više medalja u više sportskih disciplina.*

SVETSKO PRVENSTVO NISKIH OSOBA, održava se svake četvrte godine u Severnoj Irskoj u Belfastu, od 26. jula do 2. avgusta. Procedura*: visina osoba ne sme biti preko 1,45 m, ukupna dužina ruku i nogu ispod 2 metra. Discipline su: plivanje, trčanje na 60 m (bez prepona), dizanje tegova itd. Reprezentativci Srbije prvi put učestvovali na svetskim igrama (Belfast, 2009).*



Milan Grahovac (Sombor, 1979), svetski šampion u plivanju na SP niskih osoba, osvojio je 4 medalje: 1 zlatnu, 2 srebrne, 1 bronzanu.

SVETSKO PRVENSTVO „BORBA NACIJA“, kao novi sport, kolevka mu je drevni grad Smederevo. *Datum održavanja 2-5. maj 2019. godine, gde se vratio duh sa običajima i ratničkom tradicijom srednjeg veka. Po programu takmičenja: 1) Borba vitezova 5 na 5 pod oklopom 2) Dvoboj muških i ženskih takmičara 3) Okršaj timova sa po 30 oklopnika 4) Finale sudar „vojski“ od po 150 vitezova (takmičara obe strane).*

SVIBOR (srpsko viteško borenje), borilačka veština zasnovana na viteškim veštinama borenja srpskih ustanika i na srpskoj borilačkoj tradiciji *(jahanje, plivanje, veranje, goloruke borbe, borenje srednjovekovnim oružjem). Klub „Vitez“ 1991.*

Š

ŠAH (nem. Schach), spada u jednu od najstarijih i najrasprostranjenijih igara koje se igraju na ploči. Šah spada u jednu od najsloženijih umnih igara, pa je čak i veoma talentovanom šahisti potrebno dugo vreme da bi se u šahu usavršio. Da bi izvanredno igrao šah, igrač mora da mobilizuje različite sposobnosti (logičko zaključivanje, maštu, upornost u traženju mnogih skrivenih mogućnosti itd.). Poznato je da čak i veliki majstori šaha, i pored talenta i uloženog truda, ne mogu uvek uspešno rešavati probleme na koje nailaze u šahovskoj igri, i neminovno prave pogreške. Istraživanja su dokazala, da čak i u dopisnom šahu, gde se posledice svakog poteza mogu dosta dugo analizirati – pravljene su pogreške, što je sasvim potpuno normalna stvar, jer je šah igra sa bezbroj novih mogućnosti. Šah kao igra ima svoj istorijski razvoj i taj se razvoj može podeliti na pojedina razdob-



lja (racionalizam, romantizam, modernizam i dr.), unutar kojih se pojavljuju različite škole i različita shvatanja igre (psihologizam, empirizam, esteticizam i dr). Način kako se šah igrao u nekom vremenu ili u nekoj sredini ukazuje na način mišljenja ljudi toga vremena, odn. te sredine. Kada se govori o pojavi šaha, sa sigurnošću se može reći da je on nastao u Indiji, a njegova struktura plod je staroindijske filozofije i mistike brojeva. Razvio se iz posebnog rituala na svetom mestu „aštapadi“ (to je jedan od naziva za prebivalište boga Višnu, aštau – osam, padam – noga, stopa, polje). Broj osam imao je posebnu ulogu u religijama brahmana i budista, a isto tako od njega izvedeni geometrijski red 2, 4, 8, 16, 32, 64. Aštapada je bila površina na kojoj se gatalo i proricalo, a posle su na njoj bacane kocke i za igru. U doba Veda obredi su vršeni u prirodi, pa je i kvadrat aštapade urezivan na zemlji pomoću magijskog drvenog mača „sphua“. Kvadrat je, verovatno, imao veličinu 8x8 stopa ili koraka, otud potiče i naziv, koji se zadržao iako se kasnije aštapada počela izrađivati od srebra i zlata, drveta ili od drugih materijala. Ne zna se tačno kada su se na aštapadi pojavile figure kao simbol pet staroindijskih elemenata prirode (etar, vatra, voda, zemlja i vazduh), a kretanje tih figura odražavalo je glavna značenja tih simbola i ispunjavalo sve uslove indijskog magičnog kvadrata tipa „nasika“. Na taj način usavršio se obred gatanja, a kako je kasta kšatrija sve više jačala, to je od brahmana sve češće traženo da se na aštapadi proriče i ratna sreća. Tako je nastala i slika rata, koja se posle pretvorila u igru rata ili „čaturangu“ (četvorodelni-pesnički naziv za staroindijsku vojsku koja je imala četiri reda oružja: pešake, konjanike, slonove i borna kola). Najstariji pisani spomenik čaturange potiče još iz VI veka. Čaturangu su vrlo rano preuzeli Persijanci, koji su joj dali naziv čatrang. Kad je kalif Omar pokorio Persiju (sredinom VII veka), s igrom su se upoznali Arapi i nazvali je šatrandž, a tako se i nazivao šah igran po starim pravilima, u čitavom srednjem veku. U IX i X veku dolazi do najvećeg procvata šatrandža, posebno na dvorovima bagdadskih kalifa, a postali su poznati majstori šatrandža (al-Adli i as-Suli). Nakon as Sulijeve smrti 946. u Basri, njegov učenik Persijanac Ladžladž zabeležio je sva načela igre, pa se taj rukopis smatra i najvećim spomenikom šatrandža, dok

se jedan takav rukopis čuva i u Sarajevu. Ploča u šatrandžu sastojala se od 64 istobojnih polja. Nazivi figura preuzeti su direktno iz persijskog: šah (kralj u šahu), rukh (top) te fersan, ferz (dama), dok su ostali nazivi figura izmenjeni. Tako je pijadah (pešak) postao baidak, a pil (lovac) postao je fil ili al-Fil. Naziv za konja, s persijskog (asp) preveden je na arapski (faras). Šah (kralj) stajao je levo od ferza (dame). Rukh, faras i šah kretali su se isto kao i top, skakač i kralj u šahu. Baidak se uvek kretao za jedno polje napred, ali se na poslednjem redu on mogao pretvoriti samo u sporog ferza. Ferz se, naime, mogao pomerati samo za jedno polje u kosom smeru, a fil je skakao na treće polje ukoso po dijagonali. U šatrandžu nije postojala rokada ni uzimanje en passant. Cilj igre je bio zarobljavanje protivničkog kralja, tj. gubila bi ona strana (said) kojoj prvoj stane na ploči šah bez ijedne druge figure. Kasnije je uvedena pobeda matom (iz arapskog šah maht – kralj je mrtav) i patom. Zbog tromosti pomeranja figura igra se u šatrandžu sporo razvijala, pa su partije počinjale od ugovorenih pozicija ili tabija. Poznato je 16 tipova tabija koje sve vode poreklo od majstora al-Adlija i as-Sulija. Igra se završavala zarobljavanjem protivnika, a mat se smatrao lepim završetkom partije, koju je vredelo zabeležiti. Tako su nastale i prve mansube. U Evropu je šah prenet posredstvom Arapa preko Pirinejskog poluostrva (VII vek) i preko Vizantinaca (X vek), u Rusiju je stigao direktno iz Persije (Irana) starim trgovačkim putem preko Kaspijskog mora i Volge. Posle krstaških ratova šah je u Evropi postao još popularniji. Evropski varvari su u tu tekovinu istočnjačke kulture uneli dosta svojih običaja (kocke i hazarda), tako da je nažalost u X i XI veku ta divna igra više poslužila za poročne igre nego u smislu prave igre šaha. Tek u doba renesanse, šah doživljava svoj istinski procvat, kao i reforme pravila igre. Godine 1283. pojavljuje se najveće delo u šatrandžu, koje je napisao Alfons Mudri X, španski kralj. Pokreti figura u šatrandžu tad se sve više ubrzavaju (dinamična igra) i doživljavaju svoje konačno uređenje krajem XV veka. Tada je i nastala gotovo nova igra ili današnji šah. Nastanak perioda savremenog šaha započeo je 1475. godine, kada su utvrđena nova pravila igre. Jedno se vreme igralo i starim i novim načinom, koji se u Španiji zvao „de la Dama“ (iz razloga što je dama od slabe postala najjača figura), a u Italiji „alla rabiosa“ (na juriš, zbog većih mogućnosti napada). Najstarija sačuvana knjiga o savremenom šahu izašla je 1497. u Salamanki, a napisao ju je Španac Lusena. Do danas je objavljeno 10 000 različitih knjiga o svetu šaha. Prva takmičenja u šahu dogodila su se 1560. godine u Rimu, kada je španski šahista Rij Lopez pobedio sve najbolje italijanske šahiste. Ali, u drugom susretu 1575. godine na dvoru Filipa II u Madridu, dolazi do okršaja između Španaca i Italijana, kada je Rimljanin Đovani Leonardi di Bona uspeo pobediti slavnog šahistu Lopeza iz Španije. Šah se u periodu između 1600-1634. godine dalje usavršavao naročito u Italiji. Isprva se šah igrao isključivo na dvorovima velikaša, da bi se veoma vrzo šahovska igra preselila i u kafane, koje su se nazvale „šahovske kafane“, a najpoznatije su takve bile u Parizu i u Londonu. Veliki doprinos šahovskoj igri dao je francuski operski kompozitor Francis Andre Danikana (1726-1795), koji je imao nadimak Filidor, koji je u svojoj knjizi podrobno objasnio prednosti pozicije u šahu, kretanju pešaka itd. Šahista Filidor je bio nepobedivi šampion toga vre-

mena, prethodnikom pozicione šahovske igre i osnivačem šahovske teorije. Već početkom XIX veka šah postaje još popularniji, pojavljivanjem novih šahovskih majstora iz različitih zemalja Evrope i Amerike. Prvi šahovski meč je odigran između Londona i Edinburga (1824), prvi šahovski klub je osnovan u Berlinu 1827. Prve temelje i jasna pravila šahovske igre ipak su postavili Englezi 1834. godine. Takođe, veliki dop-



Legendarni svetski šampioni šaha, koji su ostavili traga u ovoj igri.

Sleva: 1. Vilhelm Štajnic, 2. Emanuel Lasker, 3. Hose Kapablanka, 4. Aleksandar Aljehin, 5. Maks Eve, 6. Mihail Botvinik, 7. Vasilij Smislov, 8. Mihail Talj, 9. Tigran Petrosjan, 10. Boris Spaski, 11. Robert Bobi Fišer, 12. Anatolij Karpov, 13. Gari Kasparov.

rinos šahu dao je i Nemac Adolf Andersen, koji je u periodu svoje igre šaha (1850-1870) pokazao neslućne mogućnosti kombinacija: ubrzan razvoj figura, zauzimanje centra pešacima, otvaranje linija (najčešće iz žrtve) i napadi na protivničkog kralja. Andersenovo vreme se naziva epohom kombinacionog šaha ili šahovske romantike. Šahovska igra je nedrila iznova sledeće šampione, među kojima je bio i Amerikanac Pol Marfi, koji je u dvogodišnjoj turneji (1858-1860) savladao sve svoje protivnike, pa čak i slavnog Andersena. Marfijeva taktika u igri šaha bila je drugačija nego li igra Andersenova. On je od Andersena „pokupio“ ono što je dobro, ali je on sam uveo tzv. otvorenu poziciju (nema blokiranih pešaka formacija u centru, figure su mu imale veliku slobodu kretanja, igra mu se sastojala od ostvarenja plana u kojem je on spajao mogućnosti preuzimanja i pojačavanja inicijative na šahovske figure protivnika). Ipak, sledeće nove izmene u igri šaha uneće Austrijanac Vilhelm Štajnic (1886), koji će podvrći temeljnoj kritici taktiku Amerikanca Pola Marfija, i novim načinom igre postati prvi zvanični svetski prvak u šahu, i koji je prešao da živi u London i Njujork. U tom vremenskom periodu javlja se i ruska šahovska škola, koju je obelodanio njen osnivač Mihail Ivanovič Čigorin, koji temeljno odbacuje sve dotadašnje znane principe šaha, koji su proistekli iz opštih pravila i zalaže se za neposredno analitičko otkrivanje sadržaja pozicije, čije ideje će se sa zadovoljstvom primenjivati među šahovskim velemajstorima sveta. Posle njega su se pojavili mnogi slavni šahovski velikani širom sveta: *Vinaver, Paulsen, Gunsberg, Blekburn, Emanuel Lasker, Taraš, Maroci, Šlehter, Maršal, Đanovski, Pilsbri itd.* Početkom 20. veka (1911) u šahovskom svetu pojavljuje se izvrstan velemajstor *Žoze Raul Kapablanka*, poreklom Kubanac, koji je imao poseban talenat za brzo shvatanje šahovske pozicije. Njegova igra je bila usklađeni deo celine njegovog stila, koji će nekoliko godina na planeti vladati šahovskim tronom. Zatim se pojavljuju i drugi velemajstori šaha: *Rubinštajn, Nimcovič, Brejer, Reti, Tarta-*

kover, koji su pripadali stilu „hipermodernistima" ili „neoromantičarima". Zanjima se afirmišu i majstori kombinacionog šaha: Spilman (Rus), Bogoljubov, Vidmar, svetski šampion Aleksandar Aleksandrovič Aljehin (Rus), zatim Holanđanin Maksgilis (Maks) Eve, koji je osvajao svetske titule u šahu, svojim briljantnim sistemima otvaranja, i pozicioniranja i kombinovanja u šahu. U to vreme posle 1930. godine se ističu i drugi šahovski velikani: Flor, Fine, Reševski, Keres, dok je najuspešniji među njima bio Mihail Mojsejevič Botvinik, koji će 1948. godine postati novi prvak sveta, *osvajač titule trostrukog prvaka sveta.* Njega je nasledio Vasilij Smislov, jedan od najboljih majstora pozicionog šaha i najpoznatiji predstavnik kombinacione šahovske igre, zatim se pojavljuje slavni šahista Mihail Nehemjevič Talj 1963. kome će titulu svetskog prvaka oduzeti Botvinik, zatim sledi svetski prvak u šahu Tigran Vartanovič Petrosjan, da bi novi svetski prvak za 1969. postao Boris Vasiljevič Spaski, koga u gradu Rejkjaviku sa svetskog šahovskog trona skida mlađani Robert Bobi Fišer, američkom šahisti, kome je pošlo za rukom da prekine dugogodišnju dominaciju sovjetskih šahista. Fišer je želeo da izmeni izvesna šahovska pravila, što mu Međunarodna šahovska federacija nije dozvolila, tako da se Fišer odrekao nastupa na prvenstvu sveta, a njegovo mesto je popunio novi svetski prvak Anatolij Karpov (Rus), koji je pre toga pobedio šahovske šampione Polugajevskog, Spaskog i Korčnoja. Razvoj šaha na području jugoslovenskih zemalja i u Srbiji veže se za period XIX veka. Prva šahovska rubrika pojavljuje se u časopisu „Srbadija" 1876. godine, a prvi šahovski klubovi su osnovani u Novom Sadu i Beogradu, dok je prvi Šahovski savez Jugoslavije osnovan 1921. godine u Celju. Sa područja bivše SFRJ i sadašnje Srbije, naročito su se istakli šahisti: *Gligorić, Pirc, Trifunović, Matanović, Ivkov, Fuderer, Parma, Matulović, Ćirić, Bertok, Karaklajić, Udovčić, Damjanović, Janošević, Bjelica, Minić, Marović, Mašić, Vidmar, Kostić, Kovačević, Kurajica, Ljubojević, Velimirović, Bukić, Planinc, Raičević, Ivanišević, Savić, Šolak, Knežević, Jovanović, D. Ilijevski, Germek, Nikolac, Panov, Ničevski, Matov, Sofreski, a od mlađih Ivić i Budisavljević.* Naše šahistkinje su: *A. Marić, M. Lazarević, S. Maksimović, I. Čuluškin,* mada ženski šah nije dominirao kao što je to muški šah, u kome su naši šahisti bili čak i druga šahovska sila na svetu. *Pribor za igranje šaha sastoji se od jedne kvadratne ploče i figura. Kvadratna šahovska ploča sadrži 64 polja tamne i svetle boje (crne i bele), a prva dvobojna šahtabla uvedena je u Evropi. Šahovska tabla se izrađuje od različitih materijala, kao i šahovske figure (drveta, stakla, plastike, metala ili kamena). Šahovskih polja postoji ukupno 64 (8x8). Ukupno ima 32 figure (crnih 16 i isto toliko belih). Svaka strana ima po jednog kralja, po jednog topa, konja, lovca i po 16 pešaka (piona). Figure po tabli se mogu pomerati samo slobodnim poljima prema pravilima igre i jedino skakači (konji) mogu preskakati druge figure. Početni potez pripada strani koja ima bele figure. Kralj se može kretati u svim smerovima, ali samo za jedno polje, dok dama (kraljica) može da se pomera po liniji, redu i dijagonalama sa mesta na kome se nalazi. Dama je u šahu i najjača figura. Top se kreće po liniji i redu sa tačke na kojoj se nalazi, ali ne ukoso, kao što to može da čini lovac ili (laufer). Skakač (konj) se kreće jedno polje ravno, a zatim dalje jedno polje dijagonalno, i ta figura je jedina koja u šahovskom meču sme preskakati druge figure. Pešaci (pioni) se samo mogu kretati napred (sem prvog poteza kojim pešak može preskočiti jedno nenapadnuto polje). Dama i topovi nazivaju se teškim, a lovac i skakači lakim figurama. Potez zvani rokada se može povući*

samo jednom u vreme partije. U toku igranja partije šaha, ne mogu se „pojesti" vlastite figure, niti se može uzeti ili „pojesti" protivnički kralj. Cilj igre je da se matira protivnički kralj. Šahovska partija se može završiti remijem, onda kad se toliko izmenjaju („pojedu") figure, tako da preostalim figurama nije moguće dobiti pobedu bilo čija strana. Pozicija pat je gubitnikova iznuđena pozicija, u kojoj potencijalni pobednik svojom nesmotrenošću u pomeranju preostalih dominantnih figura, dovede potencijalnog gubitnika u situaciju nemogućnosti pomeranja svojih figura, a time se partija proglašava nerešenom. U šahu postoje mnogi drugi termini kao što su: šahovska notacija ili način zapisivanja poteza, pozicija i partija. Linije šahovske table označene su s leva na desno slovima abecede od a do h, a redovi odozdo prema gore brojevima od 1 do 8. Tako je i svako polje označeno jednim slovom i brojem. Šahovski sat ili štoperica, pojavio se prvi put 1883. godine na turniru u





Dopisni šah: *igra se na daljinu, a prvi je odigran između gradova Londona i Edinburga (1824). A nekadašnji slavni šahisti (Čigorin, Keres, Aljehin) su na takav način i započinjali svoje karijere, jer im je to ujedno bila i odlična škola za šahovsko usavršavanje u analizama poteza. Zanimljivo je da su se potezi dopisnog šaha slali putem: mlekarice, glasnika ili pošte. Prva Dopisna šahovska olimpijada održana je 1949. godine, a svetski šampion bio je Australijanac Cecil Purdi (1950-1953), a šampion 20. Dopisne šahovske olimpijade (2022) bio je Džon Edvards iz USA. Od reprezentacija najviše je osvojila Nemačka, zatim SSSR itd. Svetska dopisna šahovska federacija (ICCF) formirana je u Londonu 1951. Najbolji igrač dopisnog šaha iz Srbije bio je velemajstor Beograđanin Borislav Vukčević (1947-2022), zatim Berta Maćaš (Senta), Radovan Tomašević (Zaječar), Milan Jovčić (Seča Reka), Jovan Kandai (Idoš). Svetski prvak bio je dr Milan Vidmar iz Ljubljane, 1936-1937.*





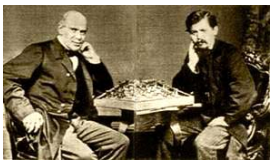
Londonu. Šahovski sat se ustvari sastoji od dva sata sa zajedničkom polugom pomoću koje jedan igrač pritiskom na svoj taster automatski uključuje protok vremena kod svog protivnika, da bi takođe to isto njemu učinio partner sa druge strane stola. Svaki igrač šaha mora na vreme povući određeni broj poteza, jer inače gubi partiju. Igrač ima najčešće na raspolaganju 2,5 sata za prvih 40 poteza, a jedan sat za svakih sledećih 16. Igrač se nalazi u vremenskom tesnacu ako je iskoristio svoje raspoloživo vreme, npr. mora povući 15 poteza u trajanju od 3 minuta. Šahovske partije sa štopericom mogu da se igraju i „brzopotezno" u trajanju od 10 ili 5 minuta, ali su to igre više iz hobija. U današnje vreme, modernizacijom kompjuterske konfiguracije, šah se igra i preko softversko-hardverskih sistema, a popularno je i dopisno igranje šaha preko elektronske pošte (Interneta), i u toj igri šaha (pojedinci ili grupa) pokazuju svoje pozicije putem računara na velike daljine.

ŠAMPIONAT RABADŽIJA, narodna sportska disciplina koja se organizuje na Zlatiboru: *u presecanju trupaca testerom kladarom, struganje brvana strugećom testerom, a*



vrhunac takmičenja je izvlačenje trupaca na vlaci. Volovi vuku borove stolaše, gde je najveći trupac težak i do 2 tone. Ovo takmičenje je SP rabadžija, jedinstveno u svetu, a održava se u selu Jablanica kod Čajetine (u Srbiji).

ŠTAJNIC VILHELM (u Pragu, 1836, Njujork, 1900), prvi službeni šahovski prvak sveta (1886-1894), pobedio je naj-







Gore levo: Štajnic-Andersen, dole levo sa Čigorinim, 1895.

slavnije šahiste svoga vremena: Zikertorta (u Njujorku, Sent Luisu i Nju Orleansu), Čigorina (u Havani), Ginsberga (u Njujorku), zatim je titulu svetskog prvaka prepustio E. Laskeru. Dugi vre-

menski period bio je i urednik čuvene šahovske rubrike u časopisu The Field i u časopisu International Chess Magazine u SAD, i u tim rubrikama je proučavao pozicione šahovske ideje *Filidora, Bordomesa, Stauntona i velemajstora Marfija.*

ŠVARCENEGER ARNOLD (Tal u blizini Graca, 1947), jedan od najpoznatijih svetskih bodibildera, osvajač 7 puta titule *Mister Olimpia,* bio je 5 puta *Mister Univerzum,* filmski glumac sa preko 20





filmova: *Konan, Povratak terminatora itd.* Bio oženjen nećakom bivšeg predsedsednika SAD Džona Kenedija, Marijom Šrajver. Guverner Kalifornije do 2011.

T

TAE-KWON-DO (kor.), borilačka veština i način borenja nogama i rukama. Veština nastala u Južnoj Koreji sa ovim imenom. Ona je kombinacija kineskog i korejanskog boksa sa karate veštinom.



Na slici je Milica Mandić, reprezentativka Srbije u tekvondou, u finalu pobeđuje Francuskinju An Karloin Žraf, i postaje olimpijski šampion *(OI, London, 2012)*




태권도

Tijana Bogdanović (1998), aktuelna svetska šampionka do 49 kg, dvostruka šampionka Evrope (Porto-2013, Riga-2015) do 46 kg. Desno: tekvondo znak.

Osnivač ove veštine je bio korejski vojni vrh, koji je želeo da ima veštinu osobenu svom podneblju i koja će biti drugačija od karatea. Zbog toga su propisali specifična pravila. A osobenost Tae-kwon-do-a je u nožnim udarcima (leteći tobi i mae-geri), lomljenje predmeta, raznih opeka, drvenih dasaka (tameshiwari). U tae-kwon-dou-u (tekvondo-u) po ITF sistemu, zaštitnu opremu je patentirao korejski TKD majstor Jun Ri (Đun Ri) i propagirao je u SAD. Na tlu Evrope, tekvondo klubovi, koji su najbrojniji nalaze se u Grčkoj (Solun), a u Srbiji jedan od najpoznatijih tekvodno klubova je „Galeb" iz Beograda.

TAE-KYON, vrsta boksa iz Koreje.

TAI-CHI-CHUAN, (kin.) vrhovni, glavni boks. Veština koju vežbaju milioni Kineza. Analogna je evropskoj ritmičkoj



gimnastici. Veština se sastoji od mnoštva čudnovatih pokreta sa 65 vežbi što povoljno deluju na organizam. Kinezi tu svoju veštinu i sport *tai-shi-shuan* marljivo i predano vežbaju svugde: u parku, na ulicama, plažama, pa i u fabričkim halama. *Ova vrsta sporta, naročito je preporučljiva i za starije osobe.*

TAI-JUTSU, veština upotrebe tela, potekla iz Japana (videti "ju-jutsu").

TAI-SABAKI, izmicanje telom (karate).

TAIHO-JUTSU, veština japanske policije u 20. veku. Veština je isključivo namenjena za policijsku upotrebu i sadrži bezbroj najboljih tehnika za imobilizaciju (savladavanje) protivnika.

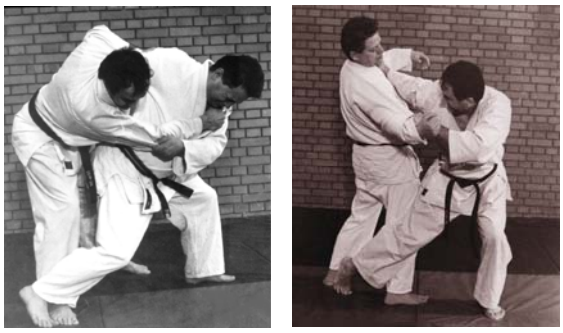
TAIJI KASE (1929-2004), bio je jedan od najvećih senseija Shoto-kan stila karatea, majstor karatea 10. DAN-a (akademik karatea). Jedan je od najzaslužnijih što je karate prokrčio pu ka Evro-



pi. Taiji Kase je održao značajne seminare u bivšoj SFRJ, i indirektno učestvovao u osnivanju jugoslovenskog karatea 60-ih godina, a time doprineo uspehu karate reprezentacije Jugoslavije – na svetskoj sceni.

TAIKYOKU-NO-KATE, modifikovao ih je Gichin Funakoshi (ima ih 6) i sastoje se od prostijih blokova i udaraca. Vežbanje ovih kata pozitivno deluje na organizam i psihu karatiste.

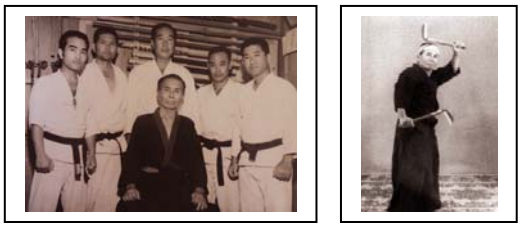
TAI-OTOSHI, ručna judo tehnika ili *"bacanje tela koje pada"*. Iz osnovnog garda levom rukom tori povlači ukeovu desnu ruku, pa ga desnom potiskuje ulevo i na gore, a istovremeno desnom



Prikaz ručne judo tehnike tai-otoshi (prva i druga verzija bacanja)

nogom staje ispred ukea, levu nogu povlači iza pete svoje desne noge, tad okreće telo, desnu nogu pruža ispred ukeove desne noge i time blokirajući njegovu potkolenicu, snažnim trzajem ga baca na tatami (strunjaču).

TAIRA SHINKEN, veliki sensei karatea sa arhipelaga Okinava (1897-1970), poznat po umeću rukovanja japanskom kamom, koja je slična kao alatka srp samo što je ravne i ubojite oštrice.



TAJLANDSKI BOKS, poreklo mu je od starog tradicionalnog sporta sa Tajlanda. Što se tiče sličnosti sa modernim (evropskim) boksom, ovaj sport preuzeo je samo rukavice, ring i težišne kategorije. Spada u veoma grube sportove. Pravila takmičenja su slična kao i u olimpijskom boksu: bokseri nose rukavice, ali su bosi. Borba traje 5 rundi po 3 minuta sa pauzama od 2 minuta između svake runde, nokaut se računa kao u boksu, ali u slučaju da nema nokauta, pobednik se određuje bodovima. Osim rukama udara se i nogama, kolenima i laktovima, što mu je i odlika. *Svetski prvak tajlandskog boksa za 2000. godinu bio je Božidar Đermanović iz Leskovca (Srbija).*



TAJSON Džerard MAJKL (Bruklin u Njujorku, 1966), jedan od najpoznatijih boksera sveta, postao najmlađi svetski šampion u VBC verziji (1986), pobedom nad *Trevorom Berbikom* u superteškoj kategoriji, a pobedom nad *Torijom Takerom* osvaja sve tri svetske bokserske titule *VBC, VBA, IBC*. Zatim gubi borbu od *Džemsa Bastera, Tokio-1990*. Izdržava dugu zatvorsku kaznu, i posle izlaska u 1995. godini pobeđuje u verziji *VBC* i *Frenka Bruna, a od Brusa Seldona preuzima VBA titulu*. Poslednji meč M. Tajson je imao 2005. godine protiv *Kevina Mekbrajda*, od koga je izgubio, tada doživljava svoj sunovrat i povlači se iz boksa.

TALJ MIHAIL NEHEMJEVIČ (Riga, 1936 - Moskva, 1992), sovjetski šahovski velemajstor i svetski šampion. Osvojio je titulu prvaka sveta pobedom u šahovskom meču nad Botvinikom u Moskvi 1960. Bio višestruki prvak SSSR. Talj spada u igrače beskompromisnog stila, pobeđivao je i na mnogim međunarodnim turnirima sveta: u Cirihu, Bledu, Portorožu, Hastingsu, Stokholmu, Krislovodsku, Talinu, Novom Sadu, Su-Humiju, Haleu, Ljubljani i Sarajevu. Napisao je nekoliko knjiga iz oblasti šaha.

TAMESHI-WARI, tehnika razbijanja čvrstih predmeta (rukama i nogama), kao sastavni deo karatea i te-kwon-do-a.
TANI-OTOSHI, ofanzivna judo tehnika (prikaz tehnike na slikama).






TAPAVICA MOMČILO (rođen u Nadalju, 1872 - Pula, 1949), učesnik I modernih OI u Grčkoj (Atina, 1896). On je bio svestrani sportista u rvanju, dizanju tegova, atletici, skoku udalj, bacanju kugle i tenisu, i iz te discipline je na *prvoj Olimpijadi* osvojio bronzanu medalju. Bio je visoki intelektualac, arhitekta, a projektovao je i zgradu Matice srpske u Novom Sadu.



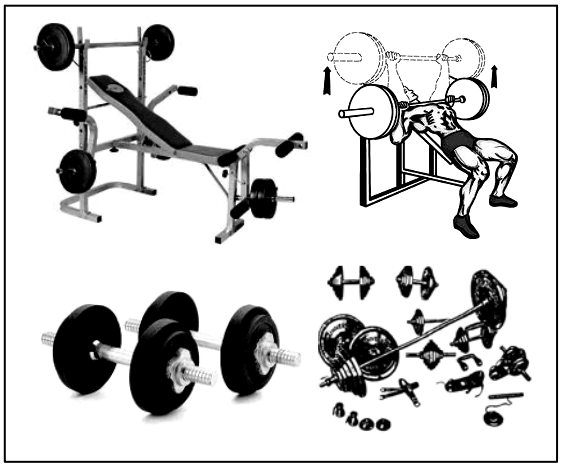
TARO AKEBONO (1969), jedan je od najpoznatijih i najboljih sumo-rvača na planeti. Njegova kolosalna konstitucija:



težina 225 kg, visina 2,03 metra. Višestruki je japanski sumo šampion *Yokozuna,* sa velikim ugledom među sportistima i borcima sumo rvanja, a poseban ugled je stekao i u celom Japanu.

TATAMI, specijalna podloga za treniranje borilačkih veština (strunjača) napunjena osušenom rižinom slamom (impregniranom), koja ne sme biti ni previše tvrda niti previše meka. Sve strunjače se razlikuju po nameni: a) *Za borilačke sportove*, b) *Za gimnastička takmičenja.*
TATE-CHOKU-TSUKI, karate udarac čelom pesnice (direktno) prema napred, snažno u protivnika (ukea).
TATE-EMPI, karate udarac laktom u vertikalnoj ravni ka protivniku.
TATE-EMPI-UCHI, udarac laktovima nagore (ka napred, u protivnikovu bradu ili spuštenu glavu) u karateu.
TATE-SHIKO-GATAME, karate tehnika držanja u judou ili spec. zahvati "osaekomi-waza" kojih postoji ukupno četiri (I, II, III, IV), i rade se u parteru.
TATE-SHUTO-UCHI, karate udarac unutrašnjim bridom dlana *pravolinijski.*
TATE-SHUTO-UKE, vertikalni karate udarac spoljnim bridom dlana.
TATE-TEISHO-UCHI, kratak karate udarac korenom dlana, koji ima pravolinijsku putanju.
TATE-TSUKI, udarac izveden direktno šakom prema napred ka protivniku.
TATSUJIN, japanski "majstori mača". Najpoznatiji su: *Miyamoto Mushashi* i *Nakamura Taisaburo*, iz Japana.
TE, ruka majstora borilačkih veština.
TEGOVI, pomoćne sprave ili rekviziti (trenažeri) u sklopu trenažnog procesa sportista. Tegovi su sastavni deo asortimana telesnih vežbi kojima se ispravno poboljšava snaženje pojedinih mišićnih grupa. Sa tegovima su opremljeni fitnes centri (teretane), kao i veći borilački klubovi. Tegovi se dele na dve osnovne grupe i one su: pokretni i nepokretni (fiksirani). U sve pokretne tegove spadaju: dvoručni, jednoručni tegovi, montažne ploče i olovne papuče i olovni umeci (oko struka i oko potkolenice). A u nepokretne tegove spadaju: fiksira-

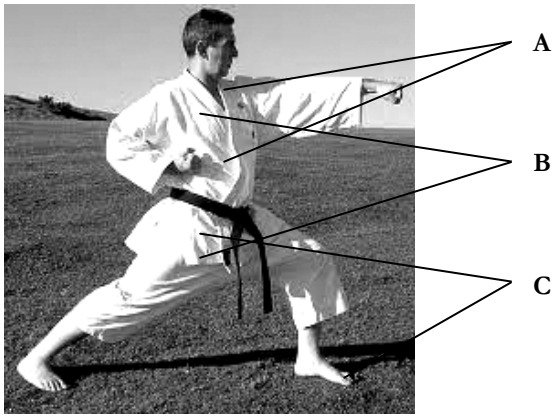
ne lat-mašine, leg-kurl-mašine, gladijatori, i različitog tipa oblikovane benč-pres klupe, uz tegove. Za razvijanje mišićnih partija, svi tegovi su podeljeni na dve grupe: tegovi za dobijanje mišićne mase (teži tegovi sa manjim brojem ponavljanja u serijama), i tegovi za dobijanje definisanosti svih mišićnih grupa (lakši tegovi za veći broj ponavljanja i serija). Jedna serija vežbi za snagu primenom prvenstveno metoda ponavljanih naprezanja, sadrži određeni broj ponavljanja.



Sva ta ponavljanja mogu se realizovati različitom učestalošću, odn. (tempom). Prednost se kod vežbanja za poboljšavanje snage daje srednjem tempu, pošto on doprinosi najvećem priraštaju snage (prirodni optimalni tempo vežbanja). Tegovi su sastavni deo trenažnog prostora, sportskih klubova i sala za različite vrste sportova, kao i za rekreaciju.

TEHNIČKI NOKAUT, prekid borbe i pobeda kada protivnik više ne može da se normalno brani u boks-meču.

TEHNIKA, poznavanje i ovladavanje npr. veštinom borenja (karatea, judoa, tekwondoa, aikidoa, boksa itd.) Za izvođenje efektivne karate tehnike nije dovoljno samo da se ruke ili noge angažuju da pravilno izvedu pokret, već će ishod tehnike zavisiti od toga u kakvom se stanju nalazi mišićno-skeletni sistem trupa, koji je i odgovoran za izvođenje tehnika po principima kontrakcije, vibracije, rotacije i ekspanzije dok su gornji ekstremiteti angažovani u izvođenju ručnih, a donji nožnih tehnika. Da bi tehnike bile efikasne, moraju da imaju potporu od muskulature trupa. Mišići koji se nalaze na površini trupa specijalno na prednjoj strani tela,



postaju važan činilac u efektnom izvođenju tehnike, jer će njihova kontrakcija u pravom momentu dati optimalnu stabilnost kako ručnoj tako i nožnoj tehnici, dok će u isto vreme da posluži kao štit unutrašnjim organima tela u slučaju napada protivnika. Ručne tehnike se dele na: udarce, blokove i strajkove (pravac udarca nije prava linija, strajkovi pesnicom, otvorenom šakom, laktom uz terminski dodatak je *uchi*); nožne tehnike se dele na: udarce, blokove, čišćenja, stavove i progresije (pomeranje tela u prostoru u svim pravcima). U principe izvođenja svih karate tehnika spadaju: kontrakcija, vibracija, rotacija i ekspanzija. *Tehnika* je određen način izvođenja kretanja u raznim sportskim granama.

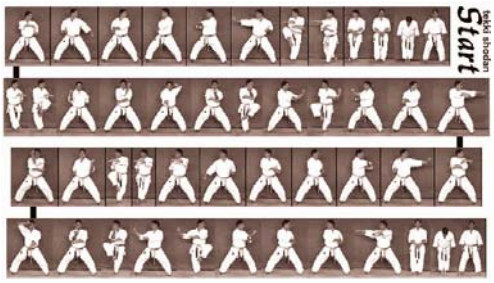
TEHNIKO (ital.), uobičajeni naziv za funkcionera u sportskom klubu (naročito u profesionalnom fudbalu), organizator koordiniranja stručnih poslova.

TEIJI-DACHI, označava "T" stav u karate sportu.

TEISHO, koren dlana karatiste.

TEISHO-AWASE-UKE, karate blok izveden korenom dlana sa obe ruke istovremeno.

TEISHO-UCHI, kružni karate udarac napred prednjom stranom korena šake.
TEISOKU (jap.), taban, stopalo.
TEISOKU-ASHI-BARAI, čišćenje u karateu – tabanom noge *(nožna tehnika).*
TEISOKU-MAWASHI-UKE, kružni blok tabanom (sistem blokova nogom).
TEKELIJANUM, poznatiji građanski internat za srpsku omladinu u Budimpešti, osnovan je na osnovu zadužbine Save Tekelije (1761-1842). U tom zavodu, kroz koji su do 1914. prošle mnoge generacije vojvođanske inteligencije, birano je godišnje 12 pitomaca iz naših krajeva koji su se školovali na univerzitetu u Budimpešti. U Tekelijanumu se omladina usavršavala i odgajala po savremenijim metodama vaspitanja, pa je tako 1863. godine na predlog nadzirateljа, pesnika i lekara Jovana Jovanovića Zmaja, Matica srpska odvojila 100 forinti za nabavku „gimnastičkih sprava". U početku je sa vežbačima radio protagonista telesnog vežbanja u Vojvodini dr Đorđe Natošević, da bi ga nasledio poeta dr Jovan Jovanović Zmaj.
TEKBOL (teqball), videti stranu 442.
TEKKI, "gvozdeni jahač", grupa polumajstorskih kata specifičnog pravolinijskog izvođenja, kojih ima tri: *Tekki-shodan (1), Tekki-nidan (2), Tekki-sandan(3).*



TEMPO, nedeljni sportski ilustrovani list i jedan od najboljih listova sa područja bivše Jugoslavije, koji je obrađivao tematiku iz sporta. Izlazio u okviru Novinsko-izdavačkog i štamparskog preduzeća „Politika" u Beogradu. List počeo izlaziti 2. marta 1966. Štampao se u bakrotisku formata 32 x 25 cm, a dugogodišnji urednik „Tempa" bio je Rade Šoškić. List prestao izlaziti 7. jula 2004.



TENIS, naziv potiče od starofrancuskog oblika reči tenezz (tene) tj. *držite*! Sportska je igra u kojoj takmičari naizmenično reketom prebacuju tenisku lopticu preko mreže u protivničko polje. Ova sportska igra se odvija pojedinačno (single) ili u parovima (doubles), kao i u mešovitim (mixed doubles). Igra se završava kada jedan od takmičara dobije dva, dva od dva ili tri od pet kola (setova). Nastanak tenisa, iako do danas nije u potpunosti objašnjen, smatra se da vuče korene još od drevnih civilizacija npr. Egipta, antičke Grčke, Rima, pa čak i od Indijanaca, starosedelaca Amerike. Preteča tenisu bila je popularna srednjovekovna igra, koja se igrala pod okriljem samostana, da bi se u XVI veku pojavila i na francuskom dvoru. Naročito su bili fascinantni igrači tenisa francuski kraljevi, a među njima naročito se isticao Anri VI (1519-1559), koji je u delokrugu svojih zamkova naredio izgradnje više igrališta za tu čudnovatu igru sličnu današnjem tenisu. Nažalost, sa pojavom Francuske revolucije ta igra je potpuno nestala. Ipak, u Engleskoj je u srednjem veku ta igra nastavljena da se razvija u vidu prebacivanja loptice preko zategnutog konopca pod nazivom *real tennis*. Igra se počela negovati na engleskim kraljevskim dvorovima, kao i u Škotskoj, o čemu postoje tragovi i u delima Viljema Šekspira. Međutim, real tenis se probio van kraljevskih delokruga, zahvatajući koledže Engleske, pa i šire društvene mase. A tadašnji oblik te-

nisa se uglavnom igrao na terenima kriket klubova. Zasluge za razvitak tenisa pripisuju se i dvojici Engleza: Valteru Kloptonu Vingfildu i Hariju Gemu, koji su u blizini neke kuće u Edžbastonu u blizini Birmingema, napravili na travi prvo propisno tenisko igralište, a 1872. godine su u Lamingtonu osnovali i prvi teniski klub, da bi jedan od prvih osnivača tenisa V.Vingfild napisao i prva pravila. Isprva je teniska mreža imala i drugačiji oblik zatezanja, tako što je u sredini bila spuštena do 1,42 cm, a sa strana je bila podignuta do visine 2,13 m. Ipak, s obzirom da su mnoge slične igre (badminton, lawner, rackets itd.) imale svaka svoja pravila i dimenzije mreže, to je izazvalo opštu zbrku, tako da su se postavila opet nova pravila u vezi sa dimenzijama mreže i igrališta koje je bilo veličine 23,77 m x 8,23 m, sa mrežom koja se u sredini spuštala na 91,44 cm visine, a sa strane 1,30 m, i tada je organizovan prvi teniski turnir u predgrađu Londona – Vimbldonu, godine 1877. Tenis iz Engleske se prenosi u mnoge evropske zemlje, kao i u Ameriku, da bi 1913. godine bila osnovana Međunarodna teniska federacija u Parizu (FILT). Engleska je odredila najjači svoj centar za takmičenje u tenisu u jugozapadnom delu Londona u Vimbldonu, na kome su se postavila pravila organizacije, takmičenja i nagrada, koje su skoro ostala do današnjeg dana ista. Turniri u Vimbldonu su proglašeni kao Svetsko prvenstvo u tenisu, tenis pojedinaca i parova, u kome su tada našle učešće i žene. Najveći svetski turniri tenisa u Vimbldonu se održavaju svake godine i traju od kraja juna i u početku jula, ukupno dve nedelje. Godine 1905. na turniru Vimbldona je učestovao 71 igrač iz Evrope, Amerike, Afrike i Australije. Nedugo, posle osnivanja teniskog turnira Vimbldona, organizuje se i Dejvis kup, koji je bio svetsko ekipno takmičenje, osnovano iz razloga da se izbegne američko-engleski rivalitet. Pokretač Dejvis kupa bio je poznati šampion tenisa D. F. Dejvis iz Sent Luisa iz SAD, koji je za budući Dejvis kup pok-



Šarlota Kuper (1870-1966), engelska teniserka, zlatna medalja (OI, Pariz, 1900).

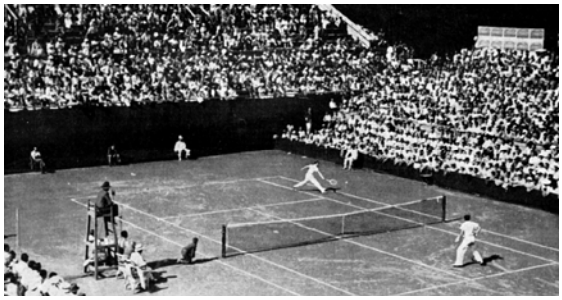


Etel V. Larkomb (1879-1965), engleska teniserka i šampion Vimbldona (1912) bila je i 11 puta prvakinja Engleske i u badmintonu.





lonio veliki pehar obložen zlaton i težak 18 kg, da bi se poklonio budućem šampionu International Challenge Cup. Prvi Dejvis kup je održan u Bostonu 1902. godine i na njemu su se takmičile samo Engleska i Amerika, da bi posle 1904. u Dejvis kup bile uključene i druge zemlje sa svih kontinenata. Ali, zbog pretrpanosti takmičara na Dejvis kupu,



Dejvis kup, Kraljevina Jugoslavija-Nemačka (Zagreb, 1936)

novim pravilima je određeno da se takmičenja razdvoje na zone, i to evropska i američka zona, te finalna interzona kao kvalifikacijska veza za ulazak u poslednje kolo u tzv. *Challenge Round,* gde se igralo sa pobednikom iz prošle godine. Takva pravila su važila do 1971.

godine. Vremenom su uvedene i neke manje izmene, ali ne drastične, tako da su pravila igre podeljena na dva dela, gde se prvi deo odnosio na igru pojedinaca, a drugi deo na igre parova. Za sve igre parova igralište je šire od igrališta na kome igraju pojedinci. Igralište pojedinaca je dimenzija 23,77 m x 8,23 m, podeljeno mrežom na dva jednaka dela. Mrežu drži metalna sajla prečnika 0,85 cm. Mreža je zategnuta za stubove koji su visine 106,60 cm, i oni su konstruisani tako da se veoma lako mogu montirati ili razmontirati (zbog iznenadnog nevremena, koje je evidentno, naročito u kišnoj Vel. Britaniji), za vreme održavanja Vimbldona. Mreža mora biti na sredini visoka 91,44 cm i zapinjačima od 5,08 cm pričvršćena za tlo. Crte kojima su označeni krajevi igrališta nazivaju se osnovne linije, a one kojima su obeležene strane igrališta su uzdužne ili bočne linije. S obe strane mreže uzdužno i paralelno s njom, povučene su servisne linije na udaljenosti od 6,40 m, a površina između servisne linije i uzdužnih linija, s obe strane mreže (prostor za serviranje) podeljen je na dva jednaka dela središnjom, 5,08 cm širokom i uočljivom linijom, ali paralelnom sa uzdužnim linijama sa jednakom udaljenošću od njih. Na zamišljenom produženju servisne središnje linije, tamo gde ona seče osnovnu liniju mora se s njene unutrašnje strane povući 10,16 cm duga i 5,08 cm široka linija, tzv. središnji znak (centre mark), koji mora biti pod pravim uglom s linijom koju dodiruje. Sve ostale linije su širine od 2,54 do 5,08 cm, osim osnovne linije, koja je široka do 10,16 cm. Sva merenja obavljaju se sa spoljne strane linija. Sastavni delovi igrališta su: mreža, stubovi, uže, zapinjača, porub, zadnji i uzdužni zadržači, tribine, mesta za glavnog sudiju i sudiju kod mreže, linijske sudije, kao i suca za pogreške nogu takmičara, kao i za linijske sudije. Lopta je gumena i presvučena je platnom sa idealno okruglom površinom, prečnika 6,35-6,67 cm i sa bešavnim spojevima, sa težinom od 56,69-58,47 g. Kvalitet loptice se ispituje tako da se ona baci na betonsku ploču s visine od 2,54 m od koje mora odskočiti 134,62-145,32 cm, a loptice su u žutoj boji (od 1986. god.). Odeća i obuća tenisera je tradicionalno bele boje, gde muškarci nose kratke pantalonice i



2011, 2014, 2015, 2018, 2019, 2021, 2022.

Pariz, 2016, 2021.

Novak Đoković (Beograd, 1987), reprezentativac Srbije, 2. igrač sveta (2010. godine), 1. teniser na ATP-listi (2011). Od 2003-2023. g. ukupno 93 titule. Na OI (Peking, 2008) 3, proglašen je i najboljim riternistom na svetu, svetski šampion Dejvis kupa (Beograd, 2010), Vimbldon (2011, 2014, 2015, 2018, 2019, 2021, 2022), Rolan Garos-2016, 2021. Osvajač je 22 Grend slema i 37 mastersa, 1. na ATP 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2019, 2020, 2021, 2022. Treneri: J. Genčić i N. Pilić, M. Vajda od 2006. godine, potom i B. Beker (2013), pa ponovo M. Vajda, danas Goran Ivanišević. N. Đoković dobitnik je i nagrada: "Laureus akademije", Karađorđeve zvezde I reda, "Espi", "ITF", Nagrada Republike Srpske, pehara "Zlatni masters". N. Đoković je oborio sve rekorde Roda Lejvera, 1. na ATP listi i u 2023. Ukupno 400 nedelja.



Pariz, 2008.

Ana Ivanović (Beograd, 1987), reprezentativka Srbije u tenisu, šampionka WTA turnira u Los Anđelesu 2007, šampionka "Indijan Vels Opena" 2008, osvajač je Rolan Garosa (Pariz, 2008), ukupno osvojila 14 titula. U 2008. godini bila 1. igračica sveta. Pad na WTA listi doživljava 2009-2013. godine. Osvojila je i turnir u Oklendu na Novom Zelandu, 2014. godine i turnir u Birmingemu, 2014. Povukla se iz tenisa 2017. godine.





Serena Jameka Vilijams (Sagin, Mičigen, 1981), reprezentativka SAD u tenisu, osvajač 72 titule i 23 grend slem turnira, a osvajač je i 4 zlatne olimpijske medalje: (Sidnej, 2000, Peking, 2008, London-2012. singl dubl), osvojila je i 7 puta Vimbldon, a 2 puta Rolan Garos. Smatra se i najboljom igračicom planete, na 1. mestu WTA liste bila do 2017.

majice, a žene suknjice ili šorceve. Reket za udaranje loptice sastoji se od rama, žice, stegnute žice, središnjeg dela drške i sa tačkom ravnoteže kod reketa,



Jelena Janković (Beograd,1985.god.), 3. i 2. igračica sveta u 2007, bila 1. na WTA listi u 2008. g. Osvajač Vimbldona u dublu iz 2007. god. Ukupno osvojila 15 titula. Specijalka dvoručni bekhend. Povuvukla se 2017.





Najbolja teniserka sveta, zvana "Atomski mrav" (Liež, 1982) **ŽISTIN ENEN** (JUSTINE HENIN) IZ BELGIJE Osvojila 7 puna Grend slem, višestruka šampionka Rolan Garosa (4 puta), olimpijska šampionka (Atina, 2004), bila je 1. na WTA listi (2006, 2007), specijalka jednoručni bekhend. Tenisku karijeru završila 2010. godine, sa osvojene 43 titule.



Marija Šarapova (Njaganj, Rusija, 1987), osvajač 4 grend slema, prvenstvo SAD (2006), prvenstvo Australije (2008), šampionka Rolan Garos (2012, 2014), najbolja teniserka planete i 1. na WTA listi u 2011, do jula 2012.

stegnute žice, kao i držalja oblikovanog za dobar stisak ruke. U prvom delu teksta o tenisu i pravilima igre objašnjenja su sva jasno opisana, ali je važno još napomenuti da postoje i dva *tie-break* (taj-brek) sistema, što je usvojeno u Filadelfiji 1970. godine, tj. kada je rezultat 5:5 u gemovima, igrač mora da osvoji uzastopce još dva gema da bi dobio set, gde igrači moraju osvojiti 2 seta, kao i igračice. Takođe, da bi se sprečilo da se igra u nedogled nerešeno posle 6:6, igrači se naizmenično smenjuju u servisu dok jedan od njih ne osvoji dva boda, što mu omogućuje dobijanje seta (kola). Postoje i dva tie-break sistema koja je priznala FILT, npr. kod rezultata 6:6 u singlu igrač A servira dva puta, zatim dva puta servira igrač B, potom ponovo dva puta servira igrač B, zatim ponovo servira igrač A, a igrač B ima iza toga tri servisa. Igrači menjaju strane nakon osvojena četiri poena, a onaj igrač koji prvi osvoji pet poena dobija kolo sa rezultatom 7:6. Ali, što se tiče igre parova, prva tri igrača serviraju svaki po dva puta, a četvrti tri puta. Svaki igrač mora servirati s iste strane sa koje je servirao u toku jednog kola. Načini izvođe-



Rafael Nadal (Majorka, Španija, 1986), od 2008-2010. g. 1. teniser sveta, „levoruki kralj šljake", *osvajač Vimbldona 2007, 2008, a 14 puta osvajač Rolan Garosa (2005, 2006, 2007, 2008, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2017, 2018, 2019, 2020, 2022), 1. mesto na OI, Peking, 2009, OI Rio 2016, u parovima), Dejvis-kup 5 puta za Španiju. Osvajač 36 mastersa i 22 grend slema. Ukupno 92 titule. Na ATP listi (na 1. mesto od 6. 10. 2013. godine do 6. jula 2014. godine).* Trener mu bio stric Toni Nadal (2002-2018), na ATP listi (2) u 2021. godini, a u 2023. godini pad na 10. mesto ATP liste (zbog povreda).

nja udaraca u tenisu su deo teniske tehnike: forhend – udarac srednjom stranom ruke i reketa, jedan od najvažnijih udaraca u tenisu, koji se najčešće koristi, varijante forhenda su: top-spin, rezani šop, ravni, i u stranu (slajs). Zatim udarac bekhend – kontinentalni i kalifornijski. Početni udarac se naziva servisni (jednostavni ili obični rezani servis, američki ili zavrnuti servis, volej, ravni ili glatki servis, smeč oštar udarac iznad glave, lob, skraćena drop lopta, ritern ili vraćanje servisa). Svaki teniser koji teži uspehu mora dobro da savlada navalnu ili odbrambenu igru u tenisu, skraćenice, vežbanje lobova, kondiciono igranje na slabiju ili pak jaču stranu protivnika. Treninzi sa partnerima zahtevaju toleranciju i razumevanje, a ne sujetu i ispoljavanje za prestižom nad kolegama – partnerima na igralištima. U ekspanziji takmičarskog tenisa, iznedrili su se šampioni na travi, betonu i šljaci,

u XX veku: *Rozevol, Mekkej, Lejver, Borg, Ljamas, Kontreras, Hoad, Gonzales, Bruks, Mekinro, Frejzer, Konors, Lendl, Beker, Emerson, Sampras, Keš, Edberg, Tilden, Lojd, Vilander, Pjetranđeli.* Iz SFRJ: *Ivanišević, Pilić, Plećević, Franulović, Jovanović, Palada, Tončić, Špear, Panajotović, Nikolić, Armenulić, Mijušković, Savić, Stojović, Živojinović* i dr. Najpoznatije svetske teniserke bile su:



VIMBLDON U JUGOZAPADNOM DELU LONDONA
(svi tereni "Ol Ingland kluba", centralni i pomoćni)



Rodžer Federer (Bazel u Švajcarskoj, 1981), vrhunski teniser sveta, sa 20 gren slema i 38 mastersa, Zlato na OI, Peking, 2008, parovi, 103 titule, na ATP listi bio 3. u 2019. Povukao se iz tenisa 2022.



Endi Mari (Danblejn, Škotska, 1987), teniser Vel. Britanije, *1. OI, London, 2012, Vimbldon iz 2013, OI, Rio, 2016. Ukupno 13 mastersa. Na ATP listi (1) u 2016, 2017. Pad na ATP (zbog povreda).*

Konoli, Larkom, Austin, Bueno, King, Lenglen, Navratilova, Grafova, Sančes, Rian, Klajsters, Evert, Panera, Simonesku, Vils-Mudi, Smit, Kaprijati, Monika Seleš, Mima Jaušovec (SFRJ). Prvi teniski klub na tlu današnje AP Vojvodine osnovan na Paliću (1875), a prva zvanična teniska škola započinje rad 1950. godine. Prve rekete u Beograd doneo je dr Svetislav Bata Vulović. Početkom XXI veka došlo je do smene generacija, pa su novi mladi i talentovani teniski šampioni doprineli popularizaciji tenisa: *Đoković (Srb), Federer, Nadal, Hjuit, Bagdatis, Verdasko, Gonzales, Ferer, Santoro, Kifer, Delgado, Davidenko, Soderling, Rodik, Gaske, Robredo, Halbandijan, Blejk, Berdih, Južnji, E. Mari, Tipsarević (Srb), Zimonjić (Srb), Troicki (Srb), Moja, Almagro, Fiš, Mur, Conga, Kveri, Vavrinka, Simon, Štepanek, Monfis, Potro, Has, Raonić, Nišikori, Čilić, Dimitrov, Gulbis, Agut, Anderson, Medvedev, Zverev, Beretini, Šapovalov, Tim, Rubljov, Rože-Alijasim, Fric, Hurkač Cicipas, Alkaraz, Rud.* Žene: *Šarapova, S. Vilijams, Bartoli, Enen, A. Ivanović (Srbija), Voznijacki, J. Janković (Srbija), V. Vilijams, Hingis, Čakvetadze, Hantuhova, Kirilenko, Safarova, Morezmo, Kuznjecova, Li, Vaidišova, Cing, Golovin, Dementjeva, Šnider, Petrova, Kurnikova, Zvonarjeva, Devenport, Azarenka, Đokić, Radvanska, Rezai, Skjavone, Na-omi, Pliskova, Halep, Bertens, Kerber, Barti, Osaka, Sabalenka, Kenin, Svitolina, Kvitova, Halep.* Osvajač Vimbldona (u dublu)



MUŠKA TENISKA REPREZENTACIJA SRBIJE SVETSKI ŠAMPION (Dejvis kup, Beograd, 2010)
Sleva: Viktor Troicki, Novak Đoković, selektor Bogdan Obradović, Janko Tipsarević i Nenad Zimonjić.

mešovitih parova (2007. g.) bio je i srpsko-škotski par *Jelena Janković-Dž. Mari.* Najbolji dubl planete u tenisu sačinjavaju braća Brajan, u kome su levoruki Robert (Bob) Čarls Brajan (1978, Kamariljo, Kalifornija) Majk Karl Brajan (Kamariljo, 1978, SAD), *osvojili 16 Gren slem titula, zlatna medalja OI (London, 2012), sa 39 mastersa uz „Zlatni masters". Sa ukupno 1100 pobeda, povukli se 2020.*



TENIS OKO ŠTAPA, kao sportska i rekreativna igra između dva igrača. Na vrhu štapa duž. 2-2,5 m zavezan je jedan kraj konopca, a na drugom kraju je privezana gumena loptica. *Igrači teniseri*



Tenis oko štapa (u toku igre)

stoje jedan nasuprot drugog na udaljenosti dužine konopca, pa udarcima reketa po loptici, nastoje obmotati konopac oko štapa, i to se vrednuje kao 1 sportski poen (pogodak).

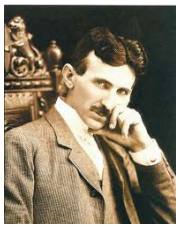
TENSIN-SHINIO-RYU, stara japanska borilačka veština, koja je bila osnova reformatoru judoa dr Jigoru Kanu.

TERUO KONO (1934-2000), majstor karatea 10. DAN Wado-ryu stila, majstor 8. DAN-a Shindo-yoshin-ryu ju-jutsu kempo. Bio je predsednik Wado-kai asocijacije i glavni instruktor karatea za



celu Evropu, profesor karatea. Bio je jedan od prvih naslednika slavnog akademika karatea *Hironori Otsuke*, legendarnog senseija karatea 10. DAN-a. Teruo Kono je pisac knjiga iz karatea. Držao i seminare u SFRJ, sa *mr Markom Nicovićem* iz Beograda, majstorom 8. DAN-a.

TESLA NIKOLA (Smiljan kod Gospića, 1856 – Njujork, 1943), jedan od najvećih naučnika planete, Srbin. U aktivnom istraživačkom periodu 1882-1937.



godine, od svog prvog izuma *Otkrivanje magnetnog polja (indukcionog motora), projekta „Nijagara" i oko 1000 najvažnijih izuma, dao je ogroman doprinos svim granama nauke: sportskoj medicini, avioindustriji, motonautici (reaktivni motori), automobilizmu, sportskoj kinezioterapiji, a poseban doprinos komunikacijama XXI veka.*

TOMAŠEVIĆ DRAGUTIN (Bistrica kod Petrovca na Mlavi, 1890-1915), prvi je proneo slavu srpske atletike širom sveta. U paradi nacija na svečanom otvaranju Olimpijade u Stokholmu 23. VI 1912. godine, Tomašević je nosio srps-







ku zastavu, *a 1909. godine je bio jedini Srbin, koji je u maratonu prestigao tada čuveni voz „ćira", na relaciji Požarevac-Petrovac na Mlavi. U Petrovcu na Mlavi ima bistu.*

TRAMPOLIN (KANVAS), sportski rekvizit koji omogućuje slobodan odraz i zamah pri različitim skokovima u akrobatici i trampolingu. *Sastoji se od jednog platna ili od elastične najlonske ili perlonske mreže, razapete pomoću gumenih traka ili čeličnih federa na metalnom okviru, smeštene na iskošene nogare visine 107 cm. Trampolin omogućuje skok-odbačaj do 6 metara visine.*

„TUCANIJADA", tradicionalna svetska prvenstva u tucanju farbanim kokošinjim jajima *(održavaju se u nedelju posle svakog Uskrsa, u Mokrinu).* Da bi bio svetski šampion, takmičar tokom zime proverava tvrdoću i 15.000 kokošinjih jaja.

U

UCHI, kretanje, judo napadi zahvatom.

UCHI-ASHIBO-KAKE-UKE, blokovi iz karate tehnike, nogom ka spolja.

UCHI-HACHIYI-DACHI, centralni otvoreni karate stav, noge su raširene u širini kukova, a stopala su tad okrenuta unutra pod uglom od 30°, dok su ruke priljubljene uz telo. Telesna težina je raspoređena na obe noge ravnomerno.

UCHI-HAITO-UCHI, udarac ivicom dlana ka unutra (u karateu, tekwondou).

UCHI-KENTSUI-UCHI, udarac donjom površinom pesnice ka spolja.

UCHI-MATHA, bočna tehnika judoa "kraljica bacanja", ona se izvodi tako što tori izvlači ukea iz ravnoteže prema napred i ulevo. Tori se okreće za 180º i provlači tad svoju desnu nogu između nogu ukea, pa snažnim zamahom desne





noge tori brzo odiže ukea od tatamija, a levom i desnom rukom ga vuče ulevo i prema tatamiju i uke pada pretežno na leđa. Momenti za napad uchi-mathom su (direktan ulaz) kada je uke krenuo udesno, ili drugi momenat za napad je kad uke krene ulevo. U ovom momentu se radi ashi-uchi-matha. Kontra tehnike sa uchi-mathom su: osoto-gari, uki-goshi, uchi-matha-sukashi, sumi-otoshi, sukui nage, tai-otoshi, tani-otoshi, zatim kombinacije: kouchi-gari, sasai-tsuri-komi-ashi, osoto-gari, deashi-barai, obi-goshi, tai-otoshi, ouchi-gari, kouchi-gari, tani-otoshi, tomoe-nage, sumi-gaeshi. Ashi-uchi-matha je takođe vrsta uchi-mathe, a ona se primenjuje sistemom (ken-ken).

UCHI-SHUTO-UCHI, udarac spoljnim bridom dlana ka spolja (karate).

UCHI-SHUTO-UKE, blok spoljnim bridom dlana, ka spolja (karate).

UCHI-SUKUI-UKE, blok zamahom ka spolja (ručni karate blok).

UCHI-UDE-UKE, blok podlakticom ka spolja (ručni karate blok).

UCHI-UKE, blok sličan kao ude-uke.

UCHI-URAKEN-UCHI, karate udarac spoljnim delom pesnice ka spolja.

UCHI-WASA, široka grupa karate tehnika koja nema borilački karakter, i tu je svojstvena samo upotreba posebno propisanih udarnih površina.

UČENIČKA KATA, forma koja je jednostavnija za izvođenje, lakša forma čiji skup pokreta ima za cilj obuku na učeničkom nivou u takmičenju karate sporta.

UČENIČKI POJASEVI, sva učenička zvanja u karateu, koja se stiču sukcesivnim savladavanjem tehnika i kata. Takvi pojasevi su višebojni i nazivaju se (kyu-ovi) i ima ih 10, koji idu od viših ka nižim (10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, i 1. kyu koji je "braon pojas").

UDARAC „APERKAT", ili udarac u boksu rukom odozdo. Aperkat je sličan „direktu" u boksu u odnosu na udarce sa strane, pa ih juniori lakše savladavaju od udaraca sa strane. Kod aperkata u udarcima odozdo je pravac putanje odozdo nagore u telo i glavu, da budu



Gore, sleva: izmenjivanje levih aperkata Frejzera i Mohameda Alija (1971), slike dole: desni aperkat V. Kličko protiv L. Brustera (2007), i N. Borovčanin protiv G. Andreasa (2010).

dugački i kratki, a primena im je efikasna na bliskom rastojanju u borbi.

UDARAC "KROŠE", u boksu, naziv po pravcu udarajuće ruke u cilj, kružno, sa strane, uz kontrakciju mišića u kole-

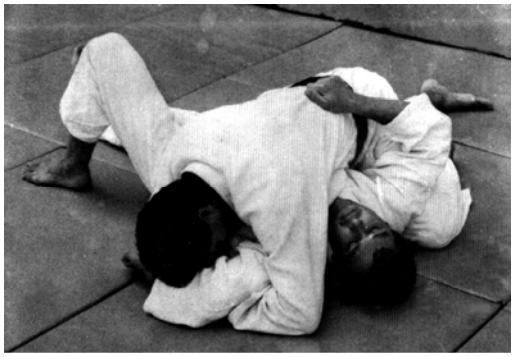
nima i plantarnom fleksijom u gornjem delu stopala sa okretanjem pete upolje, sa rotacijom tela. Bokserski udarac kroše može biti kratak ili dugi.

UDE, podlaktica (u karate blokovima).

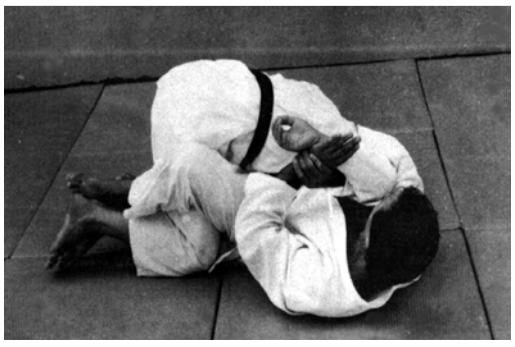
UDE-GARAMI, tehnika poluga u judou i ju-jutsu (kwansetsu-waza), kojih ima 4 vrste (garami 1, 2, 3, 4). Sve se izvode u parteru, na specijalnoj podlozi-strunjači koja se naziva "tatami". Primenjuju su i u *brazilskom ju-jutsu*, kao i u svim atraktivnim borbama u *ultimat-fajtu.*



1.



2.

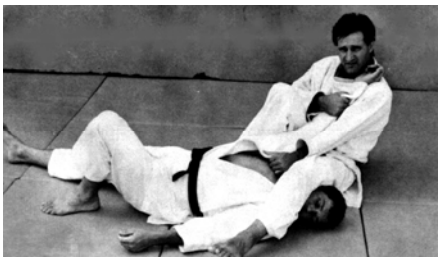


3.

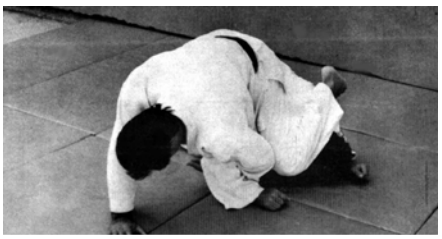


4.

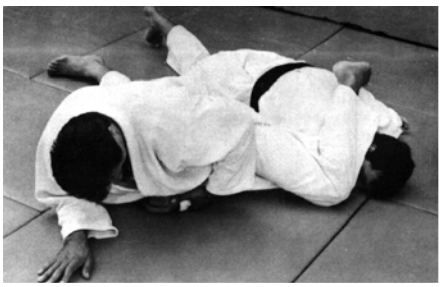
UDE-GATAME, tehnika spec. poluga (kwansetsu-waza) u judou i ju-jutsu, kojih postoji ukupno pet (ude-hishigi-jujigatame 1, 2, 3, 4, 5). Izvanredno su efikasne, a proučavaju se i na časovima redovne nastave SFO-a, u okviru eduka-



1.



2.



3.



4.



5.

cije Specijalnih antiterorističkih jedinica Republike Srbije (SAJ). Takođe, kao i poluge iz grupe *ude-garami*, česta im je primena u *brazilskoj ju-jitsi, ultimat-fajtu itd.* Pored ovih postoje i poluge: *hiza-gatame (1-2), ude-gatame (1-6), vaki-gatame, ashi-gatame, hara-gatame, i poluge u stojećem stavu.*

UDE-UKE, srednji blok unutrašnjom stranom podlaktice, sa kojim se zaštićuje srednja regija tela (od pojasa do vrha).
UECHI-RYU, mlađi karate stil, čiji su



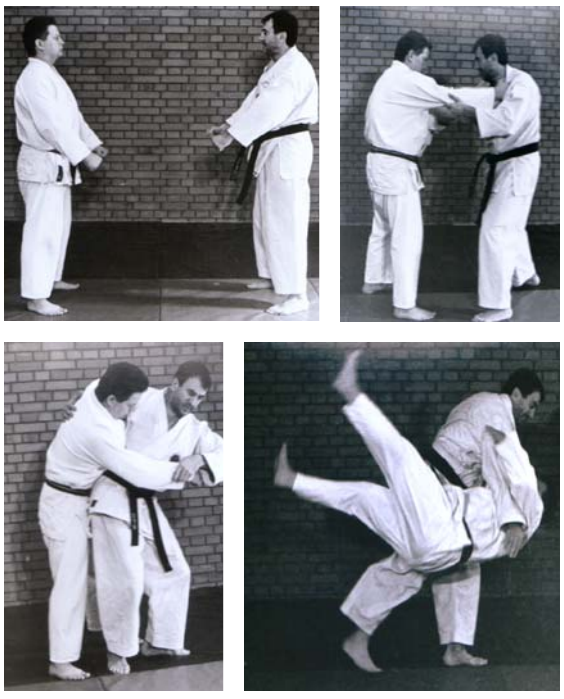
Levo: znak karate škole uechi-ryu, i osnivač Kanbun Uechi

koreni iz postojbine karatea, arhipelaga Okinava (japanski „uže na vodi“).
UECHI KANBUN (1877-1948), poznati majstor karatea, osnivač mlađeg karate stila pod nazivom Uechi-ryu.
UESHIBA MORIHEI (1883-1969), a rođen u gradiću Tanabeu, provincija Kishu u Japanu. Osnivač i reformator aikidoa (videti pod „aikido“ i „ju-jutsu“).
UKE, blok ili odbrana čije su udarne površine noge i ruke (karate termin).
UKE-KAESHI, parada, svečana manifestacija, ritual, sportska ceremonija.
UKE-WAZA, tehnika blokiranja u borilačkoj veštini karateu (ručne tehnike).
UKEMI, tehnika padova u judou. Deli se na tri glavne grupe: tehnika padova napred (mae-ukemi-waza), tehnika padova nazad (mae-ushiro-waza) i tehnika padova u stranu (ukemi-migi-hidari). Iz grupe padova napred, postoje još i padovi na pesnicu (mae – ukemi – seiken) i pad kroz noge. Značaj naučene tehnike svih padova ima višestruku korist, jer mogućnost povrede ekstremiteta svodi na minimum. Telo koje pada tad dobija veliko ubrzanje usled delovanja inicijalne sile kojom se deluje na njega, sile gravitacije i vlastitih reakcionih sila. U trenažnom procesu u judou manje su mogućnosti povreda, jer se sve tehnike izvode na tatamiju (strunjači), dok je u takmičarskom karateu drugačije, zbog podloge od parketa, pa tako nenaučeni padovi mogu izazvati: potres mozga, iščašenje zglobova šake, lakta ili ramena, lom ključnjače, frakture noge, ruke itd.



Gornje slike: izvođenje pravilnih padova u borilačkim sportovima, kao i prikaz posledica nenaučenih padova u takmičenju

UKI-GOSHI, bočno bacanje u judou. Tori levom rukom vuče ukea prema sebi, a desnom osigurava kontakt između ekeovog trbuha i svog boka. Nakon što je ukea nabacio na svoj bok, tori vrši pretklon držeći tad desnom rukom



Prikaz bacanja uki-goshi: 1. gard, 2. hvat, 3. ulazak, 4. bacanje

kontakt između svoga boka i (trbuha) ukea, a levom rukom tada vuče prema napred. Pri završnom delu svih bacanja tori ispravlja kolena i bokom još snažnije odbacuje ukea uvis, bacajući ga na tatami (judo-strunjaču).
UKI-OTOSHI, jedna je od ručnih judo tehnika, a izvodi se potpuno slično kao

"morote-seoi-nage". Kod ove tehnike je težište tela veoma spušteno, tako da se iz klečećeg položaja izvodi bacanje.

ULIČNA TRKA, atletsko takmičenje na dugim stazama na ulicama naselja i održava se u okviru neke proslave ili kao memorijalno takmičenje. U Srbiji su poznata takmičenja Beogradski i Novosadski maratoni, a u svetu „Sao Silvester" u Sao Paolu (Brazil), Njujork i Boston.

ULMAN VOLFGANG (u Drezdenu-1935), višestruki je šampion Nemačke i jedan od najboljih šahista sveta. Na međunarodnim turnirima osvojio prva mesta: Erfurt-1956, Kienbaum-1958, Hejstings-1959, Beč-1964, u Rahu-1972. g. Šahista Ulman se istakao teorijskim radom i savremenim otvaranjima partija.

ULTIMAT FAJT (*Ultimate fight*), vrsta borilačkog sporta koji se odvija u žičanom kavezu (oktagonu). *Borci se takmiče na distanci, klinču i parteru. Borbe traju 2 runde po 5 minuta, i dozvoljenih 2,5 minuta u par-*





teru, a mogu biti i u 3 runde. Takmičari su veliki poznavaoci: karatea, judoa, boksa, rvanja, tekvondoa, brazilske jiu-jitse, a ima i „freestilera" („ulični stil"). Međutim, u nekim zemljama profi-takmičenja su zabranjivana.

UNIVERZIJADA, svetsko studentsko multisportsko takmičenje koje se održava svake druge godine. A na programu letnje Univerzijade su takmičenja u atletici, plivanju, skokovima u vodu, vaterpolu, košarci, odbojci, sports. gimnastici, mačevanju i tenisu, uz mogućnost da organizator doda još jednu sportsku granu. Zimska Olimpijada sadrži takmičenja u: alpskim i nordijskim disciplinama skijanja, umetničkog klizanja, hokeja na ledu i brzinskog klizanja. Sve Univerzijade se održavaju pod pokroviteljstvom Međunarodnog olimpijskog komiteta (CIO). Letnja 25. Univerzijada je održana u Beogradu 1-12. jula 2009, uz učešće 8.600 takmičara iz 128 zemalja.

URAKEN, spoljni deo pesnice.

URAKEN-HIZO-UCHI, kružni udarac prema napred, koji izvodi karatista zadnjom stranom pesnice.

URAKEN-SHITA-UCHI, niski udarac okrenutom pesnicom, izvodi se iz jahaćeg karate stava (kiba-dachi).

URAKEN-SHOMEN-UCHI, udarac prednjim delom okrenute pesnice.

URAKEN-UCHI, udarac je pesnicom koja je okrenuta u stranu. Udara se u protivnika koji stoji sa strane. Uči se u prvoj učeničkoj kati „heian-shodan".

URA-MAVASHI, visoki nožni karate udarac, koji se izvodi u gornju regiju tela protivnika (tabanom noge, kružno).







Na slikama je prikaz efektnog karate udarca ura-mavashi, kao i ushiro-ura-mavashi u borbi iz ful-kontakta

URA-TSUKI, "bliski udarac" ili direktni udarac čelom pesnice prema napred, ide sa kuka i u sredinu tela protivnika.

USHIRO, nazad, zadnji deo.

USHIRO-EMPI-UCHI, udarac laktom unazad (odbrambeni karate udarac).

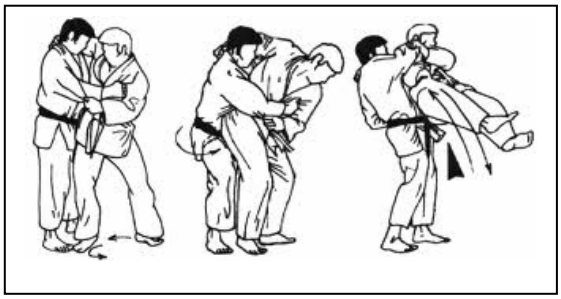
USHIRO-GERI, udarac nogom, koji se izvodi unazad ka protivniku, a može biti izveden u srednju ili visoku regiju.

USHIRO-GERI-KEAGE, oštar i brzi karate udarac nogom unazad.

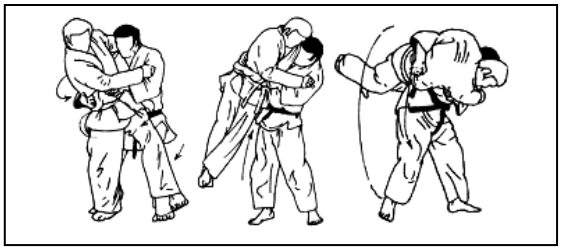
USHIRO-GERI-KEKOMI, probadajući udarac nogom, izvodi se unazad.

USHIRO-KAKATO, udarac zadnjim delom pete (karate, te-kwon-do, itd).

USHIRO-KAKATO-ASHI-BARAI, u judou, čišćenje zadnjim delom pete.
USHIRO-KOSA-DACHI, zadnji stav sa ukrštenim nogama u karate sportu.
USHIRO-MAWASHI-GERI, kružni karate udarac nogom unazad.
USHIRO-GOSHI, ručna judo tehnika. Izvodi se kada uke pokuša napasti *osoto-garijem* ili *harai-goshijem*. U tom momentu tori spusti svoje težište u jigotai stav, desnu ruku spusti na trbuh, a levu na leđa ukea. Trzajem izbaci ukea uvis – ulevo, a zatim ga brzo baca na leđa.



UTSŠNAJDER PETER (1946) poznati reprezentativac SR Nemačke u vožnji bobom, olimpijski šampion u dvosedu (1972), svetski šampion u četvorosedu (1969), svetski šampion u dvosedu (1973), šampion Evrope 1970-1973, osvajač 3. mesta u četvorosedu (OI-1972).
UTSURI-GOSHI, ručna judo tehnika. Momenat za napad je kada uke pokuša izvesti uchi-mathu. Tada tori spusti te-

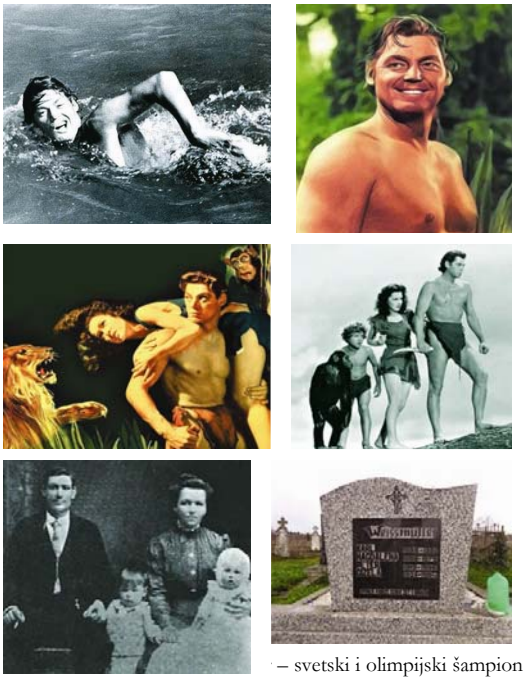


žište u stav jigo-tai, hvata ukea čvrsto i trbuhom ga izbaci uvis, zatim ga hitro baca na tatami tehnikom *uki-goshi.*

V

VAGUS-SIMPATIKUS (lat.) *deseti moždani živac,* (simpatikus) vodi nadražaje za najvažnije životne funkcije tela (srca, pluća, želuca, creva i dr.).

VAJSMILER DŽONI (rođen u Međi, u Banatu, 1904 – Akapulko, 1984), bio bivši američki reprezentativac u plivanju i vaterpolu. Džoni P. Vajsmiler (glumac likova Tarzana), bio je i olimpij-



– svetski i olimpijski šampion u plivanju, ostale slike: kao glumac Tarzana. Donja slika levo: roditelji Petrus i Elizabeta, sa malim Džonom i sestricom. Grobnica Vajsmilerovih predaka je u selu Međa, opština Žitište, Banat (slika desno).



Covek, koji je od plivačkog šampiona Džonija Vajsmilera, stvorio glumca Tarzana. Na slikama je Edgar Rajs Barouz, američki pisac, rođen u Čikagu 1875, a umro 1950. godine. Jedna od njegovih baznih knjiga o Tarzanu bila je "Tarzan u Zemljinom jezgru" (Tarzan at the Earth's Core), a napisao je to delo 1930. godine. Najveću polularnost Barouzovog književničkog učinka steklo je delo o lordu Grejstoku, alias Tarzanu.

ski šampion (Pariz, 1924), u plivačkoj trci na 100 m (59,0 sek.), i 400 m slobodno (5.04,2 min), i u štafeti 4x200 metara. Na OI (Amsterdam 1928), Džoni Vajsmiler osvojio je dve zlatne medalje: u trci na 100 m i u štafeti 4x200 m, a takođe je bio i višestruki svetski šampion. Vajsmiler će biti upamćen i kao jedini plivač toga doba koji je razdaljinu od 100

m prešao ispod jednog minuta (58,6 sekundi) na Svetskom prvenstvu u plivanju 1922. godine. Takođe, Vajsmiler će čak 22 puta osvojiti svetsku titulu plivačkog šampiona. Međutim, intenzivno se posvećuje snimanju brojnih filmova o slavnom junaku iz Barouzove knjige „Tarzan, kralj džungle“, tako da je svojim povlačenjem pružio šasnu i drugim kvalitetnim svetskim plivačkim takmičarima da se i oni domognu slave. Međutim, deo života slavnog Vajsmilera bio je misterija, koja je konačno rešena. On nije rođen u Čikagu, kako se čitalo u njegovoj američkoj biografiji. Naime, roditelji Džonija Vajsmilera su živeli u Međi, selu u opštini Žitište u Banatu. Otac mu se zvao Peter, a majka Elizabeta Vajsmiler. Dečak Johan rodio se 1904. godine. Nedugo nakon njegovog rođenja, Vajsmilerovi su emigrirali u SAD. Mladi Johan (Džoni) je stasao, postao slavni svetski plivač i ubrzo čuveni filmski glumac u ulozi Tarzana.

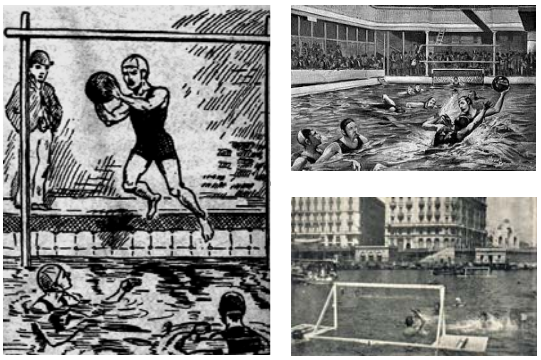
VAKI-GATAME, tehnika reda borbenih poluga (kwansetsu-waza) u judou, a izvodi se u parteru na *tatami-strunjači*.



Poluga vaki-gatame (primena u judou i jiu-jitsu)

VAR SISTEM (video assistant referee), „video pomoćnik sudije“. *Prvi put testiran u Holandiji (2013), a ozvaničen u pravila fudbalske igre (2018). Za njegovo funkcionisanje potrebno je 8-12 kamera i postavljenim na tačno određenim mestima na fudbalskim stadionima (linija sa golom, kaznenim prostorom) i beleži: ofsajd, faul, penale, crvene kartone. Var-sistem deluje direktno iz var-sobe na stadionima i informiše glavnog sudiju.*

VATERPOLO (engl. i franc. waterpolo), sportska timska igra loptom koja se izvodi u vodi, sa krajnjim ciljem da se pogodi gol protivničke ekipe. Vaterpolova preteča je sportska igra koja se prvi put pojavila 1869. godine u Velikoj Britaniji, predložena od poznatih sportskih stručnjaka, sa ciljem da se dotadašnje plivačke aktivnosti u vodi, obogate novinama i živošću. Prva takva igra loptom u vodi manje je ličila na današnji vaterpolo, već više na neki čudni fudbal pa se isprva tako i nazvala *football in the water* (nogomet u vodi). Sredinom 1870. godine, Londonski plivački savez formirao je komisiju sa zadatkom da izradi prva pravila nove igre, a



tu je najveću ulogu odigrao veslački klub *Bournemouth*, koji je 1876. godine odredio veličinu igrališta od 50 jardi i po 7 igrača jedne ekipe, glavnog sudiju i dvojicu linijskih sudija. Tadašnje igralište na vodi bilo je u početku bez golova i mreže, a protivničke ekipe su dobijale poene tako što bi se plivačkim probijanjem sa loptom i dodavanjem lopte domogli splava na kome bi položili loptu. Prva ozbiljnija pravila igre postavio je Vilijam Vilson 1876. godine, gde je na reci Di odigrana i prva premijerna vaterpolo utakmica 1877. godine, i tada su po prvi put obeležene granice igrališta. Igra postaje sve popularnija sa dopunjavanjem pravila: igrači se ne smeju gurati jedan o drugog, lopta se ne sme bacati sa dve ruke niti potapati, a pogodak se priznaje onda kada lopta celim svojim

obimom uđe u gol sa mrežom. Prvi međusobni susreti vaterpolista odigrali su se između ekipa Engleske, Škotske i Irske, sa ponovo dopunjenim pravilima igre, po kojima golman ne sme bacati loptu preko sredine igrališta. Novija pravila iz 1883. godine su propisala da sve utakmice traju 20 minuta. Vaterpolo se krajem XIX veka pojavljuje i u Americi, s tim što su Amerikanci uveli neka čudna pravila, da se lopta umesto u gol, dovede do ivice protivničkog igrališta, a igrač rukom dodirne to mesto, što je bilo veoma nelogično. Vaterpolo sport je krčio svoj put ka Evropi, gde se prvi put pojavljuje 1894. godine, isprva u Nemačkoj, zatim u Austriji, Belgiji, Francuskoj i Mađarskoj. Od 1900. godine vaterpolo se nalazio (osim 1904.) na Olimpijskim igrama, pa je na 2. OI iz 1900. godine pobednik bila Velika Britanija,



Vaterpolo reprezentacija Jugoslavije – olimpijski šampion (Sijudad Meksiko, 1968)
U finalu su igrali: Hebel, Rudić, Bonačić, Stipanić, Sandić, Dabović, Trumbić, Poljak, Janković, Lopatni, Marović i Perišić (na fotografiji).



Olimpijske vaterpolo šampione, primio je lično predsednik SFRJ – Josip Broz Tito, uz čestitke (Beograd, 1968).

dok su najviše uspeha na Olimpijadama imali vaterpolisti Mađarske, koji su od 1932-2008. godine osvojili čak 9 zlatnih medalja, a za njom su sledile zemlje Velika Britanija, Italija, SAD, Francuska, Nemačka, Jugoslavija i SSSR. Vaterpolo sport je prvi put prenet na područje jugoslovenskih zemalja 1911. godine, a preneli su ga studenti koji su studirali u Mađarskoj, Austriji i Nemačkoj. Grad Sombor na severu Vojvodine bio je tad epicentar vaterpolo sporta. U periodu posle Drugog svetskog rata, vaterpolo u Jugoslaviji doživljava svoju punu afirmaciju, razvijanjem mnogih velikih vaterpolo klubova i pokretanjem letnjih i zimskih takmičenja, gde su primarna takmičenja bila Prvenstva Jugoslavije i



Vaterpolo reprezentacija Srbije – osvajač Svetskog kupa (Niš, 2010). U finalnom susretu vaterpolisti Srbije su ubedljivo savladali reprez. Crne Gore (Prlainović u napadu)

Kup Jugoslavije (zimi). Najviše uspeha su imali vaterpolisti „Partizana“ iz Beograda, koji su postigli najviše pobeda na saveznom, evropskom i svetskom nivou takmičenja. Današnja pravila vaterpolo igre delimično su se izmenila u odnosu na pravila iz minulih vremena. Po pravilima F.I.N.A., u poslednje dve decenije su: *Sportska igra vaterpola se odvija tako da igrači oba tima pokušavaju „proturiti“ loptu kroz male golove i sprečavaju protivnike da urade to isto. Igra traje ukupno četiri četvrtine po 8 minuta, a lopta se mora bacati samo jednom rukom. Jedan tim čine 6 igrača u polju sa golmanom kao sedmim članom. Igrači dele solidarnu odgovornost, kako kod postizanja golova, tako isto i u kvalitetu odbrane svog gola. Napadači su ključni članovi ofanzivne formacije od 6 ljudi, kao centri u košarci: Oni „deluju“ direktno ispred protivničkog gola i pod velikim fizičkim naporima. Najbrži igrači-plivači se kreću u pokušaju da stvore prostor za udarac ka protivničkom golu. Svaki vaterpolo tim ima još po 6 rezervnih ig-*

rača. Slično kao i u drugim sportovima, sudija pištaljkom zaustavlja časovnik, ali ne zaustavlja akciju (u vreme izbačaja nekog igrača na 20 sekundi zbog prekršaja). Vaterpolo utakmicu sude dvojica sudija koji rade zajedno, plus još dvojica sudija na svakom golu, meračima vremena i sekretarima. Pravila igre su takva da samo golman može da dotakne loptu sa dve ruke, a igrači je moraju nositi u jednoj ruci dok plivaju, dodavaju ili driblaju. Kod udarca na gol može se koristiti bilo koji







Reprezentativac Srbije u vaterpolu **Filip Filipović** poneo je u 2010. godini titulu najboljeg vaterpoliste Evrope, da bi rezultatom glasova FINA bio proglašen (MVP šampionom), najboljim na svetu za 2011, 2014. g.

deo tela, osim stisnute pesnice, a takva zabrana važi i u slučaju dodavanja lopte. U vaterpolu igrači se naizmenično mogu izdizati u vodi do visine kukova, dok golmani koji štite svoj gol (širina gola 3 m), mogu u prostoru ispred gola do 4 m – stajati, hodati ili odbacivati se od poda bazena. Zamena igrača se vrši samo posle postignutog gola, zatim posle trećeg prekršaja ili između četvrtina. Trajanje igre je ograničeno na četiri četvrtine od po osam minuta sa odmorom od dva minuta između četvrtina, a timovi menjaju strane bazena pre početka nove četvrtine. Vaterpolisti su opremljeni tako što jedna ekipa nosi plave kapice, a druga ekipa nosi bele. Dva golmana nose crvene kapice sa brojem 1. Kapice drugih igrača su numerisane od brojeva 2-13. Sve kapice imaju specijalne štitnike za uši, nose se dvostruke kupaće gaćice, a zabranjuje se korišćenje ulja ili bilo koje druge masti pre i u toku takmičenja. Ni jednoj ekipi nije dozvoljeno da zadržava loptu duže od 35 sekundi, a da se ona ne šutira na gol. U suprotnom, protivnička ekipa prelazi u posed lopte. Iako su prekršaji teški za otkrivanje (sudije ne mogu videti pod vodom), sudije veoma budno prate ceo meč i ponašanje igrača, tako da oni izriču kazne za prekršaje (veće i obične). Veći prekršaji su: udaranje lopte stisnutom pesnicom, držanje glave protivnika ispod vode, držanje lopte ispod vode, guranje ili odgurivanje od protivnika, šutiranje, držanje za stranice bazena, laktanje protivničkog igrača. Neki od tih prekršaja donose igraču u kaznenom prostoru obavezno isključenje od 20 sekundi sa zamenom ili isključenje iz igre bez zamene (crveni karton u slučaju brutalnog prekršaja). U obične prekršaje spadaju prekršaji koji se učine tako što se sprečava ili ometa slobodno kretanje protivnika kroz vaterpolo bazen. Kazneni udarci se dosuđuju kada igrač nedopustivo ometa ili udari protivnika u prostoru od 4 metra, sruši gol, ili koristi dve ruke u odbrani. Još od 1977. godine su postavljena dobra pravila vaterpola, koja su sadržala 23 člana: organizacija, igralište, golovi, lopta, zastavice, kape, ekipa, službene osobe, vreme, sudije, početak igre i početak posle pogotka, bacanje s gola, gol-aut, bacanje iz ugla – korner, neutralno bacanje, obični prekršaji, slobodna bacanja, teški prekršaji, lične greške, kazneno bacanje (četverac), lopta izvan igrališta – aut, izlazak iz vode i zamena igrača, produženje utakmice. Vaterpolo igralište (plivalište) je oblika pravougaonika i najmanje 20 m x 8 m ili najviše 30 m x 20 m, sa najmanjom dubinom 1,80 metara. Igralište sa obe strane ima i linije koje obeležavaju golove, linije 2 metra, linije 4 metra i linije sredine igrališta. Vaterpolo gol je širok 3 m, a visine 90 cm iznad površine vode. Gol, sa stativama i prečkama izrađen je od drveta, metala ili plastike debljine 7,5 cm. Lopta je nepromočiva, obima 68-71 cm i težine 400-450 gr. Sudije su pre novih pravila nosili jedan štap dužine do 70 cm, na čijem se jednom kraju nalazila crvena, a na drugom kraju bela zastavica (sada sa gestikulacijom). Sudije na golovima imaju jednu crvenu i jednu belu zastavicu istih dimenzija, a svaka je na posebnom

štapu dužine 50 cm. Sekretar utakmice ima jednu plavu i jednu belu zastavicu, kojima daje znak za ulazak u igru isključenih igrača. Drugi sekretar utakmice ima crvenu zastavicu kojom pokazuje na treću ličnu grešku.



Vaterpolo reprezentacija Srbije – šampion Evrope (Bazen „Kombank arena“, gledalaca 18.473, Beograd, 2016)

Gojko Pijetlović (golman 1), Dušan Mandić, Živko Gocić (kapiten), Sava Randelović, Miloš Ćuk, Duško Pijetlović, Slobodan Nikić, Milan Aleksić, Nikola Jakšić, Filip Filipović, Andrija Prlainović, Stefan Mitrović, Branislav Mitrović (golman 2). Selektor vaterpolo reprezentacije Srbije: ***Dejan Savić.***

Vaterpolo reprezentacija Srbije je šampion EP (2001, 2003, 2006, 2012, 2014, 2016), Svetske lige (2005, 2006, 2007, 2008, 2010, 2011, 2013), Svetskog kupa (2006, 2010), 2. (EP, 2008), 3. na OI (u Pekingu, 2008), vicešampuon SP (Šangaj, 2011), šampion SP (Rim, 2009, Kazanj, 2015), olimpijski šampion Rio de Žaneiro (2016) i Tokio (2021).

VAZDUHOPLOVSTVO (engl. sporting flying, franc. aviation sportive, rus. воздушный спорт), zajednički naziv za sve vrste letenja bezmotornim i motornim letelicama, kojima se nastoji postići izvršenje određenog sportskog zadatka i to: takmičenjima, rekordima i osvajanjem sportskih značaka i drugih priznanja. Sportsko vazduhoplovstvo obuhvata sledeće grane: *balonstvo, jedriličarstvo, modelarstvo (vazdušno i raketno), padobranstvo, astronautiku (samo rekorde) i motorno letenje, kao i delatnosti: amatersku izradu raznih vrsta letelica, vazduhoplovno obrazovanje, marketing. Videti termin „motorno letenje“.*



Ivan Kolić, svetski šampion aviomodelarstva, pobednik Svetskog kupa 2000, 2002, 2007. u kat. F1 B. Juniorski prvak sveta, juniorski prvak Evrope, višestruki šampion Srbije, najbolji vazduhoplovni modelar u Srbiji u seniorskoj konkurenciji, najbolji mladi sportista za 2002. godinu.

VESLANJE, vrsta sporta na vodi gde se čamci različitih dimenzija pokreću rukama i veslima. Preteče prvih plovila su nastale onda kada je čovek prvi put i namerno, sa odsečenog balvana potkresao granje, pa na takav „plovni objekat“ privezao trsku, da bi njime mogao ploviti po vodi, sa najvažnijim iskonskim ciljem – u potrazi za hranom. Dokazi za to postoje, jer neka primitivnija plemena i danas koriste te načine. Naravno, protekli su mnogi vekovi, da bi se na morima, rekama i jezerima pojavili pravi čamci, lađe i brodovi. Tragovi izgradnje prvih praktičnijih plovila vode i u nekoliko hiljada godina p.n.e. ka antičkom Egiptu, Vavilonu i maloazijskom kopnu. Oko 2000. godine pre

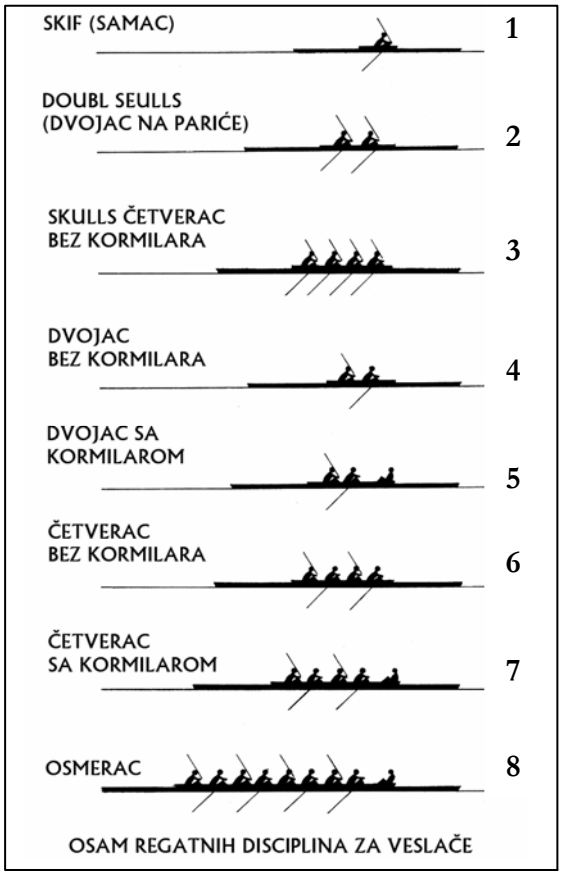






nove ere su počeli da se grade funkcionalni brodovi, sa krivim pramcem, krmom i palubom, koji su bili izdržljivi da prime iskušenja prostranih mora i nemirnih reka. Najviše je tragova na te prvobitne brodove ostalo oko egejskih ostrva i sa Krita: egipatski brod iz davne 1000. godine p.n.e., stari egipatski čamci, egipatski brod iz doba faraona, grčki brod iz 600. godine p.n.e., atinski brod sa dva ili sa tri reda vesala, zatim i feničanski brod na vesla iz 700. g. p.n.e. Znatno očuvanije su ostale venecijanske gondole sa kabinom iz prve polovine XVIII veka, itd. Kada su se izrađivala ta razna plovila za vodu, bila su propraćena i velikim svetkovinama, kao i takmi-

čenjima „čije plovilo je najbrže“. Pisani tragovi govore da je takvih „svetkovina“ bilo i u starom Egiptu, Grčkoj, Rimu, Sredozemlju, zatim u Skandinaviji, pa u Kini i Indoneziji, dok su u srednjem i novijem veku bile popularne u Veneciji i Engleskoj. Rimski pesnik Publije Vergilije Maron (70 -19. g. p.n.e.), opisuje u XII knjizi svog epa Enejida, takmičenja na vodi, koja je Eneja, osnivač Rima, organizovao tad na sahrani svog oca Anhisa, kada se organizovala jedna od prvih veslačkih regata u svetu. Razvitak pomorstva i pomorskih otkrića u XVI i XVII veku, jedan od najvećih centara ekspanzije brodarstva bio je London, koji je u to vreme bio jedan od najvećih i najbogatijih svetskih gradova, sa rekom Temzom kao žilom kucavicom. Smatra se da je u vreme vladavine engleske kraljice Jelisavete, u periodu 1533-1603. g. u samom Londonu bilo više od 10 000 ovlašćenih brodara, čamdžija, lađara i ribara, koji su bili učlanjeni u jedan gigantski esnaf. Naravno, sve to je pratila ogromna masa majstora-brodograditelja. Prvo takmičenje profesionalnih čamdžija na reci Temzi održano je 1715. godine pod nazivom *Doggett's Coat and Badge*, koje se tradicionalno organizuje sve do današnjih dana. Zatim se slično takmičenje održava i u Irskoj 1756. godine, kada su u svakom čamcu sedela po dva plemića uz dva građanina (ribara i lađara), a ti takmičari u veslanju su imali na glavama raznobojne kapice od svile. Smatra se da su to prvi počeci regatskog veslanja. U to vreme su počeli da se otvaraju i smerovi veslača-sportista na prestižnom Koledžu u Londonu, kao i na drugim slavnim fakultetima: Kembridžu i Oksfordu. Prvi pouzdani podaci o veslanju na koledžu Eton datiraju iz 1881. da bi već 1813. godine veslanje uhvatilo čvrste korene kod engleskih studenata. Početkom XIX veka se u Engleskoj osnivaju i prvi amaterski veslački klubovi, kao što je jedan od najstarijih *Leander Club,* koji je osnovan 1820. Prva trka na Temzi (trka osmeraca) održana je 10. VI 1829. godine između timova Kembridža i Oksforda, koja je sve do današnjeg dana ostala najpopularnija veslačka trka na svetu uopšte. Dalje su sledile i ostale veslačke trke: London, 1836, pa 1839. godine, itd. Veslački sport se ubrzano širi i ka ostalim kontinentima i zemljama, ali prvo ka anglo-saksonskim teritorijama, zatim dalje u SAD, Kanadu, južnu Afriku, Australiju, pa je naj-



OSAM REGATNIH DISCIPLINA ZA VESLAČE

zad stigao i u Evropu (Hamburg, 1836), gde su u Nemačkoj započela intenzivna takmičenja u regatnom veslanju čamaca. Francuska je veoma predano razvila regatna takmičenja na svojoj teritoriji, dok je kolevka veslanja u Italiji bio grad Torino (slavni gondolijeri) dok je najveća manifestacija u Italiji bila „venčanje Venecije s morem“. Dalje, popularnost

veslačkog sporta se prenosi i u: Belgiju, Holandiju, Švajcarsku, Dansku, a 1923. i u zemljama Austro-Ugarske monarhije. Na području današnje Srbije, prvi veslački klubovi su osnovani u Novom Sadu, Titelu i Velikom Bečkereku (Zrenjaninu), zatim Beogradu, Pančevu, Zemunu, čiji veslači nastupaju na svim državnim, evropskim i svetskim takmičenjima, gde sa velikim uspesima osvajaju brojne medalje i popularišu veslanje.



Veslači osmerca sa kormilarom (60. godina XX veka)



Regatni četverac sa kormilarom (60. godina XX veka)

Veslanje je uvršteno kao sportska disciplina i na Olimpijske igre 1900. godine za muškarce, a 1976. godine za žene. *Postoje dva načina veslanja: jednim veslom (veslač drži veslo sa obe ruke, tzv. „rimen veslanje"), zatim veslanje sa dva vesla (veslač u svakoj ruci drži po jedno veslo – „skul veslanje"). Čamci i vesla prave se od drveta ili od ugljičnih vlakana ili plastičnih masa. Svi čamci imaju dve pokrivene palube i valobran, koji sprečava ulaženje vode. Svaki čamac ima i malo peraje od drveta ili lakog metala koje služi da se održi stabilnost i pravac kretanja čamca. Osmerac ima i dodatnu krmicu pomoću koje kormilar održava pravac čamca. Na pramcu čamca se nalazi mala bela loptica koja sprečava povređivanje veslača u sudaru sa drugom veslačkom ekipom. Na tabelama su prikazane mere regatnih čamaca, i tipovi vesala.*

TIP ČAMCA	Dužina (m)	Širina (cm)	Težina (kg)
Skif (samac)	7,5-8 m	27-36 cm	12-15 kg
Dvojac bez kormilara	10 m	35-45 cm	40 kg
Dubl skul	10 m	35-45 cm	42 kg
Četvrerac bez kormilara	12-13 m	50-54 cm	52-56 kg
Četvrerac skul	12-13 m	50-54 cm	54-56 kg
Osmerac	18-19 m	56-60 cm	100-116

TIP VESLA	DUŽINA (m)	TEŽINA (kg)
Rimen veslo	3,65-3,96 m	do 4 kg
Skul veslo	2,89-3,00 m	do 3 kg

Veslanja su tipični ciklični pokreti. Zaveslaj je jedan ciklus, koji se sastoji iz dve faze: A) faza provlačenje vesla kroz vodu, B) pripremna faza, C) vraćanje vesla kroz vazduh. Dužina takmičarske staze za muškarce i žene je 2.000 metara i podeljena je u 6 pruga, a svaka pruga je širine 12,5-15 metara. Obeležavanje pruga na vodi vrši se bovama koje su postavljene na razdaljini od 12,5 metara, s tim što je na svakih 250 metara pruga omeđena plovcima, koji moraju biti dobro vidljivi i koji su u raznim bojama. Pre trke čamci se poravnavaju, i tada na startu trke sudija glasno daje znak rečima: „Et vu pre parte!" (ako ste spremni, krenite) i spuštanjem zastavice trka počinje. U slučaju ako start nije uspeo – trka se prekida (samo do prvih 100 metara) zvonom, i tada se start ponavlja. Važna napomena: kormilar osmerca ne sme imati manje od 50 kg u muškoj, odnosno 45 kg u ženskoj konkurenciji. Veslačka takmičenja se održavaju u 6 olimpijskih disciplina (3 skul i 3 rimen discipline). U veslačkom čamcu se nalaze i specijalne patike učvršćene na odupirač. Sa bočne strane čamca smešteni su podesivi izbočnici na kojima su ugrađene spec. pokretne viljuške (ručice) i u kojima je smešteno veslo.

Veslač čamca sedi na pokretnom sedištu sa točkićima koji se kreću po specijalnim šinama. Poznatiji veslači Srbije su: *Nikola Stojić, Goran Jagar, Miloš Tomić, Goran Nedeljković, Luka Đorđević, Igor Lucić, Ivana Filipović, Iva Obradović.* Selektor: *dr Nebojša Ilić, član Svetske takmičarske komisije (FISA).* Veslački trener je *Aleksandar Ivković.*



Srpski četverac sa kormilarom: Veselin Savić, Jovan Jovanović, Igor Lucić, Luka Đorđević (kor. M. Jošić)

Veslačka reprezentacija Srbije, svetski šampion (Amsterdam, 2011)



Šampioni Evrope (Beograd, 2014) Veselin Savić i Dušan Bogićević, dvojac bez kormilara.

VINAVER SIMON (Varšava, 1838-1919), poljski šahista i jedan od najjačih šahista sveta toga vremena, *pobednik je takmičenja Pariz, Berlin, Beč i Nirnberg. Dao je naučni doprinos teoriji šahovskih otvaranja.*

VINKLER HANS GINTER (Vupertal, 1926-2018), nemački reprezentativac u konjičkom sportu (preskoci), *šampion OI (1956, 1960, 1964, 1972), svetski šampion (1954,1955), prvak Evrope iz 1957.*

VIRKOLA BJORN (Alte, 1943), norveški reprezentativac u skijaškim skokovima, svetski šampion (1966).

VIŠA ŠKOLA ZA SPORTSKE TRENERE–BEOGRAD, osnovana 3. septembra 1997. godine u Beogradu, na adresi Beograd, Blagoja Parovića broj 156. Škola je ušla u zvanični sistem obrazovanja u Republici Srbiji. Osnivači Više škole za sportske trenere bili su profesori sa državnih univerziteta: *prof. dr Miladin Radisavljević (dekan FFK u Beogradu), prof. dr Zlatko Ahmetović, prof. dr Ljubiša Lazarević (psiholog), prof. dr Veljko Aleksić, prof. dr Branko M. Dragić i prof. dr Milivoje Karalejić.* Potom Rešenjem Komisije za akreditaciju od 30. aprila 2007. godine, Viša škola za sportske trenere u Beogradu dobila je uverenje o akreditaciji i time prerasla u Visoku školu za sport strukovnih studija kao Visoka sportska i zdravstvena škola u trogodišnjem trajanju. Ova ugledna ustanova iz koje već izlazi i 24. generacija studenata, kvalitetno obrazuje kadrove na studijskim programima: sportske i zdravstvene struke: *medicinska sestra, sportski menadžment, sportski trener, strukovni fizioterapeut, sportski trener-specijalista (fudbal, borilački sportovi, plivanje, rukomet, vaterpolo, rekreacija, atletika, streljaštvo, tenis, stoni tenis).* Adresa je: Toše Markovića 11, Beograd.





Levo: Viša škole za sportske trenere (Beograd, 1997), i desno: Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd (akreditovana 2007).

VLAŠIĆ BLANKA (Split, 1983), hrvatska reprezentativka u atletici (skok uvis).



Svetska je šampionka iz Osake, 2007. godine, sa skokom od 2,05 m, šampionka sveta u Berlinu, 2009, sa skokom 2,04 m, svetska šampionka u dvorani (Valensija, Španija 2008), osvajač 2. mesta (na OI, Peking, 2009), i juniorska prvakinja na dva SP.

VOJVODINA FUDBALSKI KLUB, osnovan 1914. godine u Novom Sadu kao sportski klub Vojvodina. Posle Streljačke družine Novi Sad i veslačkog kluba Danubius (1885), to je jedna od najstarijih sportskih organizacija u Novom Sadu. Najpre je 1914. godine organizovana prva fudbalska ekipa, koja je iste godine zabeležila i svoju prvu javnu utakmicu u obližnjem selu Kovilju sa SK Šajkaš. Posle 1918. dolazi do obnav-

ljanja Sportskog kluba Vojvodina i njegove fudbalske ekipe. Glavni inicijatori su bili studenti sa Praškog univerziteta i omladinci iz Novog Sada. „Vojvodina" kao fudbalski tim u prvim svojim danima je okupila mladiće koji su stanovali u okolini Almaške crkve (Hrama sveta Tri Jerarha), dakle mladiće iz Podbare i Salajke. Nisu imali igrališta, pa su trenirali kod „Četiri krajcare" na kraju sadašnje Šumadijske ulice u Novom Sadu. Mladići-fudbaleri koji su se tada isticali bili su: *Jovan Ljubojević, Milorad Milićev, Svetozar Jocković, Dušan Kovačev, Jovan Jocković, Ozren Stojanović, Sava Ignjačev, Gavanski, Predrag Stojanović Ciga, Živojin Ćeremov i Uroš Čakovac.* U timu „Vojvodina" čuvenu koviljsku utakmicu igrali su uglavnom đaci i studenti, ali je njihovu igru prekinuo rat. Posle Prvog svetskog rata fudbalski klub „Vojvodina" je obnovio rad 1919. Okupljanje u vezi sa dogovorima o radu kluba bili su u Ljubojevićevoj kafani i štrikerskoj radionici Save Šijakova. Savin sin Milenko Šijakov izabran je za prvog sekretara, a Živko Bajazetov za prvog predsednika kluba. Tada je usledio javni apel za prikupljanje pomoći budućem fudbalskom klubu, koja se realizovala i od nepovratnih priloga simpatizera fudbala, i od novca koji je prikupljen gostovanjem američke operske grupe „Luizijana" i čuvenog varijetea „Kazbek". A od prikupljenog novca, zajedno sa mesnim fudbalskim rivalom „Makabijem" pristupilo se izgradnji igrališta kod nekadašnje stare železničke stanice i električne centrale, pa je tako Novi Sad 1924. godine dobio igralište pod nazivom „Karađorđe", a to je sadašnji stadion FK „Vojvodina". Ali, pre nego što je izgrađen novi stadion „Karađorđe", igralište se nalazilo i kod Jodne banje. Već posle 1919, „Vojvodina" je počela da beleži svoje pobede. Međutim, u timu su stasali pored igrača-osnivača i drugi, tako da je „Vojvodina" u prvim posleratnim godinama imala u sastavu sledeće igrače: *Gavanski, Ljubojević, Ćeremov, P. Stojanović, Jovanović, Zeremski, Kovačević, Gavrilović, O. Stojanović, Ignjačev, Čakovac, Pirc, Malenčić, Antonić, Kričkov, Dobrović, Šijakov*... Posle par godina „Vojvodina" dobija još kvalitetnih igrača, među kojima je bio i Abraham Saraz Eugen, koji će prvi od novosadskih fudbalera zaigrati u reprezentaciji Kraljevine Jugoslavije 1922. godine, a protiv reprezentacije Čeholovačke postiže i dva gola. Takođe, za reprezentaciju Jugoslavije branio je *Rodoljub Malenčić*, a koji je bio i glavni golman FK „Vojvodina". Prvi trener, tehnički rukovodilac i organizator FK „Vojvodina" bio je novosadski advokat *dr Kosta Hadži (stariji).* Pod rukovodstvom Koste Hadžija formirana je i liga u tadašnjoj Novosadskoj župi u kojoj su se pored svih novosadskih klubova takmičili i: *šabačka „Mačva", „Sloga" iz Bačke Palanke, „Železničar" iz Inđije i „Građanski" iz Sremske Mitrovice.* U periodu od 1932-1989. godine, FK „Vojvodina" je beležila velike uspehe na domaćem i međunarodnom planu: plasman u finalni deo nacionalnog prvenstva (1932), plasman u društvo najboljih klubova u zemlji (1933), plasman u završne borbe državnog prvenstva (1941), plasman u Prvu saveznu ligu (1948), finalista Jugoslovenskog kupa (1951), vicešampion Jugoslavije i finalista Srednjoevropskog kupa (1957), polufinalista Srednjoevropskog i Jugoslovenskog kupa (1959), vicešampion Jugoslavije i četvrtfinalista Kupa sajamskih gradova (1962), bio šampion Jugoslavije (1966), četvrtfinalista Kupa evropskih šampiona (1967), zatim četvrtfinalista Kupa sajamskih gradova i polufinalista Jugoslovenskog kupa (1968), a bio je i prvak Letnje lige šampiona Jugoslavije (1970), vicešampion Jugo-

slavije (1975), pobednik Srednjoevropskog kupa (1977), pobednik Omladinskog kupa Jugoslavije (1985), pobednik Omladinskog kupa Jugoslavije (1986), omladinski prvak Jugoslavije (1987) i šampion Jugoslavije (1989). A u vreme međunarodnih utakmica iz FK „Vojvodina“ igrali su tad najistaknutiji članovi i višestruki reprezentativci fudbala SFRJ: *Vujadin Boškov, Todor Veselinović Toza, Dobrosav Krstić, Novak Roganović, Ilija Pantelić, Zdravko Rajkov, Silvester Takač,* kao i os-



tali standardni igrači: *Vereš, Vučinić, Svinjarević, Vukelić, Ivoš, Radosav*. Fudbaleri šampionskog tima FK „Vojvodina“ iz 1966. godine, sleva*: Nikolić, Brzić, Pantelić, Aleksić, Vučinić, Radović, čuče – Takač, Savić, Pavlić, Trivić i Pušibrk (na slici).*

“VOJVODINA” KARATE KLUB I KARATE SAVEZ (KSV), formirani u 1970. godini. Nakon administrativnih reformi na teritoriji nekadašnje SFRJ, započetih 1969, kada se i pri svim republičkim SOFK-ama stvaraju republički i pokrajinski karate savezi. Nakon formiranja inicijativnog Odbora za organizovanje Karate Saveza Vojvodine (sa prvim predsednikom *Dragoslavom Mišićem)*, u njega se učlanjuju „Dinamo“ iz Pančeva, „Partizan“ iz Kovina, „Spartak“ iz Subotice, „Agrosavez“ iz Sombora, pa „Gimnazijalac“ („Fruškogorac“) Sremski Karlovci, i karate klub „Vojvodina“ iz Novog Sada. Prvi trener KK „Vojvodina“ bio je *dr Ilija Jorga*, a njegov pomoćnik *Ištvan Šipter* iz Temerina, pa su se pri Karate Savezu Vojvodine priključili i karate klubovi „Bečej“ iz Bečeja, „Elan“ iz Srbobrana. Među prve osnivače KK „Vojvodina“ iz N. Sada, treba spomenuti *predsednika mr Miloša Brdarića*, *Dragana Brdarića*, sekretara *Dragu Salaja*



KK “Vojvodina“, sleva gornji red: Dačić, Vojnović, Pujić, Šipter, Berberski, Subotić, Saravolac, Obradović (1974).



Zdesna: M. Brdarić, Jovanović, Salatić i Dačić

i druge. Jedan deo entuzijasta pri judo klubu „Partizan“, sa *Brankom Kovačevim*, takođe je dao doprinos u ekspanziji i karate sporta. KK „Vojvodina“ započeo je svoje promotivne korake u *OŠ „Kosta Trifković“* i *OŠ „Ivo Lola Ribar“* u Novom Sadu, a u *OŠ „Nikola Tesla“* na Telepu u Novom Sadu, takođe je osnovan KK „Partizan“. Već 1971. godine registrovanih klubova pri KS Vojvodine bilo je oko 20, koji su na osnovu ostvarenih rezultata na pojedinačnim i ekipnim takmičenjima, dobijali finansijska sredstva od mesnih i opštinskih SOFK-i. A od 1975. godine za glavnog trenera u KK „Vojvodina“ iz Novog Sada postavljen je reprezentativac i karate majstor *Dušan Dačić* (vicešampion sveta u borbama, Bremen, 1980), koji 1981. godine preuzima i prvu ekipu KK „Vojvodina“, pa je karate klub u tom periodu postao najuspešnija ekipa u bivšoj SFRJ.

VRAČAREVIĆ LJUBOMIR (Varaždin, 1947 – Beograd, 2013), majstor realnog aikidoa 10. DAN-a *SOKE*. Centar realnog aikidoa osnovao je u Beogradu 1993, instruktor IBSSA, održao 200 seminara širom sveta, a bio je predavač predmeta realnog aikidoa na Visokoj školi za sport u Beogradu. Napisao je 12 knjiga sa tematikom realni aikido. Dobitnik je i većeg broja domaćih i internacionalnih nagrada, povelja, odličja i priznanja.



VUČENJE KONOPCA (franc. lutte à la corde, nem. Tauziehen, engl. tug of war), *takmičenje dve ekipe koje drže isti konopac desno i levo od njegove sredine, i povlačeći ga pokušavaju nadjačati protivničku ekipu, odnosno prisiliti je da prestupi preko obeležene središne linije borilišta. Ovakva vrsta takmičenja, kao deo kultnih običaja, bila je poznata još u davnim vremenima. Kod nordijskih naroda sportska igra vučenja konopca bila je veoma rasprostranjena i bila omiljeni oblik nadmetanja između pojedinaca i ekipa. U Nemačkoj su se takva takmičenja priređivala u okviru riterskih turnira, a u novije vreme neguje se vučenje konopca kao veoma cenjena igra i u Škotskoj, Engleskoj, Švedskoj i Nemačkoj. Od 1900. godine, ova vrsta sporta u obaveznom je sastavu Olimpijskih igara, a od 1909. godine je uvrštena i u program jubilarnih međuolimpijskih igara u Atini. Na Olimpijskim igrama 1900. godine u Parizu, u sportskoj igri vučenja konopca, prvo mesto osvojila je mešovita ekipa Švedske i Danske. Na sledećim Olimpijskim igrama u Sent Luisu, 1904. godine, takmičili su se samo timovi iz SAD. Na jubilarnim međuolimpijskim igrama u Atini, 1906. godine, bila je mnogo veća konkurencija, a prvo mesto osvojila je ekipa iz Nemačke. Na Olimpijadi 1908. godine u Londonu, prvo mesto pripalo je ekipi Engleske. Iz 1920. godine u Anversu, kada je vučenje konopca bilo poslednji put u programu Olimpijskih igara, pobednik je bila ekipa iz Velike Britanije. Sve ekipe koje su učestvovale u nadmetanju vučenja konopca, imale su po 8 takmičara.* Na prostorima jugoslovenskih zemalja, vučenje konopca je bilo uvršteno i u deo programa radničkih sportskih igara. U nekim zemljama je vučenje konopca razvijeno kao samostalna sportska grana, ekipna takmičenja, prema težini takmičara organizuju se u tri kategorije; ekipu sačinjavaju ukupno 6 takmičara ali sa sveukupnim težinskim kategorijama *(pogledati tabelu).*

Težinska kategorija	Takmičari pioniri	Takmičari omladinci	Odrasli takmičari
laka	do 250 kg	do 325 kg	do 375 kg
srednja	-	-	do 450 kg
teška	preko 250 kg	preko 325 kg	preko 450 kg

Dužina konopca je najmanje 23 m, a obim poprečnog preseka od 15 do 19 cm, odnosno prečnika 5-6 cm. Čelni takmičari iz obe ekipe moraju biti međusobno udaljeni 3,5 m. Iza poslednjeg takmičara iz svake ekipe mora ostati najmanje 3,5 metra slobodnog konopca. Članovi jedne ekipe drže konopac tako da je između njih slobodan prostor od 1,25 m. Strogo je zabranjena upotreba konopca sa čvorovima ili bilo kakvim uporištima za ruke. U sredini konopca utkana je obojena traka, a sa obe njezine strane na 1,75 m utkana je po jedna traka druge boje. Površina borilišta je ravna, a gornji sloj je od čvrstog materijala (asfalt, beton, drvo), ali teren ne sme biti klizav. Na sredini borilišta ucrtane su poprečne tri uporedne linije, a razmak između njih je 1,75 m. Na krajevima tih linija je po jedna zastavica i ukupno ih ima 6. Pre početka takmiče-

nja, članovi obe ekipe, na komandu „na mesta“, čučnu uzduž konopca, naizmenično sa njegove leve i desne strane i dlanove polože na konopac, zatim na komandu „pozor“, svi takmičari hvataju konopac i podižu ga do visine koja im najviše odgovara pri zauzimanju početnog položaja, zatim na zvižduk, pu-



Sportska disciplina vučenje konopca, na fotografiji je zvanično finale na II Olimpijskim igrama u Parizu, 1900. godine. Ova sportska igra je aktuelna i danas u XXI veku.

canj ili neki drugačiji ugovoreni znak sudije, takmičari počinju vučenje konopca. Pre sudijskog znaka obojena traka u sredini konopca mora biti tačno iznad središnje linije borilišta. Pobednik je ona ekipa koja potežući nadjača protivničku stranu tima, tako da čelni član protivničke ekipe bilo kojim delom svog tela (na tlu ili u vazduhu) prestupi središnju liniju borilišta, ili tako da središnji deo konopca (označen trakom u boji) pređe liniju koja je od sredine borilišta udaljena 1,75 m. Prema pravilima takmičenja, ovo sportsko nadmetanje može trajati sve dotle dok jedna od ekipa ne postigne prvu, drugu ili treću pobedu.

VUDS TAJGER, golfer SAD (1975), najbolji igrač golfa na planeti u XXI veku. Profesionalni igrač golfa od 1996. godine. Osvajač je mnogih masters turnira, US-open takmičenja, postao je time i jedan od najplaćenijih sportista sveta. Danas živi na Floridi (SAD).



VUJIN ZVONIMIR (u Petrovgradu, 1943 – Zrenjanin, 2019), reprezentativac u boksu i zaslužni sportista SFRJ. Bio je višestruki šampion države u lakoj kategoriji (1965, 1966, 1969, 1972), prvak Balkana (1966, 1967, 1971), prvak Mediterana za 1967. Na OI u poluvelter kategoriji (1968, 1972) osvojio je bronzane medalje. U Beogradu je osvojio Zlatnu rukavicu (1965), osvajač Oskara (1971). Bokserski šampion Zvonko Vujin dobio je više prestižnih nagrada iz oblasti sporta: Majske nagrade, Save-



a organizacija za izičku kulturu Srije, „Jovan Mikić partak“ – Saveza rganizacija za fizku kulturu Vojvdine, Oktobarske agrade Zrenjanin.

VUKOV BORIVOJ (1929-2010), reprezentativac SFRJ u rvanju. Bio je član RK „Pobeda“ (Senta) i JRK „Partizan“ Beograd. Bivši svetski šampion u rvanju (1963), na PS osvojio je bronzane medalje (1950, 1953, 1955, 1958). Učesnik OI i šampion SFRJ 14 puta. *Majska nagrada.*

W

WABBA (engl. World Amateur Bodybuilding Association), Svetska amaterska osocijacija za atletsku gimnastiku, a osnovana u Parizu 1976. godine na inicijativu Mistera Olimpije *Serža Nubreta.*

WADO-RYU, stara karate škola “put prijateljstva” kojoj je osnivač Hironori Otsuka, majstor purpurno-crvenog pojasa, akademik karatea 10. DAN-a. Škola je osnovana 1930. godine, karakteristična po tehnikama koje sadrži i judo sport (poluge, bacanja, padovi itd). *Wado-ryu škola je među prvima uvela slobodni sparing u metodama rada. Škola je popularna među studentima Japana.*

WAKI GATAME (jap. poluga sa strane), termin judoa. Izvodi se u stojećem stavu i u borbi na tlu. *Takmičar uhvati i ispruži protivnikovu ruku, a zatim se izmakne u stranu i dok ga jednom rukom drži, uz pomoć trupa drugom rukom savija mu lakat.*



WAKIZASHI, oružje kendoa, kratak i oko 40 cm dug japanski mač sa 30 cm dugom ručkom, pomoćno oružje samuraja, koje su kao drugi mač držali obič-





no u levoj ruci. Wakizashi je uz katanu bilo važno oružje japanskih mačevalaca.

WAU, malajska, indonežanska i tajlandska borba papirnatim zmajevima. *Sportska borba se odvija između dve ekipe. Jedna ekipa upravlja nekoliko metara velikim „muškim" zmajem, a druga ekipa manjim „ženskim". Cilj borbe je oboriti protivničkog zmaja, koji može odleteti i na veće daljine.*





WAZA-ARI, pola poena koji se osvaja na svim takmičenjima u karate sportu. *Waza-ari se dodeljuje za tehnike koje su skoro dovoljne za ippon. Sudije moraju prvo uočavati tehnike ippon, a tek u slučaju nedovoljnosti dodeljuju waza-ari. Iako dva waza-arija odgovaraju jednom ipponu, sa tehničke strane waza-ari vredi 90% od ippona.*



WBA (engl. World Boxing Association), Svetska bokserska asocijacija, osnovana 1920. godine sa sedištem u Njujorku, a pod nazivom NBA je od 1962. godine.

WIET-VO-DAO, stara borilačka veština kojoj su koreni iz Vijetnama. Veština je slična karateu i prepuna je letećih udaraca (tobi-mae-geri, tobi-mawashi-geri, tobi-mawashi-ushiro-geri), a značajne su i druge vrste tehnika.

WINGSUIT (engl. wing – krilo, suit – odelo (krilato odelo). Ekstremna je vrsta sporta čija ekspanzija je počela 1990. godine. *Sportista-letač navlači na sebe specijalno odelo (kombinezon) koji se naziva wingsuit, a time se povećava površina ljudskog tela za opstanak u vazduhu, čemu doprinose površine između nogu i ispod pazuha. U ovom ekstremnom sportu strmoglavog, ali kontrolisanog pada,*





letač skače sa litice, iz helikoptera ili aviona. Prilikom skoka, polu-kruta tekstilna proširenja (slična krilima) između rukava i nogavica uz „repno krilo", omogućuje let do 30 sekundi, a prizemljuje se malim padobranom.

WKC (World Karate Confederation), osnovana 4. maja 1996. u Frankfurtu.

WKF (World Karate Federation), Svetska Karate Federacija, osnovana je 1990. godine od bivših članica WUKO, centar u Madridu, *predsednik Antonio Espinoza.*

WTA-LISTA (engl. Women's of Tennis Association), *skup svih poena koje ostvare teniserke u poslednje 52 nedelje sa 18 turnira: četiri grend slema, devet turnira Masters serije i najboljih pet rezultata sa ostalih međunarodnih turnira – na šljaci, travi, tepihu i betonu.*

WUKF, World Union of Karate-Do Federation, *ili Unija svetskog karatea, osnovana 2014. godine u Lozani. Nakon 35 godina, skoro sve karate organizacije ujedinile su se u WUKF, predsednik je sensei mr Ričard Jorgensen (na sl.)*



Mr Ričard Jorgensen (WUKF)

WUKO, World Union of Karatedo Organisations (Svetska Unija Karate Organizacija). *Osnovana u Tokiju 14. 10. 1970. Ovaj nekadašnji Svetski karate savez okupljao je u svom članstvu preko 70 zemalja svih kontinenata i organizovao svake druge godine svetska prvenstva. U članstvu WUKO bila je i nekadašnja Jugoslavija do 1975. godine.*

Znak logo-amblem WUKO Karate organizacija koja se transformisala u WKF 1990.

WU-SHU, grupni naziv za kineske borilačke veštine s oružjem i bez oružja u koje se svrstavaju: *boks, rvanje, veština baratanja oružjem, kompleksi stilizovanih vežbi oblikovanja.* U kineskom boksu postoji nei-shia („unutrašnji“ ili „meki“ stil) i te-wai-chia („spoljašnji“ ili „tvrdi“ stil). U prvoj grupi razlikuju se razni stilovi: hsing-i, pa-kua, tai-chi-chuan i dr., a u drugoj grupi su severni i južni shaolin,






a oni se svaki za sebe dele u niz varijanti. Kinesko rvanje deli se i na *mongolsko rvanje, kinesko narodno rvanje, i na veštinu rvanja chi-na* iz koje se razvio i japanski sport – judo. U veštini rukovanja oružjem koriste se razne vrste sablji, mačeva, noževa, kopalja, helebardi, kao i štapova različitih veličina. U novije vreme u Kini sve se više primenjuju stilizovane vežbe koje nemaju dominantan takmičarski karakter. *Početkom 1953. godine održano je i nacionalno prvenstvo Kine sa izvođenjem vežbi koje su ocenjivale sudije.*

Y

YABASUME, stara japanska sportska veština, kombinovana od streličartsva i jahanja u kojoj konjanik jaše stazom, ne usporavajući konja i ne gledajući metu u koju sa strane pogađa strelom (slike).




YAMAGUCHI GOGEN (u Kagoshimi 1909-1989), veliki majstor karatea iz Goju-ryu stila, akademik karatea “purpurno-crveni“ 10. DAN, bio je jedan od najpoznatijih legendarnih instruktora karatea stare generacije. U mladosti je bio pitomac samuraja Satsume, a u zrelom dobu završio je i pravne nauke, zatim je u Drugom svetskom ratu bio u zarobljeništvu dve godine u Sibiru. Dao je veliki doprinos karateu, stilu *Goju-ryu.*

YAMAIZUMI – ITO KAZUKO, rođena 1936. godine, japanska stonotenisерka, na PS osvojila 5 zlatnih medalja.

YAMASHITA HARUHIRO (1938), japanski reprezentativac u sportskoj gimnastici i jedan od najpoznatijih gimnastičara sveta. Na Olimpijskim igrama 1964. godine osvajač zlatne medalje u preskoku konja i u višeboju, ekipno. Na PS 1962. godine bio je prvi u višeboju, ekipno, a 1966, ponovo je osvojio zlatnu medalju iz discipline višeboja, ekipno i u preskoku konja. Godine 1961. prvi u svetu je izveo preskok preko konja na specifičan način, pa je taj čuveni skok nazvan njegovim imenom „yamashita-preskok“. Zanimljivo je, da, iako mu je prezime bilo slavno u svetu, on je uzeo prezime svoje supruge *Matsuda.*

YAMASHITA YASUHIRO (Kumamoto, 1957), japanski reprezentativac u judou i jedan od najboljih judista sveta, majstor je visokog judo zvanja 9. DAN, olimpijski i višestruki svetski šampion u judou. Na OI (Los Anđeles-1984) osvo-







jio zlatnu medalju, bio svetski šampion *(Pariz 1979, Mastrikt 1981, Moskva 1983).* U svojoj sportskoj karijeri u judo borbama pobedio je uzastopce na 203 različita takmičenja. Sa visinom 1,80 m i telesnom težinom od 128 kg, Yamashita je pobeđivao sve svoje protivnike, sa specijalkama *osoto-gari, ouchi-gari, yoko-gatame.*

YAME, zaustavi sportsku borbu, stanite, stop! Sudija (karatea, judoa, tekvondoa) zaustavlja takmičare, tražeći od





Slika 1 (u toku borbe), slika 2 (prekid borbe, yame) desno

njih da se vrate na svoja polazna mesta. To je prekid ili kraj borbe. Sudija oštro spušta ruku, dok merilac vremena zaustavlja zvanični časovnik (slike 1 i 2).

YARI-JUTSU, drevna japanska ratnička veština rukovanja jap. kopljem (yar). Koplje je namenjeno samo borbi, ali ne i bacanju. Sličnost sa bo-jutsom.

YAWARA, kao arhaični naziv za *ju-jutsu.*

YEUNG BOLO (Guang-Yo, 1938, Kina). Pravo ime mu je *Yang Tse*, bio je šampion Kine u karateu i šampion Hong Konga u bodibildingu, majstor kara-





tea 8. DAN-a. Popularnost stiče 1973. godine glumeći u filmu „U zmajevom gnezdu“ sa proslavljenim Brusom Lijem, a kao glumac nastupao je i u filmovima sa *Žan Klod Van Damom i Čakom Norisom.*

YKU, Jugoslovenska Karate Unija. Novija i mlađa karate organizacija, bila je član WKC (World Karate Confederation), zajedno sa Wado-kai i Seishin-kai. JKU je osnovana 1998. godine. Na čelu ove unije bili su vrhunski majstori karatea: predsednik *mr Marko Nicović,* i predsednik tehničke komisije i selektor *Dušan J. Dačić.* A u 2004. godini YKU je dobila novo ime SKU (Srpska Karate Unija), *Beograd, Vidikovački venac 104-b.*

YONIN, elitni sloj majstora borilačke veštine “nin-ja”(nindža), videti slike.




Japanski ratnik yonin, nin-ja (nindža) i oružje kusarigama

YOSHINKAI, japanski institut za proučavanje aikidoa, osnovao ga je Gozo Shioda – oslobodivši ga mističnosti.

Z

ZAHARIJAS GEORG (1884-1953), nemački reprezentativac u plivanju, bio je prvi svetski rekorder u istoriji plivanja 1904. godine (prsno) i olimpijski pobednik (OI, Sent Luis, 1904), prsni stil.

ZAJCEV GANADIJEVIČ ALEKSANDAR (Lenjingrad, 1952), zajedno sa Irinom Rodnjinom u klizanju sportskih parova bio višestruki olimpijski, svetski i evropski šampion (1973-1977).

ZAMPORI GIORGIO (1887-1965), italijanski reprezentativac u sportskoj gimnastici, višestruki je olimpijski pobednik (ukupno osvojene 4 zlatne medalje) u sportskoj disciplini višeboj.

ZARUBICA ILONA (1963, Ruski Krstur, Srbija), jedna od najboljih jugoslovenskih, srpskih i svetskih bodibilderki. Najveći uspesi: *šampionka je SFRJ 1986, šampionka EP (Porto San Džordžo, 1992, Dver, Rusija, 2006), 6 titula svetske prvakinje (IFBB): Mis univerzum (u Montekatiniju, 1992), PS (u Moskvi, 2006), PS (u Kateriniju, Grčka, 2008), PS (Košice, Slovačka, 2009), PS (Solun, 2013), PS (Taranto, 2018). Osvajač je i 1. m Gran pri (Zlatibor, 2006), a šampionka je i Bihać-opena iz 2006. godine. Poseduje licencu profi-bodibilderke od 2007. Bila je savezni a danas internacionalni sudija u bodibilding sportu. Aktivna takmičarka i u 60. godini.*



ZATOPEK EMIL (Koptivice, 1922-2000), čehoslovački atletski reprezentativac i višestruki olimpijski pobednik, svetski i evropski šampion. Na OI 1948. godine prvi na 10 000 m, na OI 1952. prvi na 5000 m, na 10 000 m, i u maratonu, višestruki šampion na EP, proglašen je najboljim *sportistom sveta* za 1949, 1951, 1952. godinu.

ZAVOD ZA FIZIČKU KULTURU, ustanova koja se bavi proučavanjem uticaja telesnog vežbanja na zdravlje, fizički razvoj, fizičke sposobnosti i odgoj čoveka. Ova organizacija je: *razvojno-istraživačka, stručno-analitička, instruktorska,* a bavi se i *informativno-dokumentarnim poslovima.* Srbija ima *republički* i *pokrajinski z.*

ZDARSKI MATIJAS (1856-1949), austrijski skijaški pedagog, *prvi konstruktor skija i vezova. Izumeo je skije dužine 3 metra koje su bile namenjene za skijaško trčanje, a izumitelj je i preko 200 različitih skijaških vezova. Prvi je u svetu proučavao odnos tela u pretklonu, odnosu tela na krivinama, upotreba skijaških štapova, utvrdio prednosti prenošenja tela s jedne noge na drugu u oštrim skijaškim krivinama u skijaškim slalomima.*

ZELER KONSTANTINESKU (Ela, Rumunija, 1933), svetska je prvakinja u stonom tenisu, na PS osvojila 17 medalja (8 zlatnih, 3 srebrne i 6 bronzanih).

ZEN-TERMINOLOGIJA, Zen potiče iz "Mahayana", čija je osnova vrlo strog "Hina-jama budizam". Ti različiti stilovi su se i pojavili u zavisnosti od oblasti gde su se vežbali. Jedan od tih stilova je bio indijski i zvao se "dana", čiji naziv je bio "chan" u Kini, i stekao profil kao i "zen" u Japanu. Međutim, "zen" se ne sme shvatati kao religija, već kao put (način) na kome vodi svoj život, učestvujući aktivno i tragajući za pravim ciljem. "Zen" vežbe i razni oblici su: "zazen", "tachi-zen", "ugokizen". Samurajski ratnički staleži, zasnovali su svoj "put ratnika", bushido na strogoj filozofiji "zen-a". Tako "zen" kao i "zazen" stiču popularnost sve više i više u svetu borilačkih veština. Terminologija je voma raznovrsna kao što je: *sedeći zen* – zazen, *stojeći zen* – tachizen, *zen u pokretu* – ikokizen, *zenovsko pitanje i odgovor između učenika i učitelja* – mondo, *bez misli, bez razmišljanja.* A postoji i vežba koja spada u tradicionalne karate vežbe

"ken-zen-ici" ili "zen" u obliku kretanja, a poznatiji je kao "ugoki-zen". Tajna "zena" je "sedeti", to je stanje krajnje koncentracije, bez cilja, bez težnje. Ovo sedeće stanje bez cilja se zove "zazen", "za" znači sedište, sedeti, a reč "zen" označava meditaciju ili koncentraciju. Puno se mora i vežbati na tome, jer je njegova suština u vežbanju i iskustvu: *"A ako budeš morao da misliš na sve stvari što ih moraš učiniti, onda je efikasno izvršenje nemoguće. Zbog toga je potrebno da budeš "mushin" da bi mogao da reaguješ bez razmišljanja. Ovo i jeste razlog zašto je "zazen" vežba tako efikasna u umetnosti ratovanja, jer ako oduzimaš suviše vremena za razmišljanje – tvoj protivnik će biti brži od tebe..."*

ZIMONJIĆ NENAD (Beograd, 1976), uspešan jugoslovenski i srpski teniser i jedan je od najtrofejnijih dubl igrača u



svetu, osvajač Vimbldona u Londonu, 2008, 2009, 2014. dubl, miks. Rolan garos u Parizu iz 2010. (u dublu, miks d), 1. m Dejvis kup (Beograd u 2010. Ukupno je osvojio 49 titula u muškom i mešovitom dublu, od toga 7 grend slem titula.

ZIMSKE OLIMPIJSKE IGRE, prve Igre su održane u XX veku (25. januara do 5. februara 1924) u mestu Šamoni, pod Mon Blanom, *2. (Sent Moric, 1928), 3. (Lejk Plesid, 1932), 4. (Garmišpartenkirhen, 1936), 5. (Sent Moric, 1948), 6. (Oslo, 1952), 7. (Kortina Dompeko, 1956), 8. (Skvo Veli, 1960), 9. (Instbruk, 1964), 10.(Grenobl, 1968), 11. (Saporo, 1972), 12. (Insbruk, 1976), 13. (Plesin, 1980), 14. (Sarajevo, 1984), 15. (Kalgari, 1988), 16. (Albertvil, 1992), 17. (Lilerhamer, 1994), 18. (Nagano, 1998), 19. (Solk Lejk Siti, 2002), 20. (Torino, 2006), 21. (Vankuver, 2010). 22. (Soči, 2014), 23. (Pjongčang, Južna Koreja, 2018).* Na programu ZOI bilo je ukupno 7 zimskih sportova: *skijanje, klizanje, hokej, biatlon, bob, sankanje i karling.*

ZLATNA MEDALJA, najveća nagrada za osvojeno prvo mesto na OI, PS, PE i na ostalim međunarodnim i nacionalnim takmičenjima. Izrađena je u obliku kovanog novca sa trakom za vešanje oko vrata. Olimpijska zlatna medalja je prečnika najmanje 6 cm i debljine 3 mm sa 6 grama čistog zlata na srebrnoj podlozi. *Osvaja se pojedinačno i ekipno.*

Ž

ŽABOTINSKIJ LEONID IVANOVIČ (Uspenka, 1938 – Zaporožje, 2016), bivši sovjetski reprezentativac u dizanju tegova, osvojio zlatne medalje na Olim-





pijskim igrama (1964, 1968) u triatlonu (572,5 kg), svetski prvak iz 1965, 1966, višestruki prvak Evrope u triatlonu.

ŽAK-DALKROZ EMIL (1865-1950), švajcarski muzički pedagog i kompozitor, osnivač specijalnog sistema muzičkog vežbanja pod nazivom *euritmika* u kome se muzika, odnosno i ritam, proučava pomoću telesnih pokreta. Njegove škole su osnivane širom sveta, kao i u bivšoj SFRJ, a napisao je i više knjiga iz područja euritmike (harmoničnosti).

ŽENSKA OLIMPIJADA, ili sportsko takmičenje žena, koje je održano prvi put 24. marta 1921. godine u Monte Karlu. Na programu su bila samo atletska takmičenja, a učestvovale su takmičarke iz Francuske, Švajcarske i Velike Britanije. Na II ženskoj olimpijadi koja je održana 23-24. aprila 1922. godine, uz atletska takmičenja prikazana je i hazena (češki rukomet), tako da se na toj olimpijadi pridružila i država Čehoslovačka. Poslednja ženska olimpijada iz atletike i hazene, održana je 5-6. IV 1923. godine, i tada je učestvovala i Belgija.

ŽENSKI ČETVEROBOJ, brzinsko klizanje, višebojsko takmičenje na PS ili PE, koje traje dva dana. Discipline su 500 i 1500 metara kao i 1000 i 3000 m.

ŽIČARA, žičana železnica u planinskim krajevima, uređaj (čelično uže po kome se kreće obešen teret). U smučarskim i zimskim centrima žičare postoje radi prevoza turista i takmičara do teško pri-





stupačnih smučarskih terena. Žičare su konstruisane tako da po nepomičnom čeličnom užetu klize viseće korpe na pokretnim točkovima, dok su smučarske uspinjače konstruisane sa sedištima i nazivaju se "ski-liftovi".

ŽIRI (franc. i engl. jury), ocenjivački odbor (sud) sastavljen od stručnjaka za davanje ocene pri konkursima, izložbama, ali i u sportskim takmičenjima nacionalnog, evropskog, svetskog i olimpijskog ranga. *Npr. žiri u umetničkom klizanju za pojedinačna takmičenja ili takmičenja parova, zatim u pojedinim sportovima (turnirsko vođstvo u konjičkom sportu), nadziranje pravila itd.*

ŽIVITSKI ĐULA (1937), mađarski atletski reprezentativac, svetski prvak u bacanju kladiva, 1. na OI 1968. godine (73,36 m), vicešampion OI 1960, 1964. godine i šampion Evrope.

ŽIVI ZID, terminološka odrednica iz sportskih oblasti nogomet i rukomet, tj. naziv za igrače jednog tima postavljene u odbrani i poređani u vrstu između lopte i gola kod izvođenja slobodnog udarca odnosno bacanja. *Živi zid se uvek postavlja kako bi se zaštitio vlastiti golmanski prostor kada ekipa u napadu izvodi slobodan udarac ili bacanja sa razdaljine sa koje se može neposredno ugroziti gol. Kod postavljanja živog zida, igrači u vrsti moraju biti udaljeni od lopte kako to zahtevaju pravila i propisi igre, što iznosi u nogometu 9,15 m, a u rukometu ta razdaljina iznosi 3 metra.*

ŽIVOJINOVIĆ SLOBODAN (Beograd, 1963), bivši reprezentativac SFRJ u tenisu, ponikao u TK „Crvena zvezda" iz Beograda. Na PE osvojio je 1. mesto (pojedinačna konkurencija), kao i u igri parova (dubl) sa Renatom Šašak, 1981.



ŽONGLIRANJE, vrsta nogometnog tehničkog elementa, ili veština višestrukog i uzastopnog odbijanja ili zadržavanja lopte u ravnotežnom položaju. Žongliranje se izvodi sledećim delovima tela: ristom stopala, bedrom, glavom, grudima, kao i drugim ekstremitetima. Pored žongliranja loptom, postoji i akrobatsko žongliranje sa raznim rekvizitima.





Sleva: svetski šampion u žongliranju loptom, Kubanac Erik Hernandez, neprekidno je udarao loptu 40.000 puta za 6 sati, a da ona nije pala na tlo. Slika desno akrobatski žongler.

ŽUTA MAJICA, terminološki pojam iz biciklizma kao grane sporta. Odnosi se na dres žute boje koji nosi vodeći biciklista u ukupnom poretku na etapnim biciklističkim trkama. *Žuta majica* se dodeljuje neposredno pred start sledeće etapne biciklističke trke.

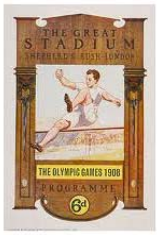
ŽUTI KARTON, sudijski znak za izricanje javne opomene igračima, trenerima ili drugim službenim osobama, koje se nalaze u pratnji tima u: rukometu. nogometu, odbojci, vaterpolu itd. *Podizanjem uvis žutog kartona ispred takmičara ili finkcionera, sudija time dodeljuje javnu opomenu prekršiocu pravila igre. Zavisno od propozicija takmičenja i pravilima odgovarajuće vrste sportske igre, višestruko dodeljivanje javne opomene istoj osobi ima za posledicu određene kaznene mere (zabrana nastupa na jednoj ili više utakmica, isključenje iz igre itd.).*

POSTERI MODERNIH LETNJIH OLIMPIJSKIH IGARA (1896-2024)











VI OLIMPIJSKE IGRE NISU ODRŽANE (ZBOG RATA)







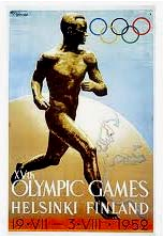




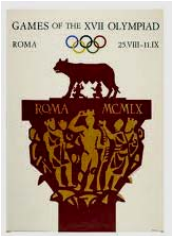
XII OLIMPIJSKE IGRE NISU ODRŽANE (ZBOG RATA)

XIII OLIMPIJSKE IGRE NISU ODRŽANE (ZBOG RATA)

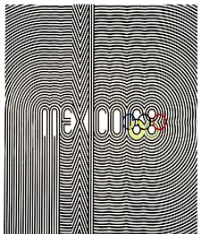








































Sleva nadesno: I OI (Atina, 1896), II OI (Pariz, 1900), III OI (Sent Luis, 1904), IV OI (London, 1908), V OI (Stokholm, 1912), VI OI nisu održane, VII OI (Antverpen, 1920), VIII OI (Pariz, 1924), IX OI (Amsterdam, 1928), X OI (Los Anđeles, 1932), XI OI (Berlin, 1936), XII OI nisu održane, XIII OI nisu održane, XIV OI (London, 1948), XV OI (Helsinki, 1952), XVI OI (Melburn-Stokholm, 1956), XVII OI (Rim, 1960), XVIII OI (Tokio, 1964), XIX OI (Meksiko, 1968), XX OI (Minhen, 1972), XXI OI (Montreal, 1976), XXII OI (Moskva, 1980), XXIII OI (Los Anđeles, 1984), XXIV OI (Seul, 1988), XXV OI (Barselona, 1992), XXVI OI (Atlanta, 1996), XXVII OI (Sidnej, 2000), XXVIII OI (Atina, 2004), XXIX OI (Peking, 2008), XXX OI (London, 2012), XXXI OI (Rio de Žaneiro, 2016), a XXXII OI održane su u Tokiju, 2021. Napomena: XXXII OI zbog pandemije „Kovid-19" – održane su od 23. jula 2021 do 8. avgusta 2021. A XXXIII OI održaće se u Parizu 2024.

ORGANIZACIJA MODERNIH OLIMPIJSKIH IGARA (1896-2024)

Redosled	Gradovi održavanja OI	Godine održavanja OI	Datumi održavanja OI	Zemlje učesnice OI	Broj disciplina i sportova	Ukupan broj sportista
I	Atina	1896.	6. 4. - 15. 4.	14	43	245
II	Pariz	1900.	14. 5. - 28. 10	19	86	1.078
III	Sent Luis	1904.	1. 7. - 23. 11.	13	89	689
IV	London	1908.	27. 4. - 31. 10	22	107	2.035
V	Stokholm	1912.	5. 5. - 27. 7.	28	102	2.437
VI	**Bez OI**	**-**	**Nisu održane zbog I svetskog rata**	**-**	**-**	**-**
VII	Antverpen	1920.	20. 4. - 12. 9.	29	152	2.607
VIII	Pariz	1924.	4. 5. - 27. 7.	44	126	2.972
IX	Amsterdam	1928.	17. 5. - 12. 8.	46	109	2.884
X	Los Anđeles	1932.	30. 7. - 14. 8.	37	117	1.333
XI	Berlin	1936.	1. 8. - 16. 8	49	129	3.936
XII	**Bez OI**	**-**	**Nisu održane zbog II svetskog rata**	**-**	**-**	**-**
XIII	**Bez OI**	**-**	**Nisu održane zbog II svetskog rata**	**-**	**-**	**-**
XIV	London	1948.	29. 7. - 14. 8.	59	136	4.092
XV	Helsinki	1952.	19. 7. - 3. 8.	69	149	5.429
XVI	Melburn, Stokholm	1956.	22. 11. - 8. 12. 10. 6. - 17. 6.	67 29	14 56	3.178 159
XVII	Rim	1960.	25. 8. - 11. 9.	83	150	5.313
XVIII	Tokio	1964.	10. 10. - 24. 10.	93	163	5.133
XIX	Meksiko	1968.	12. 10. - 27. 10.	112	172	5.498
XX	Minhen	1972.	26. 8. - 11. 9.	121	195	7.121
XXI	Montreal	1976.	17. 7. - 1. 8.	92	198	6.043
XXII	Moskva	1980.	19. 7. - 3. 8.	80	203	5.283
XXIII	Los Anđeles	1984.	28. 7. - 12. 8.	140	221	6.802
XXIV	Seul	1988.	17. 9. - 2. 10.	159	237	8.473
XXV	Barselona	1992.	25. 7. - 9. 8.	169	257	9.368
XXVI	Atlanta	1996.	19. 7. - 4. 8.	197	271	10.332
XXVII	Sidnej	2000.	15. 9. - 1. 10.	199	300	10.651
XXVIII	Atina	2004.	13. 8. - 29. 8.	202	301	10.500
XXIX	Peking	2008.	8. 8. - 24. 8.	204	301	10.500
XXX	London	2012.	27. 7. - 12. 8.	204	302	10.500
XXXI	Rio (Brazil)	2016.	5. 8. - 21. 8.	206	306	11.239
XXXII	Tokio	2020.	23. 7. - 8. 8.	206	339 (41)	11.091

Napomena: XXXII letnje OI, trebalo je da se održe 2020. godine u Tokiju, ali zbog pandemije Kovida 19 – održane su 2021. godine, bez prisustva publike na tribinama. Letnje XXXIII Olimpijske igre održaće se u Parizu od 26. jula do 11. avgusta 2024. godine, a takmičenja će se održati u Lilu, Marselju, Parizu i u Francuskoj Polineziji.

XXX LETNJE OLIMPIJSKE IGRE
(LONDON, 2012)









Srpski sportisti u defileu: Na čelu reprezentativaca teniser Novak Đoković, sa zastavom Republike Srbije
(Ceremonijal otvaranja OI, London, 27. juli 2012. godine)

OLIMPIJSKE IGRE (LONDON, 27. 07. – 12. 08. 2012)
POZICIJA DRŽAVA UČESNICA, SA OSVOJENIM MEDALJAMA

Poz.	Država				Ukupno
1.	Sjedinjene Američke Države	46	29	29	104
2.	Kina	38	27	23	88
3.	Ujedinjeno Kraljevstvo*	29	17	19	65
4.	Rusija	24	26	32	82
5.	Južna Koreja	13	8	7	28
6.	Nemačka	11	19	14	44
7.	Francuska	11	11	12	34
8.	Italija	8	9	11	28
9.	Mađarska	8	4	5	17
10.	Australija	7	16	12	35
11.	Japan	7	14	17	38
12.	Kazahstan	7	1	5	13
13.	Holandija	6	6	8	20
14.	Ukrajina	6	5	9	20
15.	Novi Zeland	6	2	5	13
16.	Kuba	5	3	6	14
17.	Iran	4	5	3	12
18.	Jamajka	4	4	4	12
19.	Češka	4	3	3	10
20.	Severna Koreja	4	0	2	6
21.	Španija	3	10	4	17
22.	Brazil	3	5	9	17
23.	Južnoafrička Republika	3	2	1	6
24.	Etiopija	3	1	3	7
25.	Hrvatska	3	1	2	6
26.	Belorusija	2	5	5	12
27.	Rumunija	2	5	2	9

OLIMPIJSKE IGRE (LONDON, 27. 07. – 12. 08. 2012)
POZICIJA DRŽAVA UČESNICA, SA OSVOJENIM MEDALJAMA

Poz.	Država				Ukupno
28.	Kenija	2	4	5	11
29.	Danska	2	4	3	9
30.	Azerbejdžan	2	2	6	10
	Poljska	2	2	6	10
32.	Turska	2	2	1	5
33.	Švajcarska	2	2	0	4
34.	Litvanija	2	1	2	5
35.	Norveška	2	1	1	4
36.	Kanada	1	5	12	18
37.	Švedska	1	4	3	8
38.	Kolumbija	1	3	4	8
39.	Gruzija	1	3	3	7
	Meksiko	1	3	3	7
41.	Irska	1	1	3	5
42.	Argentina	1	1	2	4
	Srbija	1	1	2	4
	Slovenija	1	1	2	4
45.	Tunis	1	1	1	3
46.	Dominikanska Republika	1	1	0	2
47.	Trinidad i Tobago	1	0	3	4
	Uzbekistan	1	0	3	4
49.	Letonija	1	0	1	2
50.	Alžir	1	0	0	1
	Bahami	1	0	0	1
	Grenada	1	0	0	1
	Uganda	1	0	0	1
	Venecuela	1	0	0	1

OLIMPIJSKE IGRE (LONDON, 27. 07. – 12. 08. 2012)
POZICIJA DRŽAVA UČESNICA, SA OSVOJENIM MEDALJAMA

Poz.	Država				Ukupno
55.	Indija	0	2	4	6
56.	Mongolija	0	2	3	5
57.	Tajland	0	2	1	3
58.	Egipat	0	2	0	2
59.	Slovačka	0	1	3	4
60.	Jermenija	0	1	2	3
	Belgija	0	1	2	3
	Finska	0	1	2	3
63.	Bugarska	0	1	1	2
	Estonija	0	1	1	2
	Indonezija	0	1	1	2
	Malezija	0	1	1	2
	Portoriko	0	1	1	2
	Kineski Tajpej	0	1	1	2
69.	Bocvana	0	1	0	1
	Kipar	0	1	0	1
	Gabon	0	1	0	1
	Gvatemala	0	1	0	1
	Crna Gora	0	1	0	1
	Portugalija	0	1	0	1
75.	Grčka	0	0	2	2
	Moldavija	0	0	2	2
	Katar	0	0	2	2
	Singapur	0	0	2	2
79.	Avganistan	0	0	1	1
	Bahrein	0	0	1	1
	Hong Kong	0	0	1	1
	Saudijska Arabija	0	0	1	1
	Kuvajt	0	0	1	1
	Maroko	0	0	1	1
	Tadžikistan	0	0	1	1
Ukupno: 85 NOK (nacional. olimp. komiteta)		**302**	**304**	**354**	**960**

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



VATERPOLO REPREZENTACIJA SRBIJE
Svetski šampion (Rim, 2009, Kazanj, 2015), vicešampion SP (Šangaj, 2011), šampion EP (2001, 2003, 2006, 2012, 2014, 2016), 3. m (OI, London, 2012), prvak Sv. lige (2005, 2006, 2007, 2008, 2010, 2011, 2013, 2015), šampion Svetskog kupa (2006, 2010).



Reprezentativka Srbije u plivanju
Svetska prvakinja (Rim, 2009)
Nađa Higl (1987), student iz Pančeva, svetska je šampionka u plivanju, prsno na 200 metara, sa najboljim rezultatom na planeti (2:21,62). Šampionka je Svetskog kupa 2009. godine, 1. mesto Otvoreno prvenstvo Francuske 2010. godine.



Lepomir Bakić
(šampion sveta u bodibildingu)
MISTER UNIVERZUM
Rođen u Peći 1986. godine. Reprezentativac Srbije u bodibildingu, osvajač je 2 titule *Mister Univerzum* (Arnold kup, Italija, 2013)

Amela Terzić
(Priboj, 1993)
Šampionka Evrope, 2011, 2012. god. (trčanje 1500 i 3000 metara na stazi), 1. na PE (Tampere, 2013), 1.na PE (Talin, 2015). Reprezentativka je Srbije u atletici, iz Novog Pazara. Trener Rifat Zilkić.



Amela Terzić



Predrag Kovačević
(Loznica, 1982)
Reprezentativac Srbije u Boksu, svetski šampion (Halbertštat, 2014), verzija (WBU).



Reprezentativac Srbije u plivanju **Čaba Silađi** (Senta, 1990), vicešampion sveta za juniore (Rio de Žaneiro, 2006) 50 m prsno, 2. na PE za 2007. godinu juniori (Antverpen, Belgija), na 100 m prsno, 1. na Balkanijadi (Atina, 2007), višestruki seniorski šampion Srbije na 50, 100, 200 m (prsno), 2. na SP (Monterej,, Meksiko, 2008) prsno, 1. na PE za juniore (Beograd, 2008). Treneri: *Vladimir Ristić* i *Šandor Bana.* Završio je Gimnaziju u Bečeju, diplomirani tehnolog.





Milorad Čavić, jedan od najboljih plivača sveta
NAJUSPEŠNIJI PLIVAČ SRBIJE SVIH VREMENA

Svetski i evropski šampion u plivanju, rođen 1984. godine u Anhajmu (SAD), reprezentativac Republike Srbije u plivanju, osvajač dve zlatne medalje u trkama na 50 i 100 metara delfin stilom, za koje se izborio na Svetskom kupu u Berlinu, 2007. Milorad Čavić je i evropski rekorder na 100 m i 50 m delfin (2007), šampion Evrope (Ajndhoven, 2008). Na OI (Peking, 2008), u trci 100 m leptir stilom (50.59), osvojio je 2. mesto i srebrnu medalju. Šampion Evrope (Rijeka, 2008), svetski je šampion delfin na 50 m (22.67), svetski rekorder na 100 m baterflaj (50.01), i 2. m delfin (49.95), Rim, 2009. Na Svetskom kupu (Moskva, 2011) osvajač je dve bronzane medalje (na 50 i 100 m delfin), šampion Evrope na 100 m delfin stilom (Debrecin, Mađarska, 2012).



Karate reprezentacija Srbije
ŠAMPION SVETA U KARATEU
(SP, Beograd, 2010)
Sleva: Miloš Živković, Slobodan Bitević, Miloš Jovanović, Dejan Umičević, Dimitrije Jerković, Miloš Vuković i Nikola Jovanović. Slobodan Bitević (1. na PE, Istambul, 2015.



Ivana Španović, iz Zrenjanina (1990). Član je AK „Vojvodina“ NS. Svetska šampionka u skoku udalj za juniore (Bidgošć, 2008), 1. mesto na 25. Univerzijadi (Beograd, 2009), 3. mesto na SP (Moskva, 2013), 2. na PE (Cirih, 2014), 1.m i zlato na PE (Prag, 2015).



Najbolji kuglaš planete
Vilmoš Zavarko
Rođen u Bečeju 1988, svetski juniorski prvak, trostruki seniorski šampion sveta. U Recingu u Austriji, 2010. godine svetski prvak sa oborenih 728 čunjeva (klasik), osvajač na SP 20 zlatnih medalja. Zlato na SP (Špajherzdorf, 2015)

Svetski prvak u paraglajdingu **Goran Đurković** (Avijano, 2009)
Svetski univ. prvak u savateu **Goran Bajšanski** (u Narbonu, 2010)
Svetski i evropski šampion (raketno modelarstvo) **Živan Josipović**

Muška teniska reprezentacija Srbije – svetski šampion
šampion Svetskog kupa (Diseldorf, 2009/2012), i Dejvis kupa (Beograd, 2010)





Muška teniska reprezentacija Srbije šampion Svetskog kupa, Diseldorf, 2012. (N. Zimonjić, V. Troicki, J. Tipsarević)

Sleva: N. Zimonjić, J. Tipsarević, V. Troicki, N. Đoković, selektor B. Obradović, veličanstvena pobeda od 3:2, nad teniskom reprezentacijom Francuske, Beograd, 2010. Selektoru B. Obradoviću, pehar je uručio predsednik Svetske teniske federacije, Frančesko Riči Biti.



Bobana Veličković
(Bor, 1990)
šampionka je Evrope u streljaštvu (vazdušni pištolj), PE, (Meraker, 2010) i PE (Vierumaki, Finska 2012. godine).



Velimir Stjepanović
(Dubai, 1993)
Plivački reprezentativac Srbije, šampion Evrope u plivanju delfin 200 m u (Herningu, 2013), šampion (EP, Berlin, 2014) 200 i 400 m slobodno.



Nevena Ignjatović
Srpska reprezentativka, osvajač je zlatne medalje u slalomu (na Zimskoj Univerzijadi (Trentin, 2013)

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



EVROPSKI ŠAMPION
ODBOJKAŠKA MUŠKA SENIORSKA REPREZENTACIJA SRBIJE (BEČ, 2011)

Za reprezentaciju su igrali: Nikola Kovačević, Uroš Kovačević, Vlado Petković, Miloš Terzić, Dragan Stanković, Miloš Nikić, Mihajlo Mitić, Milan Rašić, Ivan Miljković (kapiten), Saša Starović, Marko Podraščanin, Nikola Rosić, **selektor muške seniorske odbojkaške reprezentacije: Igor Kolaković.**







Svetski i evropski šampion u automobilizmu

Miloš Pavlović (Beograd, 1982) Najuspešniji srpski reprezentativac, osvajač titule šampiona sveta, u Svetskom finalu – Lamborgini super sa Italijanom Piskopom (Malezija, na stazi Sepang, 2014. godine).



EVROPSKI ŠAMPION
ODBOJKAŠKA ŽENSKA SENIORSKA REPREZENTACIJA SRBIJE (BEOGRAD, 2011)

Za reprezentaciju Srbije su igrale: Jelena Nikolić, Jovana Brakočević, Sanja Malagurski, Nataša Krsmanović, Brižitka Molnar, Tijana Malešević, Ana Antonijević, Jelena Vesović, Maja Ognjenović, Nada Ninković, Milena Rašić, Suzana Čebić. **Selektor ženske odbojkaške reprezentacije: Zoran Terzić.**







Olimpijska šampionka u tekvondou zlatna medalja (OI, London, 2012)

Milica Mandić (Beograd, 1991), reprezentativka Srbije u tekvondou. Članica je tekvondo kluba „Galeb“, bila 3. na SP (Kjengdžu, 2011), 2. na EP (Mančester, 2012), šampionka EP u kategoriji do 73 kg (Atina, 2013), srebro EI (Baku, 2015).



Svetska i evropska šampionka u kajaku K-1, reprezentativka Srbije **Dalma Benedek Ružičić** PE (Portugalija, 2013), zlato EI (Baku, 2015)





Srpski četverac sa kormilarem, svetski šampion u veslanju (Trakai, Litvanija, 2012): *Aleksandar Filipović, Jovan Jovanović, Luka Đorđević, Igor Lucić i kormilar Mateja Jošić.* Ovo im je uz Amsterdam, 2011. godine, druga svetska titula *(Selektor: Nebojša Ilić, Beograd)*



Nenad Pagonis (1987) reprezentativac Srbije

Šest puta svetski šampion u kik-boksu, višestruki šampion Evrope, 4 puta svetski šampion WAKO (u amaterskoj kategoriji: 2007, 2009, 2011, 2013), svetski profi-šampion 2 puta WKBF (2013. godine, i svetski šampion lou-kik 2014. godine u Novom Sadu (do 88,61 kg).



Emir Bekrić (Beograd, 1991) reprezentativac Srbije

Šampion Evrope u atletici u disciplini 400 m prepone, zlatna medalja (u Tampereu, Finska, 2013), šampion Srbije 110, 400 m prepone, šampion Mediteranskih igara u Turskoj, 2013. Bronzana medalja na SP (Moskva, 2013).



SP Moskva 2014.

kajakaši Srbije



Sleva: svetski šampioni u K2 na 200 m: Marko Novaković i Nebojša Grujić Desno: vicešampionke sveta u K2 na 500 m: Olivera i Nikolina Moldovan



Jelena Stanojević (Leskovac, 1988) višestruka svetska šampionka i prvak EP u fudokan-karateu

Srpska reprezentativka i trener KK Unsu“ iz Leskovca, višestruka šampionka sveta u karateu, prvakinja EP (Napulj, 2015).



Asmir Kolašinac šampion Evrope

Rođen u Skoplju, 1984. godine, a živi u Sjenici. Reprezentativac Srbije u bacanju kugle i osvajač bronzane medalje (Helsinki, 2012), šampion Evrope (Geteborg,2013) bacio kuglu 20.62 m, 2. na PE (Prag, 2015).



Ivana Maksimović Olimpijska vicešampionka, 2012.

Rođena 1990. godine u Beogradu, reprezentativka Srbije u Streljaštvu i višestruka šampionka države, 3. na svetskom kupu u Koreji. Na OI, London, 2012. godine, srebrna medalja (malokalibarska puška 50 m trostav). Šampionka Evrope (Maribor, 2015).



Šampion sveta za 2011, 2013.

reprezentativac Srbije u streljaštvu **ANDRIJA ZLATIĆ (Užice, 1978)**

Dvostruki svetski šampion i osvajač *Kristalnog globusa* (Vroclav, 2011) u disciplini MK pištolj, 1. na Sv. kupu (Čangvon-2011, zlatna medalja na EP (Beograd, 2011), 3. mesto (OI, London, 2012), zlato na Sv. kupu (Fort Bening, 2013).

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



SVETSKI ŠAMPION U FUDBALU ZA 2015. GODINU
Mlada fudbalska reprezentacija Srbije – na SP 1. mesto i zlatna medalja
(Okland, Novi Zeland, stadion: Not Harbor, 2015. godine, Srbija-Brazil 2:1)

Srpski dečaci – najbolji fudbaleri sveta (do 20 godina starosti), kompletan spisak reprezentativaca, koji su doprineli velikom uspehu srpskog sporta: Predrag Rajković (golman), Milan Gajić (sredina), Nemanja Antonov (odbrana), Saša Zdjelar (sredina), Miloš Veljković (odbrana), Srđan Babić (odbrana), Ivan Šaponjić (napad), Nemanja Maksimović (sredina), Staniša Mandić (napad), Mijat Gaćinović (sredina), Andrija Živković (sredina), Filip Manojlović (rezervni golman), Stefan Milošević (odbrana), Vukašin Jovanović (odbrana), Miladin Stevanović (odbrana), Marko Grujić (sredina), Radovan Pankov (odbrana), Filip Janković (sredina), Stefan Ilić (napad), Sergej Milinković-Savić (stredina), Vanja Milinković-Savić (rezervni golman). Fudbaleri koji su igrali u samom finalu utakmice protiv Brazila: **Rajković, Gajić, Veljković, Babić, Antonov, Zdjelar, Maksimović, Živković, Sergej Milinković-Savić (od 82. minuta Jovanović), Mandić (od 76. minuta Gaćinović), Šaponjić (od 95. minuta igrao fudbaler Ilić).**



Selektor mlade fudbalske reprezentacije Srbije: **Veljko Paunović** (rođen u Strumici, SFRJ – 1977). Bivši fudbalski reprezentativac Jugoslavije, započeo fudbalsku karijeru 1983. godine u FK „Partizan“, Beograd, a njegov otac je bio nekadašnji fudbalski reprezentativac Blagoje Paunović. Najveći uspeh selektora Paunovića: zlato na SP, Okland, 2015.

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



ŽENSKA KOŠARKAŠKA REPREZENTACIJA SRBIJE – ŠAMPION EVROPE (BUDIMPEŠTA, 2015)

Košarkaške reprezentativke Srbije, koje su osvojile 1. mesto i zlatnu medalju na Evropskom prvenstvu u finalu protiv reprezentacije Francuske (Budimpešta, 2015): **Tamara Radočaj, Sonja Petrović, Saša Čađo, Sara Krnjić, Nevena Jovanović, Jelena Milovanović, Dajana Butulija, Tijana Ajduković, Kristina Topuzović, Milica Dabović, Ana Dabović, Danijel Pejdž. Selektor: Marina Maljković.**







Sleva: selektor ženske košarkaške reprezetacije Srbije **Marina Maljković** (rođ. 1981). U sredini: reprezentacija Srbije – šampion Evrope za 2015. Na slici, desno: Ana Dabović, najbolja igračica evropskog prvenstva.

VATERPOLO REPREZENTACIJA SRBIJE – ŠAMPION SVETSKE LIGE (BERGAMO, 2015)



Vaterpolo reprezentacija Srbije 9 puta osvojila je Svetsku ligu. Na slici su vaterpolisti osvajači za 2015. godinu u Bergamu: G. Pijetlović, Mandić, Gocić, Ranđelović, Ćuk, D. Pijetlović, Nikić, Aleksić, Jakšić, Filipović, Prlainović, S. Mitrović, D. Mitrović. Desno: selektor **Dejan Savić**.



SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



Svetski i evropski šampion u karateu (borbe) reprezentativac Srbije u karateu
Slobodan Bitević (Alibunar, 1988), član karate kluba "Dinamo" iz Pančeva, svetski karate šampion, titulu osvojio u Beogradu, 2010. godine, šampion Evrope u borbama do 84 kg (Istambul, 2015).





Šampioni svetskog kupa u kajaku (Duizburg, 2015)
Reprezentativci Srbije u kajaku Marko Novaković i Nebojša Grujić, osvajači su Svetskog kupa kajak dvosed na 200 metara (Duizburg, 2015).





Marko Dragosavljević
Svetski šampion u kajaku K1 na 200 metara (Montemor, Portugal, 2015)
Šampion Evrope u kajaku jednosedu (K-1) (Račice u Češkoj, 2015)
Reprezentativac Srbije u kajaku jednosedu Marko Dragosavljević (Novi Sad, 1994), osvajač je 1. mesta i zlatne medalje na Svetskom šampionatu u Portugalu 2015. godine, kao i na šampionatu Evrope u disciplini K-1 na 200 metara, a takmičenje je održano u Češkoj (Račice, 2015). Selektor kajakaške reprezentacije Srbije: **Miroslav Rodić** (bio je trener kajakaškog kluba "Sintelon", koji je promenio ime u kajakaški klub "Tarket" iz Bačke Palanke).



Reprezentacija Srbije – svetski šampion u kuglanju (Špajherzdorf, Nemačka, 2015)
Za reprezentaciju Srbije su se takmičili: Vilmoš Zavarko, Igor Kovačić, Robert Ernješi, Miloš Simijonović, Čongor Baranj, Goran Ostojić, Daniel Tepša, rezerve Radovan Vlajkov, Uroš Jagličić. **Selektor reprezentacije: Miloš Ponjavić**.



Svetski rekorder u akro paraglajdingu za 2015. godinu
Petar Lončar (Beograd, 1986), reprezentativac Srbije u padobranstvu i akro paraglajdingu, osvajač je svetskog rekorda (sa bugarskim reprezentativcem Vesom Ovčarevim) u takmičarskoj disciplini rotacije akro paraglajdingom *126 triple sinhro luping* (Karadokija, Turska, 2015). Petar Lončar je višestruki šampion države sa neprekidnih 9 časova leta paraglajdingom i prvi sportista Srbije koji je leteo bez maske na visini od 6.800 metara.



Kristina Aćimović
(Temerin, 1995)
reprezentativka Srbije u jiu-jitsu
Svetska juniorska šampionka u jiu-jitsu za 2013.
Započela u judo klubu TSK Temerin, kod trenera Nedeljka Đukića, pa nastavila u *Heian-do klubu jiu-jitsu* Temerin, trostruka šampionka Balkana, juniorska svetska šampionka, a titulu je osvojila u Atini 2013. Selektor jiu-jitsu reprezentacije Srbije: **mr Janoš Kopas** iz Novog Sada.

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



Mlada košarkaška reprezentacija Srbije (do 20 godina) Šampion Evrope (Lignano, Italija, 2015)

Znamenja Srbije za zlatnu medalju branili su: Božidar Babović, Ognjen Jaramaz, Rade Zagorac, Đorđe Kaplanović, Marko Tejić, Nikola Rebić, Dejan Davidovac, Marko Gudurić, Dragan Apić, Aleksandar Bursać, Petar Rakićević, Đoko Šalić. U finalnoj utakmici pobedili su reprezentaciju Španije rezultatom 70:64. Selektor mlade košarkaške reprezentacije Srbije: Vladimir Đokić. Ukupan skor mlade košarkaške reprezentacije Srbije 2008-2015. godine: 5 puta su mladi srpski košarkaši bili šampioni Evrope.





STRELJAŠTVO

Šampionka Evrope u streljaštvu
MK puška, trostav 50 m (Maribor, 2015)
Ivana Maksimović (Beograd, 1990), reprezentativka Srbije u streljaštvu. Rezultati: 2. mesto i srebrna medalja na OI (London, 2012), 3. na Svets. kupu u Južnoj Koreji-2013, šampionka Evrope u disciplini malokalibarska puška – trostav na 50 metara (PE, Maribor, 2015).





Zorana Arunović, član reprezentacije Srbije u streljaštvu, rođena u Beogradu 1986. Višestruka državna, evropska i svetska šampionka u streljaštvu. Osvajač je Svetskog kupa (Minhen, 2015), disciplina: vazdušni pištolj. Kao najbolja na svetu – dobitnik je *Kristalnog globusa*, koji joj je dodelila Svetska streljačka organizacija – za vrhunske rezultate.





Ginisov rekorder
dvostruki svetski šampion u zgibovima (2015. godine)
Vinko Trivunović (38), poručnik u novosadskom odredu Žandarmerije, dao je veliki doprinos sportovima Republike Srbije. On je u sali novosadske Žandarmerije zvanično uradio 5.820 zgibova u vremenu od 24 časa. Zgibove je radio u serijama od po tri sata, i time ušao u Ginisovu knjigu za 2015. Vinko Trivunović je rođen u Gajdobri, AP Vojvodina, Republika Srbija.

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU







Teniska reprezentacija Srbije – šampion ATP-kupa, 2020.

Novo svetsko prvenstvo u tenisu, koje je premijerno organizovano u Australiji (Brizbejn, Pert i Sidnej), reprezentacija Srbije osvajač je ovog najvećeg ekipnog trofeja – takmičenja najboljih muških reprezentacija. ATP-kup jeste u rangu Dejvis kupa, koji je reprezentacija Srbije Osvojila 2010. godine. A na ovom novom svetskom prvenstvu u Sidneju, za Srbiju su igrali: Novak Đoković, Viktor Troicki, Nikola Milojević, Dušan Lajović i Nikola Čačić. Selektor: Nenad Zimonjić.

Novak Đoković (Srbija) – najbolji teniser sveta (2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2018, 2019, 2020, 2021), kao veliki pokretač i nadahnuće srpske reprezentacije.

Rođen u Beogradu 1987. godine, reprezentativac Srbije u tenisu i jedan od najboljih tenisera planete svih vremena, igra desnom rukom i smatra se najboljim riternistom na svetu. Od 4. jula 2011. godine nalazi se kao 1. na ATP listi, sa manjim prekidima, a prvi je i u 2021. godini. Ukupno je osvojio 84 titule (6 puta Vimbldon, 2 puta Rolan garos), 20 grend slem titula i 36 mastersa. Proglašen najboljim teniserom sveta i dobitnik je nagrada: Laureus, Karađorđeve zvezde I reda i nagrade Espy, dobitnik trofeja Sportiste godine za 2015. godine, „Zlatni masters“, Odlikovanje Republike Srpske. Na slikama: teniser Novak Đoković, sa jednim o šest trofeja (pehara) Vimbldona.



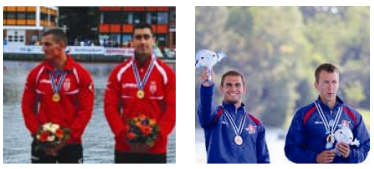
Muška seniorska odbojkaška reprezentacija Srbije vicešampion Svetske lige (Rio de Žaneiro, 2015)

Po 5 put osvojila je 2. mesto i srebrnu medalju (finalni duel je bio sa reprezentacijom Francuske). U sastavu srpske reprezentacije igrali su odbojkaši: Nikola Jovović, Aleksa Brđović, Aleksandar Atanasijević, Saša Starović, Nikola Rosić, Neven Majstorović, Dragan Stanković, Marko Podraščanin, Srećko Lisinac, Aleksandar Okolić, Uroš Kovačević, Marko Ivović, Konstantin Čupković, Milan Katić. Selektor seniorske muške odbojkaške reprezentacije Srbije je jedan od najuspešnijih jugoslovenskih i srpskih odbojkaša: ***Nikola Grbić.***

KAJAKAŠI SRBIJE – MEĐU NAJBOLJIMA NA PLANETI



Kajakašice u svetskom vrhu
Milica Starović i Dalma Benedek Ružičić, tokom 2015. godine osvojili su: zlatnu medalju na Evropskim igrama (Baku, 2015), bronzanu medalju (PE, 2015), srebrnu medalju (SP, Milano, 2015). Takmičarska disciplina u K2.



Kajakaši Srbije – prvaci sveta
Na slici levo: Marko Novaković i Nebojša Grujić, među najboljim kajakašima planete: osvajači zlata na EI (Baku, 2015), zlatna medalja na K2 (SK, Duizburg, 2015) u trci dvoseda na 200 metara. Na desnoj slici: kajakaši reprezentacije Srbije Milenko Zorić i Marko Tomićević, osvajači bronzane medalje u K2 na 1000 metara (SP, Milano, 2015).



Marko Dragosavljević, evropski i svetski šampion K1 na 200 metara (SP, Portugal, 2015). Član kajakaške reprezentacije Srbije.





Sleva: Kristina Bedeč, srebro K1 na 1000 m SP, Milano, 2015. Desno: M. Dragosavljević i L. Karanović, 2. u K2 (PE, Baskov, 2015).

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU

SRBIJA – PRVAK SVETA U VATERPOLU
(Kazanj, Ruska Federacija, 8. avgust 2015)

Srbija je šestostruki šampion Evrope, 8 puta pobednik Svetske lige, dvostruki šampion Svetskog kupa, i svetski šampion (u Rimu – 2009, i u Kazanju – 2015)





SENIORSKA REPREZENTACIJA SRBIJE U VATERPOLU – SVETSKI ŠAMPION (KAZANJ, 2015)
Članovi seniorske vaterpolo reprezentacije Srbije: Gojko Pijetlović i Branislav Mitrović (golmani), igrači: Dušan Mandić, Živko Gocić, Sava Ranđelović, Miloš Ćuk, Duško Pijetlović, Slobodan Nikić, Milan Aleksić, Nikola Jakšić, Filip Filipović, Andrija Prlainović, Stefan Mitrović. Selektor: Dejan Savić.





Srbija – svetski šampion vaterpola, i na slici desno: selektor seniorske reprezentacije Srbije Dejan Savić

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



AUTOMOBILIZAM
Šampion Evrope
Dušan Borković
(rođen u Pančevu, 1984)
Reprezentativac bivše SFRJ i Srbije u automobilizmu, osvajač 12 nacionalnih šampionata. Dvostruki šampion Evrope u brdskom prvenstvu (2012), kao i u kružnim stazama (PE, Pergusa,u Italiji, 2015).









Svetska i evropska šampionka najbolja friklajmberka na svetu
Staša Gejo (18) iz Niša (na veštačke stene)







Svetski šampion (Sao Paolo, 2013) u kik-boksu (do 75 kg) Ljubo Jalovi (Vrbas, 1990)
Završio je STŠ „Mihajlo Pupin" u Kuli, dipl. ekonomista. Osvajač svetske titule K1 do 75 kg (Sao Paolo, Brazil, 2013), vicešampion sveta (Skoplje, 2011). Proglašen trostrukim Najboljim sportistom Vrbasa. Trener: Dušan Kilibarda.



Svetska šampionka u kik-boksu (SP, Beograd, 2015)
Saida Bukvić (Novi Pazar, 1997), juniorska i seniorska je šampionka sveta i Evrope lou-kik.



Svetski šampion u bodibildingu
Stefan Savić iz Zrenjanina, u konkur. juniora (SP, Gdanjsk, 2015)



Svetski šampion u boksu (RFA)
Bojan Veličković iz Novog Sada (1988), velter šampion sveta (u Denveru, 2016).



Šampionka Evrope u judou
Milica Nikolić, rod. 1994. Član je judo kluba „Crvena zvezda" Beograd.Osvajač 1. m (PE Bratislava, 2015) ml.sen.48 kg.



Svetske šampionke u bridžu (SP, Opatija, 2015)
Članice novosadskog bridž kluba **Jovana Zoranović** i **Selena Pepić**, reprezentativke i juniorske šampionke Srbije, osvajačice su 1. mesta na Svetskom prvenstvu u bridžu. Bridž je misaona sportska igra, koja je kao *contract bridge* primljena u OI.



Svetski šampion u benč presu (Čikago, 2015)
Stefan Manasić iz Vranja (1993), evropski je i svetski šampion sa podignutih 215 kg (SP, Čikago, 2015).







Evropski i svetski šampioni u savateu
Slobodan Popov i Ivana Popadić Popov iz Zrenjanina
Na desnoj slici: predsednik Savate saveza Srbije i Vojvodine Miodrag Rakić Mišo, sa trenerom savate reprezentacije S. Popovim.



Paraolimpijska evropska prvenstva
Reprezentacija Srbije ekipni je šampion Evrope u stonom tenisu (Vejle, Danska, 2015), selektor reprezentacije Srbije: Zlatko Kesler.



U konkurenciji sportista sa invaliditetom, šampionka Evrope u stonom tenisu (pojedinačna konkurencija za 2015. godinu) bila je **Borislava Perić Ranković.**



SVETSKA ŠAMPIONKA
U KARATEU (KUMITE)
Snežana Perić Pantić (Zrenjanin, 1978 – Beograd, 2022). Prvakinja sveta u apsolutnoj kategoriji (Madrid, 2002), šampion Evrope (Stavanger, 2006).



Šampionka Evrope u šahu
(Rejkjavik, 2015)
Velemajstor **Jovana Vojinović** (Trstenik, 1992), šampionka države, internacionalni majstor i velemajstor, reprezentativka Sbije u šahu. Selektor: Branko Damljanović.





Košarkaši Knjaževačke gimnazije – vicešampioni sveta u košarci (PS, Istambul, 2009)
Milan Stanković, Vuk Jovanović, Petar Vukojević, Marko Vučetić, Nemanja Krstić, Stevan Lukić, Janko Pejčić, Marko Perić, Nikola Micić, Jovan Stefanovič, Stefan Stojiljković i Dragan Savić – osvajači su srebrne medalje u srednjoškolskom sportu.

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU











Savate reprezentacija Srbije, na čelu sa predsednikom Miodragom Rakićem, uz trenere Slobodana Popova, Ivanu Popadić Popov i Miodraga Odžića. Na desnoj slici Goran Bajšanski (Novi Sad, 1985) dvostruki svetski šampion (SP, Rim, 2014, godine i SP, Varaždin, 2016). Donji red slika, sleva: reprezentativac Stevan Janjatov (22), član zrenjaninskog SK „Banat" svetski šampion (SP, Varaždin, 2016). Savatisti Bajšanski i Janjatov, osvojili su na SP u Varaždinu ukupno dve zlatne, dve srebrne i dve bronzane medalje, Siniša Zeljković i Jovan Stevanović (bronze). Uspeh ženskih savatistkinja: Kristina Džolić i Nada Miladinov (srebro). Na donjoj slici u sredini: savatisti kluba „Ruma", i desno: Jovan Ikić, reprezentativac Srbije u savateu, svetski i evropski juniorski šampion u kombat-savateu (do 85 kg), zlato je osvojio na SP u Haikou, 2016. Treba spomenuti i reprezentativca Nebojšu Božića, svetskog šampiona i najuspešnijeg takmičara reprezentacije Srbije u kombat-stilu. Savate reprezentacija Srbije – uspešno prezentuje godinama ovaj francuski borilački sport, a po broju osvojenih medalja – nalazi se u vrhu svetskih savate reprezentacija.



SRBIJA – SVETSKI ŠAMPION U BASKETU

Ekipa srpskih reprezentativaca u basketu, sa novosadskog Limana: Dušan Domović Bulut, Dejan Majstorović, Marko Ždero i Marko Savić, os-vajači su svetske titule (Gvandžu, Kina, 2016), a time ponovili uspeh iz Atine, 2012. Za najboljeg igrača na svetu u 2016. godini – proglašen je Dušan Domović Bulut (iz AP Vojvodine, Srbije).





Žandarmi reprezentacije Srbije šampioni Evrope u streljaštvu

Žandarmi iz Leskovca Goran Janković i Nikola Mihajlović, osvajači su Centralnog evropskog prvenstva u praktičnom streljaštvu u Mađarskoj, 2016. Nikola Mihajlović je više od decenije apsolutni prvak sveta u disciplini praktičnog streljaštva.

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



EVROPSKI ŠAMPION IZ SRBIJE
TRKA BICIKLOM SA DVA PSA (SLEDDOG)

Laslo Domonkoš iz Novog Kneževca, reprezentativac Srbije u *Sleddog-sportu* (trka biciklom sa dva psa), zvanični je šampion Evrope, koje je održano u Mađarskoj (Otenšlag, 2016). *Sleddog sport* je mlađi sport u Srbiji, čija ekspanzija je krenula iz banatske varošice Novi Kneževac, a Laslo Domonkoš, kao veliki uzgajivač trkaćih pasa – osvajač je većeg broja medalja na internacionalnim takmičenjima u novijem savremenom *Sleddog* sportu.





SVETSKI ŠAMPION I GINISOV REKORDER (2.370 SKLEKOVA U JEDNOM SATU)

Srđan Ristić iz Kragujevca, desetar vojske Srbije i nekadašnji pripadnik Bataljona za specijalna dejstva, svetski je šampion i Ginisov rekorder po broju urađenih sklekova u jednom satu. On je spektakularno u Kragujevcu, zvanično pred sudijama, novinarskim i TV-ekipama, kao i Ginisovim kontrolorima – pred gledalištem sportske hale „Park“ u Kragujevcu, 2016. godine, uradio 2.370 sklekova za jedan sat, i time postao svetski šampion i Ginisov rekorder, pridruživši se Vinku Trivunoviću (rodom iz Gajdobre), poručniku novosadske žandarmerije, koji je u jednom danu uradio 5.820 zgibova na vratilu za 24 časa i ušao u Ginisovu knjigu.









ZLATNI SRPSKI RAKETNI MODELARI (NA SP, U UKRAJINI, 2016)

Reprezentativci Srbije u raketnom modelarstvu (seniori: Zoran Katanić, Vesna Katanić, Vladimir Čipčić, Miodrag Čipčić, Mihailo Petrović, Luka Volarević, a kao juniori: Dejan Žak, Milan Dimitrov i Kristina Čipčić, sa selektorom Draganom Jevtićem), na Svetskom prvenstvu u Ukrajini osvojili su četiri medalje: zlatnu, srebrnu i dve bronzane. Zlatna medalja pripala je svetskom šampionu u kategoriji S3A senioru Vladimiru Čipčiću iz Kikinde (slika sa desne strane). Ostali osvajači medalja: srebrnu medalju u klasi S3A za juniore osvojio je Dejan Žak, a u klasi S6A bronzanu medalju osvojila je Kristina Čipčić iz AK „Kikinda“.

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU





ŠESTOSTRUKI EVROPSKI ŠAMPION I SVETSKI PRVAK U POWERLIFTINGU

Rade Savić (Gornji Milanovac, 1984), višestruki evropski i svetski šampion, reprezentativac Srbije u dizanju tegova i član AK „Partizan“. Šampion u RAB benč-presu u kategoriji do 140 kg GPC federacije. Do sada podigao težine: 270 kg u Limeriku, 2011. godine, u Knjaževcu 290 kg, 2013. godine, u Mađarskoj 290 kg, 2016. godine. Cilj mu je preko 300 kg.



Evopski šampion u kik-boksu, 2016/2017. Novak Radulović, član je kik-boks kluba „Niš“, osvajač zlatne medalje (Loutrakija, 2016). Osvajač „profesionalnog pojasa“ u super-fightu (Evropski kup, Karlovac, 2017).





Svetski šampion i vicešampion u karateu (disciplina takmičenje u katama)

Milan N. Kurtić (Prokuplje, 1995), osvajač zlatne medalje na SP 2012. godine (kadeti), i seniorski vicešampion sveta SP, Portorož, 2013. godine (u katama) za IKU-federaciju. Proglašen trostrukim najboljim sportistom Prokuplja, a od patrijarha srpskog Irineja dobio priznanje i zlatni dukat.




SVETSKI ŠAMPIONI SRPSKI VESLAČI

Viktor Pivač i Martin Mačković, na Svetskom prvenstvu (u Roterdamu, 2016), osvojili su zlatnu medalju u trci čamcem bez kormilara u vremenu 6:58,01 sekundi, u kategoriji do 23 godine, uz podršku trenera reprezentacije juniora Laze Pivača.



Šampionka Evrope u judou

Reprezentativka Srbije u judou Nadežda Petrović (17), član judo kluba „Slavija“ iz Novog Sada. Na EP (Malaga, Španija, 2016), osvojila je zlatnu medalju za juniore u kategoriji do 52 kg.




Šampionka Evrope
modernog i klasičnog baleta
Una Stepanović

Članica plesnog kluba “Ris” iz Beograda, dvostruka evropska šampionka u klasičnom i modernom baletu (EP, Poljska Mikolajk, 2016).



ŠAMPION EVROPE U BRDSKOM AUTOMOBILIZMU

Nikola Miljković (Beograd, 1995), juniorski šampion Evrope u brdskom automobilizmu (Buzet, Hrvatska, 2016). Sa svojim automobilom „micubiši“ od 400 KS, ostvario je pobede u: Francuskoj, Austriji, Španiji, Češkoj i Hrvatskoj. Dobitnik je i prestižne nagrade „Zlatna kaciga“ – kao najbolji mladi automobilista i višestruki šampion Srbije. Na međunarodnim takmičenjima nastupa u EHCC.

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU



Kuglaši reprezentacije Srbije – višestruki šampioni planete

Kuglaška reprezentacija Srbije – neprikosnoveno vlada svetskim vrhom kuglaškog sporta. Najnoviji rezultati to i potvđuju. Na Svetskom prvenstvu (Novigrad, Hrvatska, 2016), višestruki svetski šampion Vilmoš Zavarko (iz Bečeja) osvajač je zlatne medalje, a Igor Kovačić je osvojio srebrno odličje. Na slici levo: muška i ženska kuglaška reprezentacija Srbije, i skroz desno – reprezentativci Vilmoš Zavarko i Igor Kovačić, sa selektorom Milošem Ponjavićem, 2016. Na održanom SP seniori su osvojili ukupno šest medalja (tri zlatne, jednu srebrnu i dve bronzane), a na juniorskom SP mlada kuglaška reprezentacija Srbije u 2016. godini osvojila je osam medalja: četiri zlatne, tri srebrne i jednu bronzanu.



Juniorska teniserka reprezentacije Srbije – šampionka Rolan Garosa (Pariz, 2016)

Olga Danilović (Beograd, 2001), juniorska šampionka teniskog takmičenja Rolan Garos (Pariz, 2016). Ona je u dublu, zajedno sa španskom teniserkom Paulom Arijas Manjon osvojila Rolan Garos (ITF). Osvajač je i dve titule u singlu i dublu (Antalija, Turska, 2016), evropska šampionka – zlatna medalja za juniore (EP, Moskva, 2016).



Reprezentativci Srbije – svetski šampioni u Powerliftingu za muškarce i žene (PS, Knjaževac, 2016)

Sleva: Milan Grozdanović (Niš, 1989), član niškog kluba „Legionar“, postao je svetski šampion (seniori kategorija do 75 kg), podigavši u mrtvom dizanju težinu od 261 kg (SP, Knjaževac, 2016). Na slici u sredini: Danilo Anđelković rodom iz Svrljiga (u kategoriji do 82,5 kg GPC) postao je svetski šampion – podigavši težinu u mrtvom dizanju od 220 kg (SP, Knjaževac, 2016), i na slici kroz desno: srpske reprezentativke i heroine iz Loznice popele su se na svetski tron u tak-mičenju Powerlifting: Lozničanka Borka Blagojević (15) u kategoriji do 45 kg podigla je u mrtvom dizanju 95 kg, da bi u totalu Powerliftinga podigla 190 kg i time postala dvostruka šampionka sveta. Ana Kneževic, članica „AS Loznica“ podigla je u mrtvom dizanju težinu od 101 kilogram (u kategoriji 17-19 godina), a u benč-presu podigla 212,5 kg u totalu i postala dvostruka svetska šampionka (PS, Knjaževac, 2016). Nevenka Crnogorčević u mrtvom dizanju podigla je 103,5 kg (u najmanjoj težinskoj kategoriji do 45 kg), a u benč presu 192,5 kg – postavši dvostruka seniorska svetska šampionka (SP, Powerlifting, Knjaževac, 2016).



Mlade srpske reprezentativke i plesačice u modernom baletu – šampionke sveta (2015, 2016)

Sleva i u sredini: članice „Siti dens studija“ iz Novog Sada – svetske šampionke u modernom baletu (Veclar, Nemačka, 2016), i na desnoj fotografiji: članice plesnog kluba „Ris“ iz Beograda – šampioni sveta, u osam kategorija (zlato), vicešampioni u pet (srebro) i sa tri bronze (PS, Poljska, 2015).

SPORTISTI SRBIJE – NA EVROPSKOM, SVETSKOM I OLIMPIJSKOM TRONU





Strelci seniorske i juniorske reprezentacija Srbije – šampioni Evrope (Đer, Mađarska, 2016)

Na evropskom šampionatu za seniore i juniore, reprezentacija srbije osvojila brojna najveća odličja: seniori Damir Mikec, Bobana Veličković, Andrea Arsović, Milutin Stefanović, Snežana Zarić, Dimitrije Grgić i Duško Petrov – osvojili su sedam medalja (4 zlatne, 1 srebrnu i 2 bronzane). Najuspešnija je bila Andrea Arsović sa dve zlatne medalje (pojedinačno sa vazdušnom puškom i u miksu sa Milutinom Stefanovićem), Zorana Arunović je pištoljem, zajedno sa Damirom Mikecom osvojila zlatnu medalju, zatim je upucala srebrnu medalju sa Bobanom Veličkovič i Snežanom Zarić i na kraju uzela bronzanu medalju u pojedinačnoj konkurenciji, dok je Mikec pored tog zlata osvojio i ekipnu bronzu sa Dimitrijem Grgićem i Duškom Petrovim. Srpska juniorska reprezentacija je takođe blistala: streljačice s puškom Sanja Vukašinović, Milica Babić i Marija Kolarević osvojile su zlato. Selektor: Srećko Pejović.



Jovica Spajić, pripadnik SAJ-a Republike Srbije, svetski šampion u ultramaratonu 702 km (2016) i Ginisov rekorder iz 2014. godine (sa urađenih 30.000 „trbušnjaka" – bez prestanka)

Državni reprezentativac u ultramaratonu, Jovica Spajić (Priboj, 1987), pripadnik SAJ (Specijalne antiterorističke jedinice pri MUP-u Republike Srbije), kao svestrani sportista – ušao je u Ginisovu knjigu rekorda uradivši 30.000 „trbušnjaka" bez prestanka u prostorijama SAJ-a 2014. godine. U svojoj specijalki ultramaratonu – postao je svetski šampion (Svetski kup, Atina, 2016), u šestodnevnoj trci pretrčavši 702 kilometra, pobedivši 60 najboljih ultramaratonaca sveta, i za svoju otadžbinu Srbiju osvojio zlatnu medalju. Takođe, Jovica Spajić je u najsurovijem maratonu na svetu „La Ultra – The High" po Himalajima (na visinama 4.000-5.300 metara) istrčao 333 km za 60 sati i 36 minuta i postao svetski šampion. Dobitnik je nagrade *Za poduhvat godine* od „Lige izuzetnih džentlmena". Reprezentativac Srbije i specijalac SAJ-a **Jovica Spajić** – sprema se za nove sportske poduhvate. Živi u Beogradu.






Svetska šampionka i prvakinja Evrope

Reprezentativka Srbije u slobodnom penjanju na veštačke stene(Free climbing) Staša Gejo (19), članica niškog „PAEK-a". Dvostruka svetska šampionka i višestruka prvakinja Evrope. Dobitnik nagrade Najboljeg mladog sportiste grada Niša.




Svetske šampionke u karateu (borbe – kate)

Sleva: Ana Ćirić (19-godišnjakinja i član KK „Mladost" iz Odžaka, dvostruka je svetska karate šampionka u borbama za seniorke (SP, Beograd, 2010. godine i SP, Novi Sad, 2013). Do nje na slici: Ena Kisić (15), članica „JU-karate-do" iz Novog Sada – svetska kadetska šampionka karatea, sa osvojenom zlatnom medaljom, drži ponosno zastavu svoje otadžbine Srbije (SP, Maribor, 2015).

SVETSKO PRVENSTVO U BORBI GUSKOVA

(Foto-izvodi sa 30. i 31. Gusanijade, Mokrin 2016-2017)




Dušan Đomparin, sa guskom *Potpisani,* šampionom 30. Gusanijade, 2016.




Aleksandar Adamov i šampion *Rodac*

U mestu Mokrin opština Kikinda u severnom Banatu, 26. II 2017. godine – održana je **31. Gusanijada,** u organizaciji ***„Belog Pere"*** Mokrin. Na 31. Gusanijadi, koje je svetsko prvenstvo u borbi guskova, šampion za 2017. godinu bio je gusak Rodac, sa vlasnikom Aleksandrom Adamovim iz Mokrina. Ovo je 4 titula zaredom Aleksanda Adamova (na slikama).

EVROPSKE IGRE – BAKU, AZERBEJDŽAN 2015.

(12-28. juna 2015)



Na 41. Generalnoj skupštini Evropskog olimpijskog komiteta u Rimu 8. decembra 2012. godine, odlučeno je da se organizuju i održe prve evropske igre. Skupšini je prisustvovalo 49 nacionalnih olimpijskih komiteta, gde je odlučeno da Baku, glavni grad države Azerbejdžan, bude organizator prvih evropskih igara.

Za Evropske igre u Azerbejdžanu, za grad Baku su isplanirana i prostorno realizovana 4 klastera i 18 takmičarskih mesta sa 12 trajnih, od kojih je 5 mesta izgrađeno pred Evropske igre a to su: Nacionalna gimnastička dvorana, Bemiks velopark, Centar za vodene sportove Baku, Streličarski centar Baku i Nacionalni stadion Baku. Određeno je i 6 privremenih mesta kao što su. Vaterpolo dvorana, Peščana dvorana, Košarkaška dvorana, Planinski biciklizam velopark, Triatlon, Biciklistička staza, dok se Olimpijsko selo nalazi u Bakuu u rejonu Nizami, a selo obuhvata 12 objekata, 16 različitih vrsta stanova sa tri do četiri spavaće sobe po stanu.

Nacionalni stadion u Bakuu je kapaciteta 68.000 mesta, a Nacionalna gimnastička dvorana sa 6.862 mesta, dok je Vodeni centar sa kapacitetom od 6.000 mesta.

Broj država – 50, broj sportista – 6.000, broj sportova – 20, broj takmičenja – 253.

Evropske igre su otvorene 12. juna 2015. godine, a zatvorene 28. juna 2015.

Sportovi: atletika, badminton, biciklizam, boks, vodeni sportovi (vaterpolo, plivanje, sinhrono plivanje, skokovi u vodu, ronjenje), gimnastika, kajak i kanu, karate, košarka (2), košarka 3 na 3, mačevanje, odbojka (4), odbojka (2), odbojka na pesku, rvanje, stoni tenis, streličarstvo, streljaštvo, tekvondo, triatlon, fudbal na pesku, džudo, sambo.

Predstavljeno je 20 sportova: 16 olimpijskih i 4 neolimpijska sporta, a kroz 11 sportova nacionalne reprezentacije su se kvalifikovale za Letnje OI (Rio – 2016).



Sportisti reprezetacije Srbije
Evropske igre – Baku
zastavu Srbije nosila je Milica Mandić
(defile takmičara 12. 06. 2015)

ZEMLJE UČESNICE NA EI – SA NACIONALNIM OBELEŽJIMA
(SA BROJEM SPORTISTA – UČESNIKA IGARA)

- Albanija (28)
- Andora (31)
- Jermenija (25)
- Austrija (143)
- Azerbejdžan (290)**(domaćin)**
- Belorusija (152)
- Belgija (118)
- Bosna i Hercegovina (56)
- Bugarska (127)
- Hrvatska (106)
- Kipar (23)
- Češka (130)
- Danska (65)
- Estonija (58)
- Finska (106)
- Francuska (250)
- Gruzija (105)
- Nemačka (270)
- Ujedinjeno Kraljevstvo (160)
- Grčka (138)
- Mađarska (201)
- Island (19)
- Irska (62)
- Izrael (141)
- Italija (287)
- Kosovo (18)
- Letonija (67)
- Lihtenštajn (10)
- Litvanija (74)

ZEMLJE UČESNICE NA EI – SA NACIONALNIM OBELEŽJIMA
(SA BROJEM SPORTISTA – UČESNIKA IGARA)

- Luksemburg (61)
- Makedonija (45)
- Malta (61)
- Moldavija (87)
- Monako (6)
- Crna Gora (55)
- Holandija (120)
- Norveška (57)
- Poljska (212)
- Portugal (100)
- Rumunija (147)
- Rusija (359)
- San Marino (18)
- Srbija (132)
- Slovačka (178)
- Slovenija (83)
- Španija (215)
- Švedska (75)
- Švajcarska (130)
- Turska (191)
- Ukrajina (246)

SPORTISTI REPUBLIKE SRBIJE NA EI – OSVOJENE MEDALJE
(U EKIPNIM I POJEDINAČNIM KATEGORIJAMA)

Zlatne medalje su osvojili:

1. Nebojša Grujić i Marko Novaković (Kajak K2, na 200 m, muškarci).
2. Dalma Ružičić-Benedek i Milica Starović (Kajak K2 na 500 m, žene).
3. Andrea Arsović (Streljaštvo, 10 m vazdušna puška, žene).
4. Damir Mikec (Streljaštvo 10 m vazdušni pištolj, muškarci).
5. Zorana Arunović (Streljaštvo 10 m vazdušni pištolj, žene).
6. Damir Mikec (Streljaštvo 50 m vazdušni pištolj, muškarci).
7. Juniorska vaterpolo reprezentacija Srbije (vaterpolo, muškarci).
8. Ivana Jandrić (Sambo, do 68 kg, žene).

OSVAJAČI ZLATNIH MEDALJA ZA SRBIJU (EI, BAKU, 2015)




Sleva: Osvajači zlatnih medalja za Srbiju: Nebojša Grujić i Marko Novaković (K2, muškarci). Na slici desno: Dalma Ružičić-Benedek i Milica Starović (K2, žene).






Sleva: Andrea Arsović, osvajač zlatne medalje u streljaštvu 10 m vazdušna puška-žene. U sredini: Damir Mikec, osvajač 2 zlatne medalje – 10 m vazdušni pištolj i 50 m pištolj, muškarci. Na slici desno: Zorana Arunović, osvajač zlata, 10 m vazd. pištolj-žene. (Napomena: Zorana Arunović je osvojila i zlatnu medalju na Svetskom kupu u streljaštvu u disciplini vazdušni pištolj (Gabala, Azerbejdžan, 2015. godine. Podatak je ubačen u toku izlaska iz štampe novog Leksikona).




Sleva: Osvajač zlatne medalje u Bakuu, juniorska vaterpolo reprezentacija Srbije i reprezentativci: Marko Janković, Petar Kasum, Jasmin Kolašinac, Nikola Lukić, Vladan Mitrović, Stefan Todorovski, Marko Tubić, Petar Velikić, Matija Vlahović i Đorđe Vučinić. Na slici desno: Osvajač zlatne medalje za Srbiju u sambou: Ivana Jandrić, borbe do 68 kg, žene (EI-Baku, 2015).

Srebrne medalje za Srbiju (EI-Baku, 2015) su osvojili:

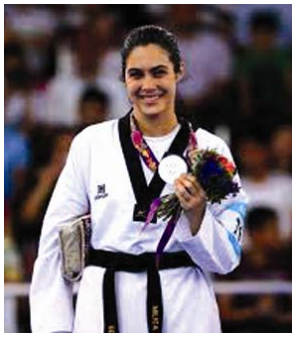
1. Viktor Nemeš (Rvanje -75 kg, grčko-rimskim stilom, muškarci).
2. Olivera Moldovan i Nikolina Moldovan (Kajak, K2 na 200 m, žene).
3. Tijana Bogdanović (Tekvondo -49 kg, žene).
4. Milica Mandić (Tekvondo +69 kg, žene).





Sleva: Osvajač srebrne medalje za Srbiju u rvanju grčko-rimskim stilom Viktor Nemeš -75 kg, muškarci. Na slici desno: sestre Olivera Moldovan i Nikolina Moldovan, osvojile su za Srbiju srebrne medalje u kajaku K2 na 200 metara, žene (EI-Baku, 2015).





Sleva: Tijana Bogdanović, osvajač srebrne medalje za Srbiju u tekvondou -49 kg za žene. Slika desno: Milica Mandić, srebrna medalja za Srbiju tekvondo +69 kg za žene.

Bronzane medalje za Srbiju (EI-Baku, 2015) su osvojili:

1. Anja Crevar (Plivanje 400 m – mešovito, žene).
2. Košarkaška muška reprezentacija Srbije 3x3 (Košarka, muškarci).
3. Odbojkaška ženska reprezentacija Srbije (Odbojka, žene).







Sleva, osvajači bronze: Anja Crevar, plivanje 400 m – mešovito. U sredini: košarkaška muška reprezentacija Srbije 3x3 (Marko Savić, Dušan Domović Bulut, Marko Ždero, Dejan Majstorović). Desno: ženska odbojkaška reprezentacija Srbije (EI-Baku, 2015).

XXXI LETNJE MODERNE OLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)



Najveći fudbalski stadion sveta „Marakana“ u Brazilu (Estado Jornalista Fiho) Rio de Žaneiro

Letnje XXXI olimpijske igre – Rio de Žaneiro 2016. godine, održane su u glavnom gradu Brazila od 5. – 21. avgusta 1016. godine. Odluka da ovaj grad bude domaćin XXXI OI, doneta je 2. oktobra 2009. godine u Kopenhagenu, gde je Rio de Žaneiro dominantno pobedio nad kandidaturama Madrida, Tokija i Čikaga. Puno članstvo MOK-a donelo je konačnu odluku.

Očekivanja su bila, da kao i na prethodnim OI, koje su održane 2012. godine u Londonu, bude približan broj država učesnica: 205, broj sportista znatno veći sa ukupnim zbirom od oko 12.500, sa nešto većim brojem sportskih disciplina – što se i dogodilo.

Na OI u Brazilu su konkurisali i neki sportovi, koji su izbačeni iz programa 2005. godine, a konkurisali su i sportovi: golf, skvoš, roler-sportovi i ragbi.

Sportisti reprezentacije Srbije, koji su ispunili olimpijske norme učestvovali su na letnjim XXXI OI u pojedinačnoj i ekipnoj konkurenciji. Opširnije o svim događajima u vezi sa OI (Rio de Žaneiro, 2016) – u nastavku stranica.

OLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)
POZICIJA DRŽAVA UČESNICA, SA OSVOJENIM MEDALJAMA
TABELA DRŽAVA SA UKUPNIM MEDALJAMA

TABELA MEDALJA					
	Država	Zlato	Srebro	Bronza	Ukupno
1.	SAD	46	37	38	121
2.	Velika Britanija	27	23	17	67
3.	Kina	2	18	26	70
4.	Rusija	19	18	19	56
5.	Nemačka	17	10	15	42
6.	Japan	12	8	21	41
7.	Francuska	10	18	14	42
8.	Južna Koreja	9	3	9	21
9.	Italija	8	12	8	28
10.	Australija	8	11	10	29
11.	Holandija	8	7	4	19
12.	Mađarska	8	3	4	15
13.	Brazil	7	6	6	19
14.	Španija	7	4	6	17
15.	Kenija	6	6	1	13
16.	Jamajka	6	3	2	11
17.	Hrvatska	5	3	2	10
18.	Kuba	5	2	4	11
19.	Novi Zeland	4	9	5	18
20.	Kanada	4	3	15	22
21.	Uzbekistan	4	2	7	13
22.	Kazahstan	3	5	9	17
23.	Kolumbija	3	2	3	8
24.	Švajcarska	3	2	2	7
25.	Iran	3	1	4	8
26.	Grčka	3	1	2	6
27.	Argentina	3	1	0	4
28.	Danska	2	6	7	15
29.	Švedska	2	6	3	11
30.	Južna Afrika	2	6	2	10
31.	Ukrajina	2	5	4	11
32.	**Srbija**	2	4	2	8

OLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)
POZICIJA DRŽAVA UČESNICA, SA OSVOJENIM MEDALJAMA
TABELA DRŽAVA SA UKUPNIM MEDALJAMA

33.	Poljska	2	3	6	11
34.	Severna Koreja	2	3	2	7
35.	Belgija	2	2	2	6
36.	Tajland	2	2	2	6
37.	Slovačka	2	2	0	4
38.	Gruzija	2	1	4	7
39.	Azerbejdžan	1	7	10	15
40.	Belorusija	1	4	4	9
41.	Turska	1	3	4	8
42.	Jermenija	1	3	0	4
43.	Češka	1	2	7	10
44.	Etiopija	1	2	5	8
45.	Slovenija	1	2	1	4
46.	Indonezija	1	2	0	3
47.	Rumunija	1	1	3	4
48.	Vijetnam	1	1	0	2
48.	Bahrein	1	1	0	2
50.	Kineski Tajpeh	1	0	2	3
51.	Olimpijska reprezentacija	1	0	1	2
51.	Obala Slonovače	1	0	1	2
51.	Bahami	1	0	1	2
54.	Fidži	1	0	0	1
54.	Tzv. Kosovo	1	0	0	1
54.	Portoriko	1	0	0	1

OLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)
POZICIJA DRŽAVA UČESNICA, SA OSVOJENIM MEDALJAMA
TABELA DRŽAVA SA UKUPNIM MEDALJAMA

54.	Singapur	1	0	0	1
54.	Tadžikistan	1	0	0	1
54.	Jordan	1	0	0	1
60.	Malezija	0	4	1	5
61.	Meksiko	0	3	2	5
62.	Alžir	0	2	0	2
62.	Republika Irska	0	2	0	2
64.	Litvanija	0	1	3	4
65.	Venecuela	0	1	2	3
65.	Bugarska	0	1	2	3
67.	Indija	0	1	1	2
67.	Mongolija	0	1	1	2
69.	Burundi	0	1	0	1
69.	Grenada	0	1	0	1
69.	Niger	0	1	0	1
69.	Filipini	0	1	0	1
69.	Katar	0	1	0	1
74.	Norveška	0	0	4	4
75.	Egipat	0	0	3	3
75.	Tunis	0	0	3	3
77.	Izrael	0	0	2	2
78.	Austrija	0	0	1	1
78.	Trinidad i Tobago	0	0	1	1
78.	Estonija	0	0	1	1
78.	Finska	0	0	1	1
78.	Dominikanska Republika	0	0	1	1
78.	Maroko	0	0	1	1
78.	Moldavija	0	0	1	1
78.	Nigerija	0	0	1	1
78.	Portugalija	0	0	1	1
78.	UAE	0	0	1	1

OLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)

Takmičari reprezetacije Republike Srbije – osvajači zlatne medalje



Vaterpolo reprezentacija Crbije – olimpijski šampion (Rio de Žaneiro, 2016)





Davor Štefanek – olimpijski šampion u rvanju (Rio de Žaneiro, 2016)

Davor Štefanek (Subotica, 1985), reprezentativac Srbije u rvanju grčko-rimskim stilom u kategoriji do 66 kg, član subotičkog „Spartaka“. Osvajač je zlatne medalje na juniorskom SP u Litvaniji, 2005. godine, bronzana medalja na SP (Las Vegas, 2015), svetski šampuon u rvanju grčko-rimskim stilom (Uzbekistan, 2014), zlatna medalja na Olimpijskim igrama u Rio de Žaneiru, Brazil 2016. godine (kategorija do 66 kg). Dobitnik „Majske nagrade“ i proglašen za najboljeg sportistu Republike Srbije za 2014/2016. godinu.

OLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)

Takmičari reprezetacije Republike Srbije – osvajači srebrne medalje



Muška košarkaška reprezentacija Srbije – osvajač srebrne medalje



Ženska odbojkaška reprezentacija Srbije – osvajač srebrne medalje





Tijana Bogdanović (Kruševac, 1998), srpska reprezentativka u tekvondu, majstor 3. DAN-a i član tekvondo kluba „Galeb“ iz Beograda. Rezultati: juniorska šampionka Evrope (do 52 kg), svetski šampion do 49 kg, srebrna medalja Evropske igre (Baku, 2015), zlatna medalja na Open turniru u Fuđairi, šampionka Evrope (2016), srebrna medalja na OI (Rio de Žaneiro, 2016) u kategoriji 49 kg. Dobitnica nagrade OKS (Olimpijskog komiteta Srbije) – za najuspešniju sportistkinju godine.



SREBRNI OLIMPIJSKI KAJAKAŠI

Kajakaši Marko Tomićević i Milenko Zorić, reprezentativci Srbije u kajaku – osvojili su srebrnu medalju u disciplini kajak dvosed ili K2 (NA 1.000 m) u takmičenju na OI (Rio de Žaneiro, Brazil, 2016).

OLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)

Takmičari reprezetacije Republike Srbije – osvajači bronzane medalje



Ženska košarkaška reprezentacija Srbije – osvajač bronzane medalje



Ivana Španović (Zrenjanin, 1990), reprezentativka Srbije u atletici (skok udalj), članica je AK „Vojvodina“ iz Novog Sada. Sportski rezultati: svetska juniorska šampionka (Bidgošć, 2008), bronzana medalja SP (Moskva, 2013), bronzana medalja SP (Peking, 2015), zlatna medalja EP u dvorani (Prag, 2015), srebrna medalja na SP u dvorani (Portland, 2016), šampionka Evrope (Amsterdam, 2016) sa skokom od 6,94 m, pobednica je Dijamantske lige 2016. godine, bronzana medalja na OI u Rio de Žaneiru (skok 7,08 m), zlatna medalja na Balkanijadi (Beograd, „Kombank arena“, 2017). Na atletskom dvoranskom šampionatu Evrope (EP, Beograd, 2017) osvajač je prvog mesta i zlatne medalje skokom udalj (7,24 m), u beogradskoj „Kombank areni, pred 15.000 gledalaca. Dobitnik nagrade OKS (Olimpijskog komiteta Srbije) za najuspešniju sportistiknju 2016. godine, a za vrhunske rezultate u sportu i Orden Karađorđeve zvezde 2017. godine.

15. PARAOLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)

POZICIJA DRŽAVA UČESNICA, SA OSVOJENIM MEDALJAMA

TABELA DRŽAVA SA UKUPNIM MEDALJAMA



Datum održavanja POI 7. IX 2016 – 18. IX 2016.



15. PARAOLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)

POZICIJA DRŽAVA UČESNICA, SA OSVOJENIM MEDALJAMA

TABELA MEDALJA					
Država		Zlato	Srebro	Bronza	Ukupno
1.	Kina	107	81	51	239
2.	Velika Britanija	64	39	44	147
3.	Ukrajina	41	37	39	117
4.	SAD	40	44	31	115
5.	Australija	22	30	29	81
6.	Nemačka	18	25	14	57
7.	Holandija	17	19	26	62
8.	Brazil	14	29	29	72
9.	Italija	10	14	15	39
10.	Poljska	9	18	12	39
11.	Španija	9	14	8	31
12.	Francuska	9	5	14	28
13.	Novi Zeland	9	5	7	21
14.	Kanada	8	10	11	29
15.	Iran	8	9	7	24
16.	Uzbekistan	8	6	17	31
17.	Nigerija	8	2	2	12
18.	Kuba	8	1	6	15
19.	Belorusija	8	0	2	10
20.	Južna Koreja	7	11	17	35
21.	Tunis	7	6	6	19
22.	Južna Afrika	7	6	4	17
23.	Tajland	6	6	6	18
24.	Grčka	5	4	4	13
25.	Belgija	5	3	3	11
25.	Slovačka	5	3	3	11

27.	Alžir	4	5	7	16
28.	Republika Irska	4	4	3	11
29.	Meksiko	4	2	9	15
30.	Egipat	3	5	4	12
31.	**SRBIJA**	3	2	4	9
32.	Norveška	3	2	3	8
33.	Maroko	3	2	2	7
34.	Turska	3	1	5	9
35.	Kenija	3	1	2	6
36.	Malezija	3	0	1	4
37.	Kolumbija	2	5	10	17
38.	UAE	2	4	1	7
39.	Irak	2	3	0	5
40.	Hong Kong	2	2	2	6
41.	Hrvatska	2	2	1	5
41.	Švajcarska	2	2	1	5
43.	Indija	2	1	1	4
44.	Litvanija	2	1	0	3
45.	Letonija	2	0	2	4
46.	Singapur	2	0	1	3
47.	Mađarska	1	8	9	18
48.	Azerbejdžan	1	8	2	11
49.	Švedska	1	4	5	10
50.	Austrija	1	4	4	9
51.	Češka	1	2	4	7
51.	Danska	1	2	4	7
53.	Namibija	1	2	2	5
54.	Argentina	1	1	3	5
55.	Vijetnam	1	1	2	4

56.	Finska	1	1	1	3
56.	Trinidad i Tobago	1	1	1	3
58.	Kazahstan	1	1	0	2
58.	Slovenija	1	1	0	2
60.	Bahrein	1	0	0	1
60.	Bugarska	1	0	0	1
60.	Kuvajt	1	0	0	1
60.	Kuvajt	1	0	0	1
64.	Japan	0	10	14	24
65.	Venecuela	0	3	3	6
66.	Jordan	0	2	1	3
67.	Katar	0	2	0	2
68.	Kineski Tajpeh	0	1	1	2
69.	Bosna i Hercegovina	0	1	0	1
69.	Uganda	0	1	0	1
69.	Etiopija	0	1	0	1
69.	Obala Slonovače	0	1	0	1
73.	Portugalija	0	0	4	4
74.	Izrael	0	0	3	3
75.	Mongolija	0	0	2	2
76.	Mozambik	0	0	1	1
76.	Zelenorska Ostrva	0	0	1	1
76.	Indonezija	0	0	1	1
76.	Saudijska Arabija	0	0	1	1
76.	Pakistan	0	0	1	1
76.	Filipini	0	0	1	1
76.	Rumunija	0	0	1	1
76.	Šri Lanka	0	0	1	1

15. PARAOLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)

Takmičari reprezetacije Republike Srbije – osvajači zlatne medalje





Laslo Šuranji – paraolimpijski šampion u streljaštvu (Rio de Žaneiro, 2016)

Srpski reprezentativac i paraolimpijac u streljaštvu Laslo Šuranji (Novi Bečej, 1978), osvajač većeg broja medalja na domaćoj i internacionalnoj sceni. Bio je svetski prvak (Alikante u Španiji, 2013. godine, MP na 10 metara) a njegovi najveći uspesi su zlatna medalja na Paraolimpijskim igrama (Rio de Žaneiro, 2016) u streljaštvu (MP malokalibarska puška, trostav na 50 m), sa osvojenih 453,7 krugova. Osvajač je 3. mesta i bronzane medalje na POI (Rio de Žaneiro, 2016) u disciplini MP malokalibarska puška ležeći, klasa SH1.





Paraolimpijska šampionka u stonom tenisu Borislava Perić Ranković (Bečej, 1972), aktuelna evropska i svetska šampionka, osvajač srebrne olimpijske medalje (u Pekingu, 2008), titula najbolje stonoteniserke sveta za 2015. Na POI (Rio de Žaneiro, 2016), osvojila je zlatnu olimpijsku medalju u singlu, ali i srebrnu olimpijsku medalju u dublu sa stonoteniserkom i reprezentativkom Srbije u stonom tenisu – Nadom Matić. Dobitnica je Spartakove nagrade i Zaslužnog sportiste.







Željko Dimitrijević (Ribare, Petrovac na Mlavi, 1971), paraolimpijski reprezentativac Srbije u bacanju čunja. Osvajač zlatne medalja (POI, London, 2012), svetski šampion i osvajač zlatne medalje na Paraolimpijskim igrama (Rio de Žaneiro, 2016). Kao uspešan sportista Srbije dobitnik je prestižne Majske nagrade 2013. godine – za svoje sportske rezultate.

15. PARAOLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)

Takmičari reprezetacije Republike Srbije – osvajači srebrne medalje



Srebrni paraolimpijski dubl reprezentacije Srbije (POI, Rio de Žaneiro, 2016)
NADA MATIĆ – BORISLAVA PERIĆ RANKOVIĆ

Sleva: Nada Matić (rođena u Skadru, Albanija 1984), srpska reprezentativka u stonom tenisu za paraolimpijce, u svojoj sportskoj karijeri od 2003. godine – osvajač je većeg broja medalja na evropskim i internacionalnim takmičenjima u sportskoj paradisciplini stoni tenis, bronzane medalje u singlu i zlatne ekipne olimpijske medalje na Paraolimpijskim igrama (Peking, 2008), a na Paraolimpijadi u Rio de Žaneiru 2016. godine, u dublu sa partnerkom stonoteniserkom Borislavom Perić-Ranković – osvojila je srebrnu medalju pod znamenjem reprezentacije Srbije. Do nje na slici desno Borislava Perić-Ranković, višestruka svetska, evropska i olimpijska šampionka (snimljeno nakon dodele srebrnih medalja, 2016. godine).





Srebrni paraolimpijac u bacanju čunja (POI, Rio de Žaneiro, 2016)

Miloš Mitić (Užice, 1987). Kao reprezentativac Srbije, sportsku karijeru u bacanju čunja započeo na PEP u Velsu 2014. godine osvajanjem srebrne medalje, osvajač je i bronzane medalja na PSP u Dohi 2015. godine, a najveći njegov uspeh je srebrna medalja na Paraolimpijskim igrama koje su održane u Rio de Žaneiru, 2016. godine, bacanje čunja F51, daljina dobačaja 29,96 metara.

Pojašnjenje autora: PEP (PARAOLIMPIJSKO EVROPSKO PRVENSTVO), PSP (PARAOLIMPIJSKO SVETSKO PRVENSTVO)

15. PARAOLIMPIJSKE IGRE (RIO DE ŽANEIRO – 2016)

Takmičari reprezetacije Republike Srbije – osvajači bronzane medalje





Sleva: Laslo Šuranji, osvajač bronzane medalje (MP – malokalibarska puška SH1 ležeći), Paraolimpijske igre, Rio de Žaneiro, 2016. Na desnoj fotografiji: **Nada Matić**, osvajač bronzane medalje u stonom tenisu (singl), na POI u Rio de Žaneiru, 2016. godine.



Mitar Palikuća (Šabac, 1974). Sportsku karijeru započeo 2005. Najveći uspesi: zlatna medalja na PEP (Split, 2011), osvajač najvećih odličja osoba sa invaliditetom u stonom tenisu i na ostalim PEP i PSP. Njegov najveći uspeh je osvajanje bronzane medalje u stonoteniskom singlu, na Paraolimpijskim igrama (Rio de Žaneiro, Brazil, 2016).



Nemanja Dimitrijević, rođen u Beogradu 1992. godine, srpski reprezentativac u atletici osoba sa invaliditetom za slabovide F-13. Sportsku karijeru počeo 2004. godine bacanjem koplja. Najveći njegovi uspesi: bronzana medalja PSP 2015. godine, bronzana medalja PEP 2016. Najveći uspeh bronzana medalja na POI u Rio de Žaneiru, 2016. godine (hitac 60,86 m).

Pojašnjenje: PEP (PARAOLIMPIJSKO EVROPSKO PRVENSTVO), PSP (PARAOLIMPIJSKO SVETSKO PRVENSTVO)

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



BG SPORTSKI CENTAR KOVILOVO

Smešten je na površini od 26 hektara i okružen sa 100 hektara šume uz hotel "President". Centar sadrži: ovoreni bazen, kongresni centar, strelišta, sportske terene otvorene i zatvorene za fudbal, košarku, odbojku, rukomet i tenis, fitnes centar sa saunama, i trim stazom kroz šumu. Adresa: Zrenjaninski put 170, Beograd.



HALA "PINKI" ZEMUN

Hala je namenjena za sve vrste malih sportova: košarku, odbojku, rukomet, borilačke sportove, stoni tenis, ritmičku gimnastiku. Centar raspolaže sa 2 otvorena košarkaška terena za rekreaciju, strelja-nu za vazdušno oružje, fitnes centar, baletski studio i bazen. Hala poseduje 1.980 mesta za pojedinačno sedenje i 600 mesta za grup-no sedenje uz 6 teleskop tribina za borilačke sportove. Hala se na-lazi na adresi: Gradski park 2, Zemun.



SPORTSKI CENTAR "MILENIJUM" U VRŠCU

Dvorana je otvorena 05. aprila 2001. godine, kapacitet 5.000 mesta, površina velike sportske dvorane je 4.000 m², a urađeno po arhitek-tonskom projektu Petra Arsića. U "Milenijumu" je održano: EP u košarci 2005, Letnja univerzijada 2009, a Vršac je bio i jedan od domaćina za EP u rukometu za muškarce i EP za žene (2012). Ad-resa: Omladinski trg 17, Vršac.





Sportsko-rekreativni centar "Milan Gale Muškatirović"

Centar poseduje 2 otvorena bazena (rekreativni i vaterpolo), 2 zat-vorena bazena (olimpijski bazen sa tribinama koji sadrži mesta za 600 gledalaca i mali bazen za obuku neplivače i terapeutiku), pose-duje i 2 zatvorene hale za košarku i mali fudbal, 8 teniskih terena i 2 betonska terena (svlačionice, restoran, klub, pres centar). Nalazi se na adresi: Tadeuša Košćuška 63, Beograd.



SPORTSKI CENTAR "ČAIR" NIŠ

Kao višenamenska arena (hala) sa kapacitetom za 4800 mesta za sportska takmičenja i 6.500 mesta za kulturne manifestacije. Hala je tokom 2011. godine rekonstruisana, tako da je "Čair" ispunio sve uslove EHF i bio domaćin grupe B evropskog prvenstva u ruko-metu, koje je održano u Srbiji 2012. Adresa: IX brigade 10, Niš.



SPORTSKO-REKREATIVNI CENTAR "KOLUBARA" LAZAREVAC

Sastoji se od velike hale za male sportove sa 1.700 mesta za sedenje, u istom objektu se nalazi sala za borilačke sportove, plivački bazen, gimnastička sala, uz 3 otvorena asfaltna terena za male sportove, 2 otvorena teniska terena, atletski stadion i otvoreni olimpijski bazen. Adresa: Hilandarska bb, Lazarevac.

NOVA HALA SPORTOVA U KRALJEVU (NA RIBNICI)

Hala je izgrađena 2015. godine i sadrži 3500 mesta, za održavanje svih vrsta dvoranskih sportova, sa modernim svlačionicama i pratećim objek-tima. Hala je izgrađena po svim evropskim standardima i ponos je celog Raškog okruga, kao domaćin internacionalnih takmičenja i kulturnih ma-nifestacija. Adresa: Kraljevo (Naselje Ribnica), Dušana Popovića 41.

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM

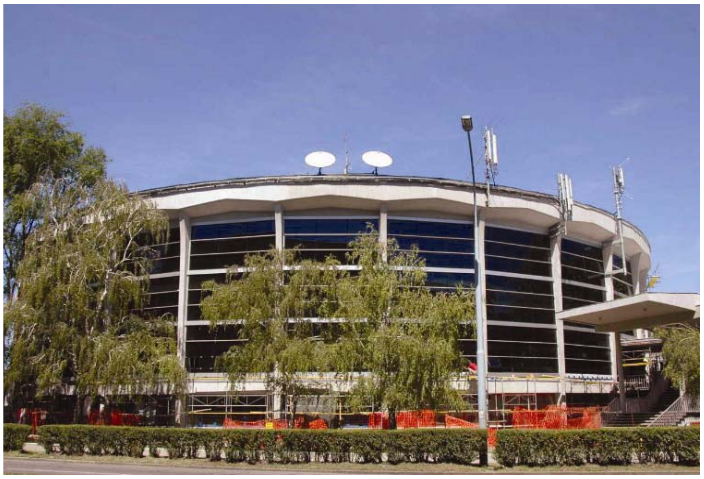








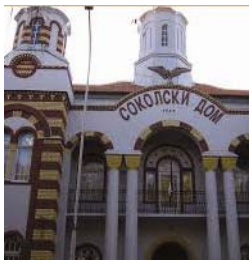

Novi Sad, kao grad sporta, sa popularnim centrom SPENS – često je bio domaćin najvećih internacionalnih sportskih takmičenja



Hala sportova „Ranko Žeravica“, jedan je od najstarijih sportskih objekata u nekadašnjoj državi SFRJ i u Republici Srbiji. Ova višenamenska sportska dvorana otvorena je 1968. godine u Novom Beogradu, a od 1979. godine je ušla u sastav Sportskog centra Novi Beograd. Dvorana ima kapacitet 5.000 mesta za sportske događaje, dok joj je kapacitet za kulturne i muzičke manifestacije 7.000 ljudi.

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM





Gradska hala "Mostonga" i Sportski centar "Soko" SOMBOR





Sportski centar – hala sportova, Požarevac



Novi Sportski centar, sportska hala – Senta



JP "Veliki park", sportska hala – Užice



Sportska hala "Kristalna dvorana", Zrenjanin



JP SRC "Tikvara", sportska hala – Bačka Palanka



Hala sportova Dubočica – Leskovac



Hala sportova – Kuršumlija



Hala sportova – Bojnik

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Sportski centar – sportska hala, Smederevo



Sportska hala "Dr Zoran Đinđić" – Prokuplje



Sportski centar "Jezero" – Kikinda



Sportski centar – Trstenik



Hala sportova – Subotica



Sportska hala JASSA, sa akva parkom – Jagodina



Hala sportova – Pančevo



Hala sportova – Dimitrovgrad



Hala sportova – Inđija

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Sportska hala – Vranje



PSC "Pinki" – Sremska Mitrovica



Sportski centar – Stara Pazova



Sportski centar i hala "Breza" – Gornji Milanovac



Sportsko-poslovni centar – Bor



Sportski centar – Mladenovac



Sportski centar – Zaječar



SRC "Šumadija" – Aranđelovac

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Sportska dvorana "Kej" – Pirot



Sportsko-kulturni centar (SKC), Obrenovac



CFK "Drago Jovović", hala sportova – Vrbas



Sportski centar "Jezero" – Kragujevac



Sportski centar – hala sportova, Ruma



Sportski centar, hala sportova – Majdanpek



Hala sportova "Jezero" – Kladovo



Sportska hala – Vlasotince

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Ustanova za fizičku kulturu "Lagator" – Loznica



Sportska hala "Banjica" – Bela Palanka



Sportska hala Bajina Bašta (nakon renoviranja)



Sportski centar "Mladost" – Bujanovac



Sportska hala u Kuli (Severnobački okrug)



Sportska hala – Bačka Topola



Sportski centar "Kolonija" – Smederevska Palanka



Sportska hala – Rekovac

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Hala sportova "Vlade Divac" – Vrnjačka Banja



Sportska hala – Čačak



Sportska dvorana "Pendik" – Novi Pazar



Sportska dvorana "Zorka" – Šabac



Hala sportova – Lajkovac



Sportska hala – Varvarin



Sportska hala – Kosjerić



RSC "Jedinstvo", sportska hala Novi Bečej



Sportska hala – Aleksinac

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Hala sportova – Kruševac



Sportska hala – Požega



Sportski centar sa sportskom infrastrukturom
Bečej (u Južnobačkom okrugu)



Sportski centar sa halom – Valjevo



Sport, kulturno uzdizanje i napredak školstva
Opština Štrpce – na KOSMETU – služi za primer



Sportska hala – Sjenica



Sportska hala – Zubin Potok (KOSMET)



Sportski centar uz gimnaziju “Skenderbeg”
Preševo (u izgradnji)

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Sportski centar "Ada" – Ćuprija



Sportska hala – Petrovac na Mlavi



Sportski centar u izgradnji – Nova Varoš



Sportsko-hotelski i rekreacioni centar – Srbobran



Sportski centar – Veliko Gradište



Sportska hala (u renoviranju) – Lučani



Sportka hala u Barajevu



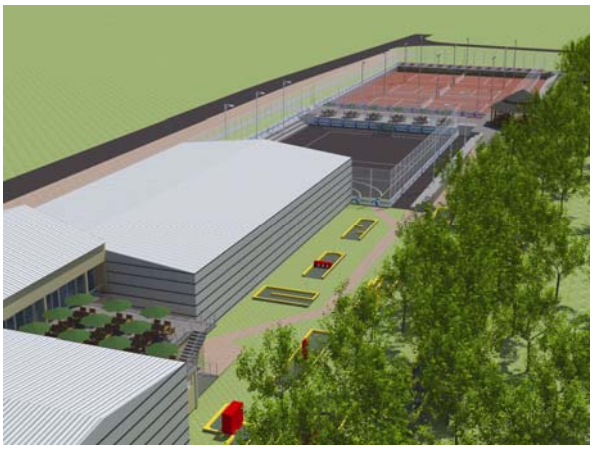
Sportski centar (u izgradnji) – Golubac

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Sportska hala – Kostolac





Sportski centar (u izgradnji) – Apatin





Negotin (sportska hala iznutra), i donje slike: građani Negotina dočekali su najboljeg golmana Svetskog prvenstva u fudbalu za 2015. godinu – Predraga Rajkovića, dobitnika „Zlatne rukavice“.



Sportski tereni i sportska hala – Boljevac



Sportski centar “Kunjak” – Vladičin Han



Akvapark – Sokobanja



Sportsko-rekreativni centar, Alibunar

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Sportski centar – Beočin







U opštini Mionica, Banja Vrujci, prednjači sa solidnom sportskom infrastrukturom (na slikama).



Sportska hala – Bač



Hala sportskog centra – Žabalj







Opština Crna Trava, ulaže pored razvoja školstva i bibliotečke delatnosti i u razvoj sporta. U okolini Crne Trave poznati su bajkerski i biciklistički tereni, a održana je i Međunarodna trka UCI C3 trofej Crna Trafa – Balkan kup, 2015. godine (na slici).



Sportska hala – Bela Crkva





Opština Kanjiža, sa istoimenom varošicom na krajnjem severu Bačke, poseduje čuvenu Banju Kanjiža, koje je poznato lečilište u Srbiji. Banja Kanjiža ima i savremene sportske objekte, koji su projektovani u okviru velike hale sportova (na slikama).

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Sportsko-rekreativni centar i bazen – Temerin



Ustanova za sport – Kovin



Savremeni akva-park – Bački Petrovac



Sportski centar sa halom i bazenima – Osečina



Panorama Tutina – sa sportskim objektima



Sportski objekti (u izgradnji) – Žitorađa



Tutin je sportske aktivnosti uzdigao na visoki nivo, Sportski savez opštine – doprinosi razvoju sportova.



Sportska hala - Svilajnac

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM







Ljig – panorama. Donje slike: Banja kod Ljiga, i na slici desno: Unternacionalno i sportsko takmičenje „Kosidba na Rajcu“, u blizini Ljiga.



“Banja Junaković” – kod Apatina
Medicinski, rekreativni i sportski centar, koji se smatra jednim od najvećih u Republici Srbiji.



Sportska hala u Crvenki



Bazeni, sa objektima za rekreaciju – Medveđa



Sportsko-poslovni centar – Odžaci



Sportska hala (karate šampionat) – Despotovac



Sportski centar Čajetina (i sportske infrastrukture)



Poslovno-rekreativni centar „Relax“ – Kovačica

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Dvorana sportova – Priboj



Doljevac – sa sportskim objektima





Gornja slika: statua Rokiju u Žitištu, i donja slika: takmičenje Chicken fest (strong men), u disciplini najsnažnijih ljudi na svetu, održano u Žitištu.



Bazen sa sportskom infrastrukturom – Babušnica





Gore: Prijepolje – panorama, i dole: snimak karate takmičenja u sportskoj hali Prijepolje.







Bosilegrad – sa teretanom na otvorenom

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM







Gradić Ljubovija, može da se pohvali sa solidnom sportskom infrastrukturom i uz dve sportske hale. Karate klub „Drina“, višedecenijski drži visok renome u ovom sportu, Smotra biciklista, a takođe tradicionalna „Drinska regata“ je pravo otkrovenje za ljubitelje ove nemirne i predivne bistre reke.



Sportski centar i hala – Batočina









Turističko-sportska organizacija Raška, daje veliki doprinos sportovima i turizmu Srbije, koji se nude u okrilju planina Golije i Kopaonika. Na slikama: skijališta, planinarenje, zimski sportovi, popularna regata „Tvrđava“, na reci Ibar itd.



Sportska hala pored OŠ “Karađorđe” u Rači



Velelepna sportska hala (u izgradnji) – Lapovo



Hala sportova Gaj – Knić



Topola – sa svojim sportskim objektima

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Sportski centar i nova hala – Paraćin



Renovirana sportska hala – Ub



Sportski centar "Kolonija" – Smederevska Palanka



Sportski centar sa halom – Velika Plana



Sportska hala (u izgradnji) – Arilje



Sportski centar i hala – Veliko Gradište



Sportsko-rekreativni centar kod Knjaževca



Trgovište, sa školskim i sportskim objektima

SPORTSKI CENTRI I SPORTSKE HALE – SRBIJU POVEZUJU SA SVETOM



Mali Zvornik – sa školama i sportskim objektima



Krupanj – sa objektima kulture i sporta



Sportska (balon) hala, Lebane



Nova sportska hala – Smederevo



Sportska hala – Kriva Palanka







Svetsko prvenstvo "Bitka nacija" (Smederevo, 2019)

Na drevnoj Smederevskoj tvrđavi, koja datira iz XV veka, Srbija je bila domaćin spektakularnih takmičenja učesnika sa odorama i srednjovekovnim oružjima. U borbi nacija učestvovali su i konjanici i pešaci oba pola iz preko četrdeset država Evrope i sveta. Dogodilo se rađanje zanimljivog sporta.

NAPOMENA: Ovaj dodatak stranica o sportskim halama opštinskih centara Republike Srbije je pomoć, kao separat najnovijeg „Velikog ilustrovanog leksikona svih sportova" (18. dopunjenog izdanja), i ima za cilj da doprinese ukupnim sportovima Srbije, kao veoma bitna informacija u slici i reči. Međutim, neki opštinski centri su skromnijeg budžeta, pa su tome prilagodili svoje sportske infrastrukture, izgradnjom manjih sportskih sala ili akva parkova, dok neki opštinski centri uopšte nemaju sportske hale, ili su u prvim fazama izgradnje, tako da ćemo u sledećim izdanjima Leksikona – dobiti i od njih vizuelno-tekstualne informacije. Zahvaljujemo se svim znanim i neznanim majstorima fotografije, koji su ovekovečili sportske centre, sportske hale i rekreaciono-turističke destinacije – kao doprinos sportovima Republike Srbije.

Sportski veterani Srbije – podstrek mladim takmičarima

(Sportom zaustavljaju biološki sat)





Srpski reprezentativci – veterani judoa, šampioni na krovu Evrope i sveta, kao stimulans mladim sportistima Srbije (Vrhunski rezultati u judou za veterane na EP i na takmičenjima za Weterans World Judo Shampionships)

Jedan od najuspešnijih veterana-takmičara je Vuk Rašović (Vrujice, Kolašin 1939), japanskom borilačkom veštinom počeo je da se bavi 1959. godine u Univerzitetskom judo klubu „Student" u Beogradu. Bio je dvostruki šampion nekadašnje Jugoslavije (do 75 kg). Sa najdužim sportskim i takmičarskim stažom u regionu, bio je aktivni takmičar i član seniroske reprezentacije Srbije do svoje 50 godine. Diplomirao je na Višoj trenerskoj školi (smer judoa) u Beogradu i stekao zvanje dipl. viši sportski trener judoa. Kao judo trener vodio je nekoliko beogradskih judo klubova, a od 1987-1999. godine bio je i sportski direktor Judo saveza Srbije, majstor judoa 9. DAN crvenog pojasa. Prelaskom u vremenske kategorije (65+) sportskih veterana – postigao je velike uspehe na međunarodnoj sceni (Olimpijade trećeg doba): bio je 7 puta šampion Evrope, svetski šampion u apsolutnoj i teškoj kategoriji u peridou (2002-2019) osvojivši 14 titula prvaka sveta za veterane, 6 srebrnih i dve bronzane medalje. Dobitnik je posebnog svetskog priznanja *Grand master šampion*, koje mu je uručeno u Atlanti 2009. godine lično od Svetske judo federacije, na čelu sa gospodinom Marijusom Vizerom (IJF). Gornja slika, levo: judo-veterani Srbije, najuspešniji internacionalni takmičari. Desno: višestruki svetski prvak u judou Vuk Rašović.





Aktivni bodibilder – svetski šampion i u 72. godini

Petar Čelik (Beograd, 1949), višestruki evropski i svetski šampion tokom svoje seniorske karijere. Počeo treninge 1967. godine u Bačkoj Palanci i bio je *Mister Jugoslavije i Srbije (1975)*, a na internacionalnoj sceni osvajač nekoliko evropskih i svetskih odličja. Prelaskom u takmičare-veterane, i u organizaciji IBFA bio je *Mister sveta* 2004. Tokom nastupa do 2020. godine osvojio je 18 svetskih šampionskih titula za veterane (BB 50+ i 65+), ali i na evropskim i takmičenjima. Živi u Bačkoj Palanci. Stimuliše sve mlade generacije Srbije, da se bave sportom i žive zdravim životom: bez pušenja, bez konzumiranja droge i alkohola. On se kroz sport trudi da zaustavi biološki sat, u čemu uspeva i u svojoj 72. godini života. Na slikama: šampion sveta Petar Čelik.





SURDULIČANKA OSVOJILA I KILIMANDŽARO

Alpinistkinja i novinarka Valentina Zareva (56), članica planinarskog društva „Predejane", popela se na najveći vrh Evrope Elbrus (5.642 m). Ekipu koja je imala 17 članova predvodio je *Zoran Pavlović Paća*. Veteranka alpinizma iz Srbije Valentina Zareva osvojila je 2015. godine i najviši vrh u Japanu (Fudžijama). Zareva se ubraja u naše najveće alpinistkinje među ženama, jer je osvojila do sada ukupno čak osam svetskih planinskih vrhova, sa vrhom Uhuru pik na Kilimandžaru (5.895 m) u Tanzaniji, 2017. Osnovala PD „Strešer". Zareva je proglašena najboljom sportistkinjom Surdulice za 2017.



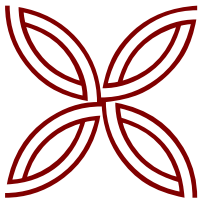
PARAOLIMPIJAC, ULTRAMARATONAC DVOSTRUKI GINISOV REKORDER

Goran Nikolić (Smederevska Palanka, 1967), živeo u Mladenovcu, Aranđelovcu i Zemunu, a potom u Kragujevcu. Član *Paraolimpijske akademije „Junior" iz Kragujevca*, gde živi i radi, slabovidi sa 95 procenata oštećenih čula – oborio je svetski rekord i ušao u „Ginisovu knjigu" pretrčavši neprekidno 55 maratona za 55 dana. Ponovo je oborio Ginisov rekord 2019. godine, pretrčavši 77 maratona za 77 dana, na stazama u Čikagu.



SVETSKI ŠAMPION

Dr Radomir Mudrić, rođen u Vršcu 1953. Višestruki eks šampion SFRJ u karateu, šampion Evrope u katama 4 puta, vicešampion sveta (1977), danas je jedan od najuspešnijih takmičara **veterana**. Na fotografiji: R. Mudrić, osvajač zlatne medalje i 1. mesta u katama na 6. svetskom šampionatu Fudokan stila karatea (Beograd, 2015).



Kao što gvožđe zarđa ako se ne upotrebljava, a voda se pokvari i kad je zima sledi, tako se i ljudska sposobnost uništi bez vežbe.

(LEONARDO DA VINČI)

Neka te ne zabrinjava ako svet ne zna za tvoje sposobnosti, ali možeš biti zabrinut ako ih nemaš.

(KONFUCIJE)

Što je vrsta sporta plemenitija, to ima manje publike.

(Sigmung FRAF)

U životu postižu uspeh oni koji stanu na svoje noge i traže prilike koje im odgovaraju, a ako ih ne nađu – sami ih stvaraju.

(DŽO BERNARD ŠO)

Čovek je rođen za velike stvari kada ima snage da pobeđuje sebe.

(Žorž-Luj Leklerk BIFON)

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2017-2019)



Ženska seniorska odbojkaška reprezentacija Srbije svetski šampion (Jokohama, Japan, 2018)

Igrala je u sastavu: Maja Ognjenović, Bojana Živković, Tijana Bošković, Ana Bjelica, Branka Mihajlović, Tijana Malešević, Bojana Milenković, Bjanka Buša, Milena Rašić, Jovana Stevanović, Stefana Veljković, Maja Aleksić, Silvija Popović, Teodora Pušić. Selektor ženske odbokaške reprezentacije Srbije: Zoran Terzić. Ženska seniorska odbojkaška reprezentacija Srbije osvojila je prvo mesto i zlatnu medalju na prvenstvu Evrope (Baku, 2017).



VIŠESTRUKI SVETSKI I EVROPSKI ŠAMPION REPREZENTACIJA SRBIJE (BASKET 3x3)

Širi sastav reprezentacije čine: Dejan Majstorović, Marko Savić, Dušan Domović Bulut, Stefan Stojačić, Stefan Kojić, Aleksandar Ratkov, Marko Ždero i Nikola Pavlović. Najbolji srpski basketaši bili su trostruki svetski prvaci (u Kini, 2016, Francuskoj iz 2017, na Filipinima-Manila, 2018), vicešampioni sveta (u Rusiji, 2014). Na evropskom šampionatu osvojili su zlatnu medalju (Rumunija, 2018), srebrnu takođe u Rumuniji, 2016, kao i bronzanu medalju (Baku, Azerbejdžan, 2015). Spektakularnu igru basketbala (3x3), priredili su u glavnom gradu Vojvodine Novom Sadu (Trg slobode), na "Ultra čelendžeru", gde je učestvovalo 16 ekipa pred nekoliko hiljada gledalaca. Aktuelni svetski i evropski prvak basketaša Novog Sada (Dušan Domović Bulut, Marko Savić, Tomislav Ivošev, Dejan Majstorović), pobedili su u finalu "Nju Harlem" (25. maj 2019).



NOVAK ĐOKOVIĆ (SRBIJA)
NAJBOLJI TENISER NAŠE PLANETE



Seniorska odbojkaška reprezentacija Srbije Šampion Evrope (Pariz, 2019)

Širi spisak reprezentacije: Aleksandar Okolić, Uroš Kovačević, Nemanja Petrić, Lazar Ćirović, Nikola Peković, Petar Krsmanović Marko Ivović, Nikola Jovović, Aleksandar Atanasijević, Dražen Luburić, Neven Majstorović, Marko Podraščanin, Srećko Lisinac, Vuk Todorović. Selektor reprezentacije: **Slobodan Kovač.**



SVETSKA, OLIMPIJSKA I EVROPSKA ŠAMPIONKA U PARA STONOM TENISU (KLASE T-4)

Borislava Perić Ranković (Bečej, 1972), najbolja srpska reprezentativka i teniserka sa invaliditetom. Osvojila je sve najveće titule na internacionalnoj sportskoj sceni: višestruka je šampionka Evrope, svetska prvakinja u pojedinačnoj i ekipnoj kategoriji, olimpijska šampionka (u Pekingu, 2008, i u Rio de Žaneiru, 2016) u singlu, gde je zajedno sa Nadom Matić osvojila zlatnu paraolimpijsku medalju i u dublu. Po broju osvojenih medalja na najvećim svetskim takmičenjima (22 odličja), Borislava Perić Ranković već dostiže rekorde svoga selektora i trenera, a višestrukog svetskog, olimpijskog i evropskog šampiona Zlatka Keslera (gornja slika).



Ženska seniorska reprezentacija Srbije – bronzana na EP („Štark arena" - Beograd, 2019)

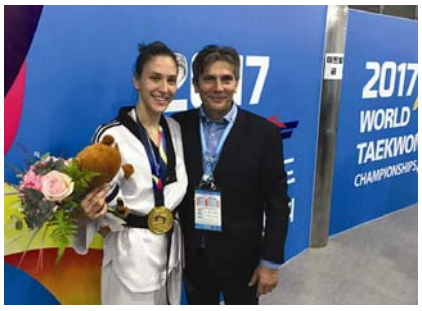
Jelena Bruks, Sonja Petrović, Ana Dabović, Aleksandra Crvendakić, Saša Čađo, Nevena Jovanović, Dajana Butulija, Maja Miljković, Miljana Bojović, Maja Škorić, Dragana Stanković, Nikolina Milić, Aleksandra Stanaćev (selektor: Marina Maljković).

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2017-2019)





Olimpijska i svetska šampionka u tekvondou
Milica Mandić (Beograd, 1991), evropska, olimpijska i svetska šampionka u tekvondou (do 73 kg). Nakon olimpijskog zlata, koje je osvojila u Londonu, na svetskom prvenstvu (Mudžu, Južna Koreja, 2017) osvojila je 1. mesto i zlatnu medalju. Kao reprezentativka Srbije i najbolja takmičarka u tekvondou, član je kluba „Galeb“ iz Beograda.



Svetska šampionka u tekvondou (Mudžu, Južna Koreja, 2017)
Vanja Stanković (19), šampionka Evrope, prvakinja JU-ES opena i svetska prvakinja u tekvondou u kategoriji 49 kg. Član tekvondo kluba “Galeb” Beograd.
Na slici: sa trenerom Draganom Jovićem.





Srpske takmičarke – svetske i evropske šampionke u tekvondou
Sleva: Serđa Stević, šampionka EP, svetska šampionka (55 kg) za juniore i seniore (Južna Koreja 2017, Tunis, 2018). U sredini: Nadica Božanić, svetska šampionka do 63 kg (Južna Koreja, 2017). Na slici desno: Aleksandra Radmilović, juniorska šampinka Evrope (u Kazanu, 2018). One su članice tekvondo kluba „Galeb“ iz Beograda, u kome su stasale i velike šampionke: Milica Mandić, Tijana Bogdanović, Vanja Stanković – pronoseći slavu svoje otadžbine Srbije na svetskom tronu.



Svetska šampionka u tekvondou
Tijana Bogdanović (iz Kruševca, 1998), Zlato na SP (do 49 kg), šampionka EP, srebro na OI (Rio de Žaneiro, 2016). Dobitnica je nagrade OKS kao najbolja sportistkinja godine u Srbiji.

ŠAMPIONKE SVETA – BEZ RUKU (PARATEKVONDO)
Reprezentativke Srbije na svetskom tronu (London-2017, Antalija-2019)







Sleva, prva i druga slika: Dejana Bačko iz Bačke Palanke (25) član kluba „Gitros“ iz Novog Sada, devojka rođena bez ruku – osvajač je zlatne medalje na svetskom prvenstvu u paratekvondou K41 do 49 kg (Antalija, Turska, 2019). Na slici 3 je Jelena Terzić (iz Pančeva), reprezentativka Srbije u paratekvondou – osvajač zlatne medalje K1 preko 58 kg (London, 2017) i (Antalija, Turska, 2019), i na slici skroz desno Bobana Latinčić-Kozić (iz Gradiške, RS) – osvajač srebrne medalje K4 (kategorija preko 58 kg) na svetskom šampionatu u paratekvondou (Antalija, Turska, 2019).

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2017-2019)





NAJBOLJI VATERPOLISTI PLANETE
REPREZENTACIJA SRBIJE – ŠAMPION, KOJI NE SILAZI SA SVETSKOG I EVROPSKOG TRONA

Tradicija traje još od nekadašnje velike države Jugoslavije, da bi se nastavila u Republici Srbiji (1968-2019), u kom periodu su naši najbolji vaterpolisti osvojili sva najveća odličja: na Olimpijskim igrama (4 zlatne medalje), sa svetskih prvenstava (5 zlatnih odličja), na evropskim prvenstvima (8 zlatnih medalja), na Svetskoj ligi (12 zlatnih medalja), sa svetskih kupova (5 najsjajnijih odličja). Višestruki svetski, olimpijski i evropski šampioni, osvojili su EP u Barseloni 2018. godine, sa najuspešnijim trenerom reprezentacije Dejanom Savićem. Na slici, vaterpolo virtuozi sa srpskom zastavom i zlatnim odličjima, reprezentativci: Gojko Pijetlović, Dušan Mandić, Viktor Rašović, Sava Ranđelović, Miloš Ćuk, Duško Pijetlović, Nemanja Vico, Milan Aleksić, Nikola Jakšić, Filip Filipović, Andrija Prlainović, Stefan Mitrović, Branislav Mitrović (stadion Bernat-Pikorelj, Barselona, 2018), a osvajači su zlata na Svetskoj ligi (Beograd, 2019).



SVETSKA ŠAMPIONKA IZ BANATA

Ivana Španović (Zrenjanin, 1990), najbolja srpska atletičarka u skoku udalj, članica AK "Vojvodina" iz Novog Sada. Najbolji njeni uspesi: SP za juniore – zlatna medalja (Bidgošć, 2008), šampionka Univerzijade (Beograd, 2009), evropsko prvenstvo u dvorani 1. mesto (Prag u Češkoj, 2015), EP 1. mesto (Amsterdam, 2016), EP u dvorani 1. mesto (Beograd, 2017), SP u dvorani 1. mesto (Birmingem, 2018), EP u dvorani 1. mesto (Glazgov, 2019). Osvajač je "Dijamantske lige" (Lozana-2015, Šangaj-2016), World Challenge 1. mesto (Zagreb, 2016).





SVETSKI ŠAMPION KOJI JE PROSLAVIO SRBIJU I KUGLAŠKI SAVEZ SRBIJE

Vilmoš Zavarko (Bečej, 1988), reprezentativac Srbije u kuglanju i najbolji kuglaš planete, osvajač brojnih medalja na svim internacionalnim takmičenjima: juniorski svetski šampion, trostruki seniorski prvak sveta: zlatna medalja na PS klasik (Recing, Austrija, 2010), zlato na SP (Špajherzdorf, 2015), SP 1. mesto u kategoriji „Sprint-kuglanje" (Kluž, Rumunija, 2018).





SVETSKA PRVAKINJA MAUNTBORDINGA

Senka Bajić (28) Novi Sad. U disciplini „border kros", dvostruka prvakinja sveta: Kompjen, 2017, i u Kranju, 2018. 5 puta prvakinja EP.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2017-2019)



SVETSKI ŠAMPION U JUDOU
Reprezentativac Srbije
Nemanja Majdov (Istočno Sarajevo, 1996), svetski šampion u džudou, kategorija (90), osvajač je i zlatne medalje Gran pri (Maroko, 2019).



SVETSKI ŠAMPION U RVANJU
Reprezentativac Srbije
Viktor Nemeš (24 godine iz Sente), osvajač svetske titule u rvanju grčko-rimskim stilom u kategoriji do 75 kg (Pariz, 2017).



ŠAMPIONKA SVETA WTA (SINGL)
Olga Danilović (Beograd, 2001), reprezentativka Srbije u tenisu, osvojila je Rolan garos (Pariz, 2016) u dublu zajedno sa Španjolkom Manjon (juniori ITF), prvakinja (EP-Moskva, 2016), šampionka WTA (Moskva, 2018).



VIŠESTRUKI ŠAMPION SVETA
Rade Savić (Gornji Milanovac, 1984), reprezentativac Srbije u dizanju tegova. Svetski šampion u RAB-benč presu. Osvajač svetskih titula: podigao je 270 kg (Limerik, 2011), 290 kg u Knjaževcu iz SP 2013. Postao apsolutni svetski šampion pauer-liftinga, podigavši težinu 260 kg (Gospić, 2017). Član AK "Partizan", a nastupa za svetsku GPC federaciju.



SVETSKA PRVAKINJA
Lou-kik boks
Saida Bukvić iz Novog Pazara (1997), juniorska i seniorska šampionka Evrope i sveta. Zlatna medalja na SP (Budimpešta, 2017).



EVROPSKI ŠAMPION (RVANJE)
Kristijan Fris (Senta, 1984), reprezentativac Srbije, prvak EP u grčko-rimskom stilu (Novi Sad, 2017).



JUDO ŠAMPION EVROPE
Aleksandar Kukolj, poreklom iz Zvornika (rođen u Pragu, 1991), član judo kluba "Rakovica" iz Beograda, srpski reprezentativac u judou, evropski šampion u kategoriji do 90 kg (EP, Varšava, 2017).



ŠAMPION EVROPE U RELIJU
Dušan Borković (Pančevo, 1984), srpski reprezentativac u automobilizmu. Dvostruki šampion Evrope u brdskom prvenstvu (2012) i u kružnim stazama (Pergusa, Italija, 2015), osvajač je vožnje relija TCR šampionata (Bahrein, 2017).

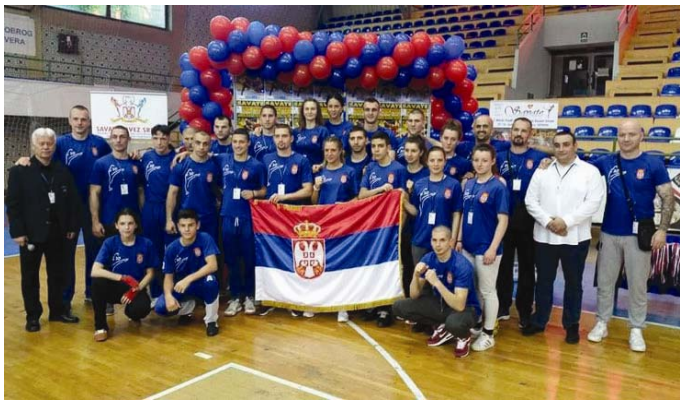


SVETSKA ŠAMPIONKA
(Kumite karate borbe – seniori)
Jovana Preković (Aranđelovac, 1996), reprezentativka Srbije u karate sportu, prvakinja Evrope (Turska, 2017), šampionka sveta (Okinava, Japan, 2017), svetska šampionka (Madrid, 2018) do 61 kg. Članica KK "Knjaz" iz Aranđelovca, dobitnica nagrade OKC.



Srpska takmičarka u fitnes sportu
SVETSKA ŠAMPIONKA
MIS UNIVERZUM – 2019.
Šejla Zarubica (Ruski Krstur, 1993), aktuelna je šampionka Evrope i Mis Univerzum u fitnes sportu, titule osvojila u Tarantu, Italija, 2019. godine.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2017-2019)



Savate reprezentacija Srbije – među najboljima na internacionalnoj sceni. Na međunarodnim takmičenjima od 2017-2019. godine reprezentativci koji su osvajali zlatne medalje za seniore su: Kristina Džolić, Sandra Maran, Nada Miladinov, Tatjana Tomić, Valentina Keri, Tijana Vuković, Vanja Dimitrov, Nemanja Grujić, Igor Pantić, Srđan Živančević, Goran Bajšanski, Goran Sučević. Juniori: Jovan Stevanović, Bojan Đekić, Jelena Sedoglavić, Vuk Pavlović, Lazar Vukašinović, Jovana Vukčević, Petar Jovanov, Nikola Vukčević, Dejan Marjanović, Luka Lisica, Jovan Vagić, Aleksa Guša, Marko Vidaković, Anja Obradović, Krsta Janković, Jovana Kasap, Dušan Kosmotski, Nikolina Kasap. Kadeti: Anastasija Ikonić, Vukašin Koldan, Vojislav Mirkonj, Uroš Veselinović, Strahinja Jocković, Stevan Mirosavljev, Mateja Fekete. Na Balkanskom prvenstvu za juniore i seniore u assaut i combat savateu, koje je održano u Rumi 13-14 maja 2017. godine, reprezentacija Srbije (na slici) u ukupnom plasmanu svih reprezentacija Balkana – osvojila je 1. mesto sa odličjima: 14 zlatnih, 7 srebrnih i 3 bronzane medalje. Zlatom su se okitili: Jovana Kasap, Nada Miladinov, Kristina Džolić, Tatjana Tomić, Valentina Keri, Tijana Vuković, Vanja Dimitrov, Nemanja Grujić, Igor Pantić, Srđan Živančević, Goran Bajšanski, Jovan Stevanović, Dušan Kosmotski i Goran Sučević. Srebrne medalje: Aleksa Stanišić, Marko Kolarski, Milica Trbić, Maša Marković, Branka Arambašić, Radoje Marković, Vladimir Vujadinov i Stevan Janjatov. Bronzane: Miloš Zec, Stevan Miradžić i Helena Maksimović. Stručni štab reprezentacije: selektor Miroslav Odžić, treneri: Miodrag Rakić, Nada Miladinov, Dejan Gavrilović i Srđan Nadrljanski. Predsednik Savate saveza Srbije: Miodrag Rakić. Najuspešniji klub Savate saveza Srbije za 2017, 2018, 2019. godinu je Savate boks klub „Ruma“ iz Rume.

TAKMIČENJE NA SVETSKIM ŠKOLSKIM PRVENSTVIMA SREDNJIH ŠKOLA (MLADOST SRBIJE – NA VRHU SVETA: ODBOJKA, BASKET 3X3, 2018)



Staropazovačke gimnazijalke
SVETSKE ŠAMPIONKE – ODBOJKA
(PS, Brno, Češka, 2018)

Mlade odbojkašice Gimnazije „Branko Radičević“ iz Stare Pazove, na Svetskom školskom prvenstvu srednjih škola u odbojci, osvojile su 1. mesto i zlatnu medalju. Sastav od najboljih: Jovana Mirosavljević, Jelena Vasić, Irina Milanović, Veronika Đokić, Vanja Savić, Milica Medved, Teodora Simeunović, Ivana Lihtler, Milica Nikolić, Natalija Tanasković, Matea Puškarić i Milana Šarić. Šampionke sveta, gimnazijalke iz Stare Pazove predvodio je trener profesor fizičkog vaspitanja Miroslav Marković. Gimnazijom rukovodi dugogodišnji direktor i prof. fizičkog vaspitanja Miroslav Opavski.

VICEŠAMPIONKE SVETA U ŠKOLSKOM SPORTU (PS, BEOGRAD, 2018) BASKETAŠICE (3X3) IZ GIMNAZIJE „BRANKO RADIČEVIĆ“, STARA PAZOVA



Sara Opačić



Danijela Kovačević



Marija Ivanić



Slavica Simeunović



Trener
Mario Anić
prof. fizičkog vaspitanja

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2017-2019)



SVETSKE ŠAMPIONKE U ŠKOLSKOM SPORTU
Mlade košarkašice Sportske gimnazije iz Beograda
(SP srednjih škola, Poreč, 2017)

Svetske šampionke, mlade beogradske košarkašice i gimnazijalke osvojile su 1. mesto i zlatno odličje, a igrale su u sastavu: Nevena Naumčev, Dejana Stevanović, Jovana Damjanović, Tijana Jelić, Anđela Đorđević, Jovana Lazić, Marta Vulović, Mina Đorđević, Ivana Katanić, Dajana Pavlović, Teodora Turudić i Marijana Zukanović. Glavni trener ekipe bio je prof. Andrej Stanojević, uz stručnu ekipu koju su činili: Lucija Stanišić, Radosav Nikolić i Vesna Ivanović.



SP SREDNJIH ŠKOLA (BRNO, 2018)
Bronzani mladići u školskom sportu srednjih škola
Odbojkaši Srednje škole "Miloje Vasić" Veliko Gradište

Na Svetskom prvenstvu srednjih škola u školskom sportu, koje je održano u Češkoj (Brno, 2018), mladi odbojkaši iz SŠ "Miloje Vasić" iz Velikog Gradišta, predvođeni svojim vrsnim trenerom prof. Dejanom Milanovićem – osvojili su 3. mesto i bronzano odličje u odbojkaškom takmičenju svetskog ranga. Bronzanu ekipu mladića činili su: kapiten Bogdan Stanojević, Nikola Ilić, Ivan Ćirović, Borivoje Golubović, Aleksandar Đolović, Stefan Mrkalj, Miloš Milošević, Veljko Boharev, Mario Živojinović, Petar Janković (trener Živana Dragojević).



ŠAMPIONKA SVETA (BOKS)

Nina Radovanović (u Francuskoj, 1991), reprezentativka Srbije u boksu, 5 puta prvakinja sveta u verzijama: WBF, WBIF, GBU i IBO, a 5. titulu osvojila je u Briselu, 2018. Kategorija (50,80 kg) u profesionalnom ringu.





SRBIJA – ŠAMPION EVROPE U PARAGLAJDINGU (EKIPNO)

Srpski reprezentativci u paraglajdingu (precizno sletanje) u sastavu: Zoran Petrović, Pavle Marinković, Dragan Popov, Goran Đurković, Vladimir Janković, Milica Bićanin i Sanja Ristić – osvojili su 1. mesto. Šampionka EP u pojedinačnoj konkurenciji bila je Milica Bićanin (šampionat je održan u Finskoj, 2016), Dejan Valek (na slici desno) osvojio je šampionat EP pojedinačno u preciznom sletanju paraglajdingom (Vršac, 2018).





VAZDUHOPLOVNI MODELARI SRBIJE
SVETSKI I EVROPSKI ŠAMPIONI (2018, 2019)

Reprezentacija Srbije u sastavu: Bojan Gostojić, Svetozar Gostojić (iz Zrenjanina) i Radoje Blagojević (Nova Pazova), osvojila je Svetsko prvenstvo u klasi F1B – ekipno, 2018. godine (slika levo), a na EP održano u Mađarskoj, 2019. godine – ista ekipa srpskih reprezentativaca osvojila je 1. mesto i zlatnu medalju (ekipno). Na slici desno: Reprezentacija vazduhoplovnih modelara Srbije, nakon osvajanja zlatnog odličja na PE u Mađarskoj, 2019.





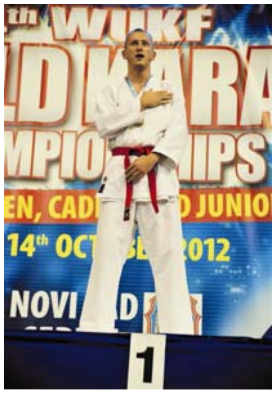
Sekači motornom testerom (SP)
Reprezentacija Srbije u svetskom vrhu

Prvo takmičenje šumskih radnika u SFRJ održano je na Novosadskom poljoprivrednom sajmu 1965. Od tada, najbolji sekači Srbije osvajali su najveća odličja na internacionalnoj sceni, pa je na SP u Norveškoj 2018. godine – Srbija osvojila 3. mesto (na slici). Za 34. SP organizaciju je dobila Srbija i grad Beograd.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI







Majstor karatea **Radovan Šimun** (Vrbas, 1992), srpski reprezentativac. Karateom se počeo baviti u vrbaškom karate klubu „Bun Shin“, pa je nastavio u renomiranom karate klubu „Ju-karate-do“ iz Novog Sada, kod legendarnog trenera karatea mr Dušana Dačića, majstora karatea crvenog pojasa 9. DAN (kudan) i selektora Karate unije Srbije. U desetogodišnjem periodu bavljenja karateom osvajač je sledećih odličja: trostruki prvak Republike Srbije (juniori) i šampion države 4 puta u seniorskoj kategoriji. Svetski šampion karatea postao je u kadetskoj kategoriji (Sao Paolo, Brazil, 2010), a bio je i juniorski svetski šampion u teškoj kategoriji (Novi Sad, 2012). Najveći svoj uspeh u karate borbama ostvario je osvajanjem titule vicešampiona sveta u seniorskoj kategoriji (Iguacu Fals, Brazil, 2014). R. Šimun je osvajač i medalja na evropskim takmičenjima (3. mesto za juniore, Đer, Mađarska, 2011), i vicešampion Evrope u borbama za seniore (Temišvar, 2016). Dobitnik je Plakete za najboljeg sportistu Univerziteta u Novom Sadu, 2014. godine.



Reprezentacija parastrelaca Srbije
Dominacija na Svetskom kupu (Osijek, 2019)

U takmičenju je učestvovalo 48 zemalja sa 227 takmičara. Reprezentacija Srbije osvojila je ukupno 10 medalja: 5 u pojedinačnoj konkurenciji (3 zlatne i dve srebrne) i u ekipnoj konkurenciji (3 zlatne i dve srebrne). Za Reprezentaciju Srbije nastupali su: Rastko Jokić, Dragan Ristić, Jelena Pantović, Dejan Jokić, Laslo Šuranji, Zoran Poučki, Živko Papaz, Sredo Radović, Zoran Banjac i Zdravko Savanović. Selektor parastrelaca Srbije: Nenad Pajić.



Basketaši Novog Sada – četvorostruki prvaci sveta
(Ucunomija, Japan, 2019)

Osvajanjem četvrti put FIBA 3x3, novosadski basketaši su dokazali da im nema premca. U ekipi su igrali: Dušan Domović-Bulut, Marko Savić, Marko Ždero i Tomaš Ivošev. Basketaši Novog Sada su do sada već bili prvaci sveta 2014, 2015, 2018. godine.



Najbolji na svetu
Futsal reprezentacija
Pravnog fakulteta, Beograd

Na 5. Svetskom univerzitetskom šampionatu, reprezentacija u futsalu je postala prvak sveta za 2018. godinu u Barseloni, a uspeh je ponovila i 2019. godine i u Puli. Za reprezentaciju su igrali: Marko Badovinac, Nikola Vićić (kapiten), Nikola Ristanović, Strahinja Petrov, Nikola Matijević, Filip Minić, Nikola Arsić, Ivan Nikotović, Aleksandar Fric, Marko Lazić, Jovan Ristanović i Đorđe Vrljanac.



Profesionalni i amaterski prvak sveta
(Lou kik-boks)

Bojan Džepina (33) iz Vojke, reprezentativac Srbije u kik-boksu. Bio je profesionalni i amaterski svetski šampion u kik-boksu. Osvojio je šampionsku titulu u Smederevu, 2019. godine u takmičarskoj disciplini lou kik boks (kategorija 88,6 kg).

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI





Svetska i evropska šampionka reprezentativka Srbije (tekvondo)
Tijana Bogdanović (Kruševac, 1998), juniorska svetska prvakinja u kategoriji (do 46 kg), juniorska i seniorska prvakinja Evrope (Montre, 2016. godine i Kazanj, 2018), zlatna medalja na tekvondo Fuđaira Open, 2. mesto na Evropskim igrama – Baku. Osvojila je srebrnu medalju (OI, Rio, 2016), a proglašena je i Najboljom mladom sportistkinjom Srbije (2015, 2016). U 2019. godini – zlato na EP Dablin.





Svetska i evropska šampionka iz Srbije penjačica na veštačke stene (discipline u bolderu i kombinaciji)

Staša Gejo (Niš, 1997), članica Planinarsko-alpinističko-ekspedicijskog kluba Niš. Na Svetskom juniorskom šampionatu osvojila je 1. mesto i zlatnu medalju. Pobedila je i u seniorskoj konkurenciji na Svetskim igrama (Vroclav, 2017). Na prvenstvu Evrope u disciplini *bolder* osvojila je 1. mesto (Minhen, 2017) i 3. u kombinaciji. Na SP (u Insbruku, 2019. godine osvojila je 3. mesto, a na PE (Moskva, 2020) ona je u bolderu osvojila 3. mesto i bila 2. u kombinaciji.



Juniorska ženska rukometna reprezentacija Srbije
(Šampion Evrope, Varna, Bugarska 2019)





Šampion Svetskog kupa (Berlin, 2019)
Čaba Silađi (Senta, 1990), proslavljeni srpski reprezentativac mađarskog porekla. Osvajač je brojnih medalja na evropskim i svetskim takmičenjima. Jedan od značajnih uspeha je osvajanje zlatne medalje na Svetskom kupu u Berlinu, 2019. godine (prsnim stilom na 50 m). Plivač Čaba Silađi, bio je i član reprezentacije, koja je učestvovala na Olimpijskim igrama (Tokio, 2020).





Šampion Evrope u tekvondou – Iranac osvojio zlato za Srbiju
Srpski reprezentativac u tekvondou, Iranac Mahdi Hodabahši (Persa-Megdi, 1991), preselio se u Srbiju i postao član tekvondo kluba „Galeb" u Novom Beogradu. Za reprezentaciju Srbije osvojio je zlatnu medalju u kategoriji do 80 kg (EP, Sarajevo, 2020).



Šampion 47. "Kosidbe na Rajcu"
Vuk Vučković, dvadesetjednogodišnji kosač, rođen u Preljini kod Čačka i najmlađi je osvajač "Zlatne kose", na takmičenju iz 2019.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI





Teniska reprezentacija Srbije – šampion ATP kupa (Sidnej, 2020)

Nova organizacija Svetskog prvenstva u tenisu pod nazivom ATP kup, koji je premijerno održan u australijskom gradu Sidnej. Nastupilo je 24 reprezentacije zemalja iz celog sveta. Na njemu je dominirala reprezentacija Srbije, koja je i osvojila ATP kup. U reprezentaciji Srbije su igrali teniseri: Novak Đoković, Viktor Troicki, Dušan Lajović, Nikola Milojević i Nikola Čačić. Selektor srpske teniske reprezentacije bio je Nenad Zimonjić. ATP kup je timsko takmičenje tenisera, koje se odvija na otvorenom i na tvrdoj podlozi. Ovo takmičenje se odigravalo u tri australijska grada: Sidneju, Brizbejnu i Pertu. Svi timovi koji učestvuju u ATP kupu određuju se pojedinačnim rangom njihovog najboljeg igrača, a da bi se određena reprezentacija (država) kvalifikovala, mora imati najmanje tri igrača sa svetske ATP liste, ali i najmanje dvojica sa rangom u singlu. Procedura i tok takmičenja: *24 takmičarske ekipe podeljene su u šest grupa od po četiri tima. Teniski timovi se suočavaju u vezama, koje su sastavljene od dva singl meča i jednog dvoboj meča. Utakmicom između broja 2. svakog tima otvara se nerešen rezultat, potom broj 1 svakog tima i dvostruki meč zatvaraju taj meč. Zatim sledi takmičenje parova, bez obzira da li je odlučeno nerešeno ili ne. Pobedniku iz svake takmičarske grupe pridružuju se dva najbolja druga mesta u četvrtfinalu ATP turnira tokom tri nokaut runde, sve dok se ne „okruni" konačan šampionski tim – odnosno apsolutni šampion ATP kupa. Nagradni fond ovog internacionalnog teniskog takmičenja iznosi 15.000.000 USA dolara.*



Šampion Arlond-kupa
Svetozar Milenković Toza (Trnjane kod Aleksinca, 1986), osvajač Arnold-kupa u bodibildingu, šampion Srbije, prvak Balkana i vicešampion Evrope.





Reprezentativka Srbije – internacionalna šampionka u judou
Andrea Stojadinov (Pančevo, 2000), jedna od najuspešnijih judoka reprezentacije Srbije. Višestruka šampionka Srbije (kategorija do 48 kg). Njeni najveći uspesi u judo sportu su sledeći: EP do 23 godine – zlatna medalja (Gior, 2018), 1. mesto juniori EP (Poreč, 2020), vicešampionka Evrope za seniore (Prag, 2020), 2. mesto na EP (Podgorica, 2017), dve bronzane medalje na Svetskom prvenstvu (Nasau, 2018) i (Marakeš, 2019), bronzana medalja na EP (Iževsk, 2019). Osvojila je bronzane medalje na Gran priju u Taškentu i Tel Avivu.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI





Atletičarka Ivana Španović (Zrenjanin, 1990)

Reprezentativka Srbije u skoku u dalj. Njeni uspesi su sledeći: juniorska šampionka sveta (2008), pobednik Univerzijade (Beograd, 2009), bronzane medalje na SP (Moskva, 2013, Peking, 2015), evropska šampionka u dvorani (Prag, 2015), šampionka Evrope u dvorani (Beograd, 2017). Najveći uspeh ostvarila na SP (Birmingem, 2018). Bila je šampionka Balkana, a ostvarila je 16 pobeda na Dijamantskoj ligi, sa skokom u Cirihu iz 2021. godine (6,96 m).









Savate reprezentacija Srbije – šampion Svetskog prvenstva za juniore i šampion Svetskog kupa za katede u asault savateu (Ruma, 2021)

Najveći uspeh savatisti Srbije osvojili su na takmičenju u Sportskom centru Ruma, gde su juniorski takmičari bili svetski šampioni, osvojivši 1. mesto uz 8 zlatnih medalja, 4 srebrne i 3 bronzane, a time osvojili i pehar za najuspešniji nacionalni tim. Pehar za najuspešniju takmičarku osvojila je takmičarka Anastasija Ikonić (druga zdesna), član Savate boks kluba „Ruma" iz Rume. Takođe, kadetski takmičari su se na održanom Svetskom kupu ubedljivo plasirali na 1. mesto sa osvojenih 5 zlatnih, 8 srebrnih i 7 bronzanih medalja, a pehar za najuspešniju takmičarku pripao je Jeleni Radojčin članici Savate kluba „Banat" Zrenjanin. Internacionalna savate federacija je odala priznanje selektoru Miodragu Rakiću – za organizovanje prvenstva.





Basketaši Srbije – šampioni Evrope, 2021.

Boris Pašajlić, Dejan Majstorović, Aleksandar Ratkov, Mihailo Vasić (PE, Pariz, 2021).



Evropska i svetska prvakinja (kik-bokserka K1 i lou-kik)

Diana Dabetić (1989), reprezentativka Srbije u kik-boksu. Višestruka prvakinja države, Balkana, 2. na Svetskom kupu, šampionka Evrope, prvakinja sveta, a rezultate je postigla do 2021. godine.



KIK BOKS SAVEZ SRBIJE

Šampionka sveta (kik-boks)

Teodora Manić (27), reprezentativka je Srbije u kik-boksu, i jedna od najuspešnijih kik-bokserki planete. Četvorostruka svetska amaterska šampionka (Wako Pro federacije), 4. zlatna medalja na PS (Beograd, Kovilovo, 2021), dobitnica *Majske nagrade* iz 2021.



Kik-bokserka Srbije svetska šampionka prvakinja Evrope

Saida Bukvić (Novi Pazar, 1997), najtrofejnija kik-bokserka reprezentacije Srbije. Višestruka svetska šampionka, bez premca u Evropi, svetska profi-šampionka. U profesionalnim mečevima u svih 5 je bila pobednica. Dobitnica je *Pojasa Evrope* u kik-boksu. Osvajač i Svetskog kupa (Budimpešta, 2021).





Svetska šampionka – atletičarka Srbije

Bacačica koplja Adriana Vilagoš (Mali Iđoš, 2004), reprezentativka Srbije, osvajačica 1. mesta i zlatne medalje u bacanju 700-gramskog koplja U20 hicem od 61,46 m (Najrobi, 2021). Aktuelna je i vicešampionka Evrope za juniore (Talin, Estonija, 2021), i prvakinja Evrope za seniore (Split, 2021).

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE
NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI





Novak Đoković – najbolji teniser sveta svih vremena

Srpski teniski reprezentativac Novak Đoković (Beograd, 1987), najbolji teniser u istoriji srpskog i svetskog tenisa. Planetarni talenat i genijalni igrač reketnog sporta. Svetski šampion za sve teniske terene, 1. mesto na ATP listi počeo je da zauzima od 4. jula 2011. godine (sa manjim prekidima), a prvi je i u 2021. godini. Ukupno provodi na 1. mestu ATP liste preko 350 nedelja. Od početka bavljenja tenisom i nastavka profesionalne karijere (2003), osvojio je 84 titule, 20 Gren slema, 36 mastersa. U konstruktu njegovih odličja, višestruki je osvajač Vimbldona i Rolan garosa. Dobitnik je najprestižnijih sportskih državnih i međunarodnih nagrada: „Laureus“, „Karađorđeve zvezde I reda“, „Espi“, „Zlatni masters“, „Odlikovanje Republike Srpske“ i drugih. Prvi treneri su mu bili: Jelena, Genčić, Nikola Pilić, a potom Marian Vajda i Goran Ivanišević. Osnovao je međunarodni teniski turnir „Belgrade-open“. Bio je donator širokih razmera za dobrobit Srbije (opširniji podaci na 71. stranici ovog Leksikona pod „Đoković Novak“).



ŽENSKA SENIORSKA KOŠARKAŠKA REPREZENTACIJA SRBIJE – EVROPSKI ŠAMPION (VALENSIJA, 2021)

Najbolje srpske košarkaške reprezentativke, selektorke Marine Maljković, ponovile su svoju zlatnu storiju iz Budimpešte (2015), pa su osvojile zlatnu medalju i na prvenstvu Evrope (Valensija, Španija, 2021). Širi spisak evropskih šampionki u košarci: Ivana Raca, Snežana Bogićević, Maja Miljković, Sonja Vasić, Saša Čađo, Sara Krnjić, Nevena Jovanović, Jelena Bruks, Dajana Butulija, Aleksandra Crvendakić, Ivon Anderson, Nikolina Milić, Dragana Stanković, Jovana Nogić, Ana Dabović, Maja Škorić, Maša Janković, Anđela Dugalić, Tina Krajišnik, Ivana Katanić, Mina Đorđević i Sofija Olić. Evropske šampionke su osvojile vizu za OI (Tokio, Japan, 2021).



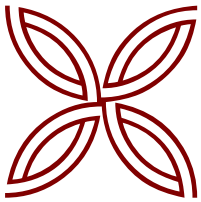
KARATE
svetska i evropska šampionka

Jovana Preković (Aranđelovac, 1996), reprezentativka Srbije u karateu i jedna od naših najboljih takmičarki: višestruka je prvakinja Srbije i Balkana, svetska prvakinja u kumiteu (borbe, kategorija do -61 kg), zlatnu medalju na SP osvojila je u Španiji 2018. Zlatne medalje na EP osvojila je u Turskoj (2017) i u Lisabonu (2021). J. Preković je osvojila i više medalja na Premijer ligi, na takmičenju Serija A, kao i na Mediteranskim igrama. Učesn. OI, 2021.



Juniorska vaterpolo reprezentacija Srbije – svetski šampion (Prag, 2021)

Mišović, Branković, Stanojević, Pljevančić, Gak, Mitrović, Radulović, Milojević, Martinović, Gavrilović, Jakšić, Radović, Tanasijević. Selektor juniorske vaterpolo reprezentacije Srbije: Uroš Stevanović.



Velike pobede nisu nikada izvojevane u prvom okršaju.

(Johan FOLKBERGET)

Kad neki veliki čovek pogreši i padne, onda se i najsitniji čovek oseća veći od njega.

(ŠEKSPIR)

Mnoge ćeš stvari znatno lakše shvatiti vežbanjem (u praksi) nego učenjem pravila (teoretski).

(Latinska izreka)

Snaga nije u tome što čovek može da sveže u čvor železnu palicu, što može da ima bilione i trilione rubalja, niti u tome što će vladati milionima ljudi: prava snaga je samo u vlasti nad samim sobom.

(TOLSTOJ)

Onaj ko je dobar u lošim delima, dobar je i u dobrim delima.

(Japanska poslovica)

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)





Letnje Olimpijske igre XXXII po redu, uspešno su održane u Tokiju glavnom gradu Japana od 23. jula do 8. avgusta 2021. godine. Odluka, da Tokio bude domaćin letnjih Olimpijskih igara doneta je u Buenos Ajresu 7. septembra 2013. godine i sa definisanim datumom u 2020. godini. Izbijanje pandemije kovida, pomerilo je održavanje OI za 2021. godinu.[*]

Sva takmičenja su završena. Izmene na OI su bile i u tome što su ponovo nakon 2008. godine uključeni u takmičenje sportovi bejzbol i softbol, sportsko penjanje, surfovanje, skejtbort, a posebno je obradovalo pobornike karate sporta, koji je po prvi put u svojoj istoriji (od osnivanja), debitovao na OI u Tokiju. Takođe, u OI u Japanu po prvi put su učestvovali sportovi: basket (3x3) i disciplina biciklizma medison i freestyle BMX, dok su kod nekoliko sportova uvedene i mešovite muško-ženske kategorije u: atletici, stonom tenisu, plivanju, triatlonu, judou i streljaštvu.

Broj država učesnica bio je 206, sa brojem sportista 11.091, dok je broj sportova bio 41 u 339 disciplina. Zbog kovida-19, Severna Koreja nije dozvolila učešće svojim sportistima na OI, a zbog problema koje je utvrdila Svetska antidoping agencija, sportisti Rusije nisu mogli učestvovati sa imenom države i himne, već pod imenom „ROK" (Ruski Olimpijski Komitet), sa zastavom svog olimpijskog komiteta, a proglašenim ruskim olimpijskim šampionima je svirana kompozicija Petra Čajkovskog – umesto zvanične himne Ruske Federacije.

Takođe, pod zastavom Olimpijskog izbegličkog tima učestvovala je država Esvatini, dok je eks Makedonija debitovala prvi put pod imenom Severna Makedonija.

Olimpijska reprezentacija Srbije učestovala je na XXXII OI sa 86 sportista, i ostvarila najbolji rezultat od svih učešća na dosadašnjim Olimpijadama – osvojivši ukupno devet medalja, od čega 3 zlatne, 1 srebrnu i pet bronzanih, a time je oborila svoj olimpijski rekord, pa je po broju osvojenih medalja bila najtrofejnija reprezentacija u regionu, izuzev Mađarske.

[*] Letnje Olimpijske igre i POI održane su u glavnom gradu Japana, pod nazivom "Tokio 2020", jer se zbog pandemije virusa korona takmičenje odigravalo godinu dana kasnije (2021). Zbog originalnosti i uštede u dizajnu – zadržana je i u logotipu 2020. godina.

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)



Renovirani japanski nacionalni stadion u Tokiju (slika iz 2020. godine)



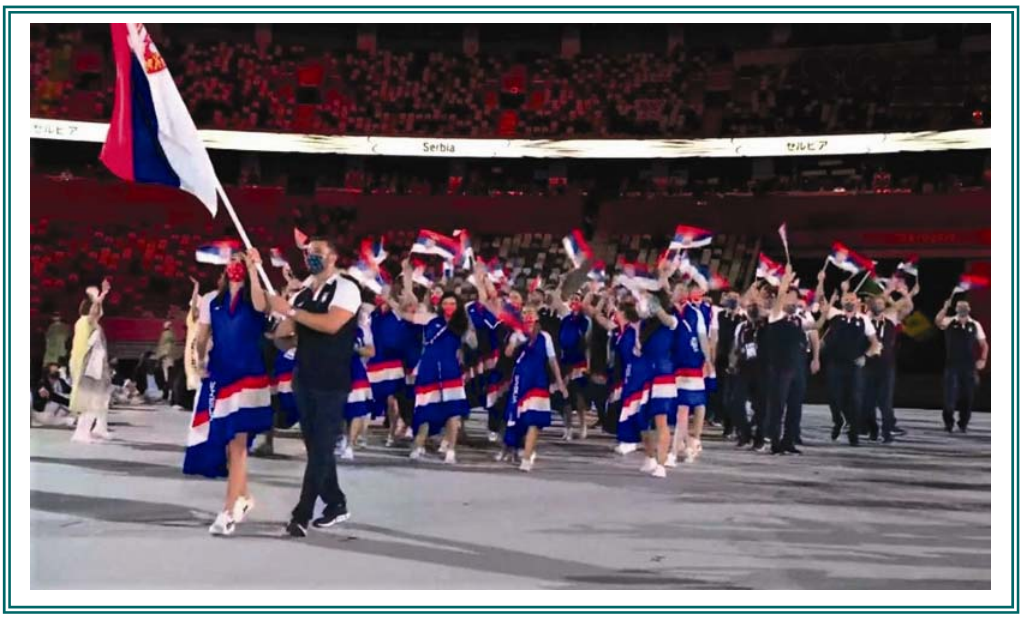
Japanski nacionalni stadion u Tokiju – u vreme otvaranja OI (slika iz 2021)

Nazvan Novi nacionalni stadion (Kokuritsu Kyogijo) u Tokiju, glavnom gradu Japana, na kome su se odigravale XXXII letnje Olimpijske igre (Tokio, 2020). Ovaj velelepni stadion nikao je na mestu prethodnog Nacionalnog stadiona. Izgradnja stadiona je premašila cifru troškova koja je bila trostruko veća od troškova izgradnje olimpijskog stadiona u Londonu, i čak pet puta veća od olimpijskog stadiona u Pekingu. Ukupni troškovi Novog nacionalnog stadiona u Tokiju iznosli su 1,4 milijarde američkih dolara.

Glavni projektant je bio japanski arhitekta Kengo Kuma (rođen 1964). Stadion je zvanično otvoren 21. decembra 2019. godine. Prvenstveno je namenjen za fudbal, ragbi i atletiku. Kapacitet je za 68.000 posetilaca ili 80.016 gledalaca sa privremenim sedištima. Veličina stadiona je 107x71 m (trava). Stadion uglavnom koriste Japanska fudbalska reprezentacija i Japanski nacionalni tim za ragbi (popularan u Japanu).

Zbog pandemije kovida i nemogućnosti prisustva gledalaca, japanski inženjeri su se potrudili da taj vizuelni nedostatak dopune specijalnim elektronskim efektima, a što se moglo primetiti u kasnim popodnevnim i večernjim događanjima na OI.

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)



Nakon ceremonije otvaranja OI, svečano je prodefilovala i olimpijska reprezentacija Srbije. Nacionalnu zastavu ponosno su nosili košarkašica Sonja Vasić i vaterpolista Filip Filipović.
(Na japanskom Nacionalnom stadionu, 23. avgusta 2021)



Veći deo olimpijske reprezentacije Srbije, ispred smeštaja u olimpijskom selu (24. 8. 2021)

Olimpijska reprezentacija Srbije imala je 86 sportista, koji su izborili vizu za 32. Olimpijske igre (Tokio, 2020). Većina olimpijaca je već bila stigla za svečanu ceremoniju otvaranja OI, a ostali su pristizali nakon nekoliko dana uoči svoga nastupa. Srbija je imala predstavnike u sledećim sportovima: vaterpolo, odbojka, tenis, streljaštvo, basket (3x3), rvanje, boks, košarka, kajak, atletika, plivanje, stoni tenis, judo, tekvondo, veslanje i karate (koje je po prvi put od svoga drevnog osnivanja – nastupalo na OI).

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TABELA UČESNIKA SPORTISTA (OLIMPIJACA) REPREZENTACIJE SRBIJE

SPORT	Ime i prezime takmičara	Disciplina
Plivanje	Čaba Silađi	100 m prsno
Plivanje	Velimir Stjepanović	200 m slobodno
Plivanje	Vuk Čelić	800 m slobodno
Plivanje	Anja Crevar	400 m mešovito
Plivanje	Andrej Barna	100 m slobodno
Plivanje	Uroš Nikolić	Štaf. 4x100 m
Plivanje	Nikola Aćin	Štaf. 4x100 m
Streljaštvo	Zorana Arunović	Pištolj
Streljaštvo	Damir Mikec	Pištolj
Streljaštvo	Milutin Stefanović	Puška
Streljaštvo	Andrea Arsović	Puška
Streljaštvo	Sanja Vukašinović	Puška
Streljaštvo	Jasmina Milovanović	Pištolj
Streljaštvo	Milenko Sebić	Puška
Tekvondo	Milica Mandić	+67 kg
Tekvondo	Tijana Bogdanović	-49kg
Judo	Aleksandar Kukolj	-100 kg
Judo	Nemanja Majdov	-90 kg
Judo	Anja Obradović	-63 kg
Judo	Marica Perišić	-57 kg
Judo	Milica Nikolić	-48 kg
Atletika	Ivana Španović	Skok u dalj
Atletika	Armin Sinančević	Kugla
Atletika	Asmir Kolašinac	Kugla
Atletika	Dragana Tomašević	Disk (IAAF)
Atletika	Marija Vučenović	Koplje (IAAF)
Rvanje	Mihail Kajala	Grč-rim. -97 kg
Rvanje	Zurabi Datunašvili	Grč-rim. -87 kg
Rvanje	Mate Nemeš	Grč-rim. -61 kg

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TABELA UČESNIKA SPORTISTA (OLIMPIJACA) REPREZENTACIJE SRBIJE

SPORT	Ime i prezime takmičara	Disciplina
Rvanje	Stevan Andrija Micić	Slob. stil -57 kg
Kajak	Strahinja Stefanović	K1 200 m
Kajak	Milica Novaković	K1 500 m
Kajak	Bojan Zdelar	K1 1000 m
Veslanje	Miloš Vasić	M2 dvojac bez kormilara
Veslanje	Martin Mačković	M2 dvojac bez kormilara
Veslanje	Jovana Arsić	W1x-skif
Basket (3x3)	Muška ekipa	FIBA rang lista (1)
Stoni tenis	Muška stonoteniska reprez.	ITTF svetske ekipne
Vaterpolo	Muška vaterpolo reprezent.	Svetska liga (1)
Odbojka	Ženska odbojkaška reprez.	Olimp. kval. (1)
Košarka	Ženska košarkaška reprez.	FIBA (2. mesto)
Karate	Jovana Preković	Kumite (-61 kg)
Boks	Nina Radovanović	Muva 48-51 kg
Tenis	Novak Đoković	Pojedinačno i u miks dublu Na osnovu ATP liste (1)
Tenis	Momir Kecmanović	Pojedinačno (singl) Na osnovu ATP liste
Tenis	Nina Stojanović	Pojedinačno i u miks dublu Realokacija kvote
Tenis	Ivana Jorović	Pojedinačno (singl) Realokacija kvote
Tenis	Aleksandra Krunić	Ženski dubl Realokacija kvote

REZIME OSVOJENIH OLIMPIJSKIH MEDALJA REPREZENTACIJE SRBIJE

Redni broj	Takmičar – takmičarka ili selekcija	Sport Sportska disciplina	Osvojena medalja Mesto na OI
1	Milica Mandić	Tekvondo (+67 kg)	Zlatna medalja (1)
2	Jovana Preković	Karate (kumite -61)	Zlatna medalja (1)
3	Vaterpolo reprezentacija Srbije	Vaterpolo	Zlatna medalja (1)
4	Damir Mikec	Streljaštvo (vazd. pištolj)	Srebrna medalja (2)
5	Tijana Bogdanović	Tekvondo (49 kg)	Bronzana medalja (3)
6	Reprezentacija Srbije basket (3x3)	Basket (3x3)	Bronzana medalja (3)
7	Milenko Sebić	Streljaštvo (malokal. puška)	Bronzana medalja (3)
8	Zurabi Datunašvili	Rvanje grčko-rim. stilom	Bronzana medalja (3)
9	Ženska odbojkaška reprezentacija	Odbojka	Bronzana medalja (3)

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

POZICIJA ZEMALJA UČESNICA (BILANS MEDALJA)

Pozicija zemlje	Zemlja-učesnik	Zlatna medalja	Srebrna medalja	Bronzana medalja	Ukupno medalja
1	SAD	39	41	33	113
2	Kina	38	32	18	88
3	Japan	27	14	17	58
4	Velika Britanija	22	21	22	65
5	Rusija	20	28	23	71
6	Australija	17	7	22	46
7	Holandija	10	12	14	36
8	Francuska	10	12	11	36
9	Nemačka	10	11	16	37
10	Italija	10	10	20	40
11	Kanada	7	6	11	24
12	Brazil	7	6	11	24
13	Novi Zeland	7	6	7	20
14	Kuba	7	3	5	15
15	Mađarska	6	7	7	20
16	Južna Koreja	6	4	10	20
17	Poljska	4	5	5	14
18	Češka	4	4	3	11
19	Kenija	4	4	2	10
20	Norveška	4	2	2	8
21	Jamajka	4	1	4	9
22	Španija	3	8	6	17
23	Švedska	3	6	0	9
24	Švajcarska	3	4	6	13
25	Danska	3	4	4	11
26	Hrvatska	3	3	2	8
27	Iran	3	2	2	7
28	Srbija	3	1	5	9
29	Belgija	3	1	3	7

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

POZICIJA ZEMALJA UČESNICA (BILANS MEDALJA)

Pozicija zemlje	Zemlja-učesnik	Zlatna medalja	Srebrna medalja	Bronzana medalja	Ukupno medalja
30	Bugarska	3	1	2	6
31	Slovenija	3	1	1	5
32	Uzbekistan	3	0	2	5
33	Gruzija	2	5	1	8
34	Kineski Tajpeh	2	4	6	12
35	Turska	2	2	9	13
36	Grčka	2	1	1	4
37	Uganda	2	1	1	4
38	Ekvador	2	1	0	3
39	Izrael	2	0	2	4
40	Katar	2	0	1	3
41	Bahami	2	0	0	2
42	Tzv. Kosovo	2	0	0	2
43	Ukrajina	1	6	12	9
44	Belorusija	1	3	3	7
45	Rumunija	1	3	0	4
46	Venecuela	1	3	0	4
47	Indija	1	2	4	7
48	Hong Kong, Kina	1	2	3	6
49	Filipini	1	2	1	4
50	Slovačka	1	2	1	4
51	Južna Afrika	1	2	0	3
52	Austrija	1	1	5	7
53	Egipat	1	1	4	6
54	Indonezija	1	1	3	5
55	Etiopija	1	1	2	4
56	Portugalija	1	1	2	4
57	Tunis	1	1	0	2
58	Irska	1	0	2	3

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

POZICIJA ZEMALJA UČESNICA (BILANS MEDALJA)

Pozicija zemlje	Zemlja-učesnik	Zlatna medalja	Srebrna medalja	Bronzana medalja	Ukupno medalja
59	Estonija	1	0	1	2
60	Fidži	1	0	1	2
61	Letonija	1	0	1	2
62	Tajland	1	0	0	1
63	Bermuda	1	0	0	1
64	Maroko	1	2	9	13
65	Portoriko	1	0	0	1
66	Kolumbija	0	4	1	5
67	Azerbejdžan	0	3	4	7
68	Dominikanska Republika	0	3	2	5
69	Jermenija	0	2	2	4
70	Kirgistan	0	2	1	3
71	Mongolija	0	1	3	4
72	Argentina	0	1	2	3
73	San Marino	0	1	2	3
74	Jordan	0	1	1	2
75	Malezija	0	1	1	2
76	Nigerija	0	1	1	2
77	Bahrein	0	1	0	1
78	Saudijska Arabija	0	1	0	1
79	Litvanija	0	1	0	1
80	Severna Makedonija	0	1	0	1
81	Namibija	0	1	0	1
82	Turkmenistan	0	1	0	1
83	Kazahstan	0	0	8	8
84	Meksiko	0	0	4	4
85	Finska	0	0	2	2
86	Bocvana	0	0	1	1
87	Burkina Faso	0	0	1	1

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

POZICIJA ZEMALJA UČESNICA (BILANS MEDALJA)

Pozicija zemlje	Zemlja-učesnik	Zlatna medalja	Srebrna medalja	Bronzana medalja	Ukupno medalja
88	Obala Slonovače	0	0	1	1
89	Gana	0	0	1	1
90	Grenada	0	0	1	1
91	Kuvajt	0	0	1	1
92	Moldavija	0	0	1	1
93	Sirija	0	0	1	1



Spektakl svečanog zatvaranja XXXII Olimpijskih igara (Tokio, 2020)
(Snimak Nacionalnog stadiona u Tokiju (spolja), 8. avgusta 2021)

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TAKMIČARI REPREZENTACIJE SRBIJE – OSVAJAČI MEDALJA









Milica Mandić, reprezentativka Srbije u Tekvondou – olimpijska šampionka (OI, Tokio, 2020)

Milica Mandić (Beograd, 1991), majstor tekvondoa crnog pojasa 3. DAN-a i članica tekvondo kluba „Galeb“ iz Novog Beograda. Višestruka šampionka Srbije, evropska prvakinja iz 2013. godine (kateg. do 73 kg), olimpijska šampionka OI, London, 2012. Ponovo je blistala na najvišem tronu sa najsjajnijim odličjem, postala je olimpijska šampionka u tekvondou (+69 kg) na Olimpijskim igrama (Tokio, 2020). Milica Mandić je najuspešnija srpska sportistkinja sa dva osvojena olimpijska zlata. Trener i selektor tekvondo reprezentacije Srbije je Dragan Jović Gale (Beograd, 1969).

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TAKMIČARI REPREZENTACIJE SRBIJE – OSVAJAČI MEDALJA











Jovana Preković, reprezentativka Srbije u karateu – olimpijska šampionka kumite (OI, Tokio, 2020)

Jovana Preković (Aranđelovac, 1996), najuspešnija srpska karatistkinja, majstor karatea crnog pojasa 3. DAN-a. Bila je šampionka Evrope (Turska, 2017), svetska šampionka (Okinava, Japan, 2017), svetska šampionka (Madrid, 2018) kategorija do 61 kg. Postala je i olimpijska šampionka u karateu (OI, Tokio, 2020) u kategoriji do 61 kg, dobitnica nagrade OKS (Olimpijskog komiteta Srbije), kao najuspešnija sportistkinja. Ponikla je u karate klubu „Knjaz“ iz Aranđelovca. *Aktuelni trener joj je Roksanda Lazarević Atanasov, nekadašnja uspešna višestruka šampionka Jugoslavije i Srbije, trostruka šampionka Evrope u karate sportu i svetska prvakinja (kumite), glavni trener KK „Knjaz“, Aranđelovac.*

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TAKMIČARI REPREZENTACIJE SRBIJE – OSVAJAČI MEDALJA







Sleva: Vaterpolo reprezentacija Srbije (OI, Tokio, 2020), desno: Dejan Savić selektor reprezentacije



Vaterpolo reprezentacija Srbije – olimpijski šampion (OI, Tokio, 2020)

Višestruki evropski i svetski šampioni, posle osvojene zlatne medalje na OI u Brazilu (2016), opet su osvojili najsjajnije odličje (OI, Tokio, 2020), postavši olimpijski šampioni u vaterpolu. Sastav reprezentacije: Gojko Pijetlović, Dušan Mandić, Nikola Dedović, Sava Ranđelović, Strahinja Rašović, Duško Pijetlović, Đorđe Lazić, Milan Aleksić, Nikola Jakšić, Filip Filipović, Branislav Mitrović, Andrija Prlainović, Stefan Mitrović.

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TAKMIČARI REPREZENTACIJE SRBIJE – OSVAJAČI MEDALJA







Damir Mikec, reprezentativac Srbije u streljaštvu, osvajač srebrne medalje (vazdušni pištolj) (Olimpijske igre, Tokio, 2020)

Damir Mikec (Split, SFRJ, 1984), reprezentativac Srbije u streljaštvu (specijalnost malokalibarski i vazdušni pištolj 10-50 m). Trenira u KSS „Policajac" iz Beograda. Uspesi Damira Mikeca na evropskoj i internacionalnoj sceni: trostruki vicešampion Evrope (2015, 2017, 2019), vicešampion sveta na SP 2018. godine, zlatna medalja (EI Baku, 2015), šampion Mediterana (Taragona, 2018), osvajač preko deset medalja na svetskim kupovima. Bio je učesnik na četiri Olimpijske igre (Peking-2008, London-2012, Rio de Žaneiro-2016, Tokio-2020). Najveći uspeh mu je bronza na OI, Tokio, 2020. Aktuelni selektor streljačke reprezentacije Srbije je Dragan Donević.

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TAKMIČARI REPREZENTACIJE SRBIJE – OSVAJAČI MEDALJA













Milenko Sebić, bronza (OI, Tokio, 2020)

Milenko Sebić (Trstenik, 1984), reprezentativac Srbije u streljaštvu, malolalibarska puška trostav. Ponikao u streljačkom klubu „Crvena zvezda“ iz Beograda, potom je prešao u klub „Streljačke družine Novi Sad 1790“. Višestruki je osvajač srebrnih medalja na svetskim i evropskim prvenstvima, a bio je i šampion Evrope, puška ležeći (Osijek, 2009). Njegov najveći ostvareni uspeh je bronzana medalja na Olimpijskim igrama (Tokio, 2020).

Zurabi Datunašvili, bronza (OI, Tokio, 2020)

Zurabi Datunašvili (Tbilisi, Gruzija, 1991), reprezentativac Srbije u rvanju grčko-rimskim stilom. Pre nego što se nastanio u Srbiji, Zurabi je uspešno nastupao za rvačku reprezentaciju Gruzije. Bio je dvostruki šampion Evrope (Riga, 2016) i u Novom Sadu, 2017. godine, a na PE (Tbilisi, 2013) osvojio je srebrnu medalju. Njegov najveći uspeh je osvojena bronzana medalja -87 kg (OI, Tokio, 2020). Zurabi Datunašvili je član RK „Proleter“ iz Zrenjanina.

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TAKMIČARI REPREZENTACIJE SRBIJE – OSVAJAČI MEDALJA







Tijana Bogdanović, reprezentativka Srbije u tekvondou – bronzana medalja (OI, Tokio, 2020)

Tijana Bogdanović (Kruševac, 1998), reprezentativka Srbije u tekvondou, članica tekvodno kluba „Galeb“ iz Novog Beograda i majstor tekvondoa crnog pojasa 3. DAN. Višestruka je šampionka Evrope (kategorija od 49-53 kg), juniorska šampionka sveta (2014), osvajač srebrne medalje (OI, Rio de Žaneiro, 2016), dobitnica nagrade OKS za najuspešniju sportistkinju Srbije. Na OI, Tokio, 2020. godine, osvojila je bronzanu medalju (do 49 kg). Selektor tekvondo reprezentacije Srbije: *Dragan Jović Gale (1969).*

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TAKMIČARI REPREZENTACIJE SRBIJE – OSVAJAČI MEDALJA











Reprezentacija Srbije u basketu (3x3), bronzana medalja (OI, Tokio, 2020)

Članovi reprezentacije Srbije u basketu (3x3), u sastavu: Dušan Domović Bulut, Dejan Majstorović, Aleksandar Ratkov i Mihailo Vasić, osvajači su bronzane medalje na Olimpijskim igrama (Tokio, 2020). Dosadašnji uspesi srpske basketske reprezentacije, sa višestrukim osvajanjem evropskih i svetskih titula – veliki je doprinos sportu Srbije. Aktuelni selektor basketske reprezentacije Srbije (3x3) je Goran Vojkić.

LETNJE XXXII OLIMPIJSKE IGRE (TOKIO, 2020)

TAKMIČARI REPREZENTACIJE SRBIJE – OSVAJAČI MEDALJA













Ženska odbojkaška reprezentacija Srbije – bronzana medlja (OI, Tokio, 2020), i selektor Zoran Terzić (1966)

Svetske i evropske prvakinje, odbojkašice seniorske reprezentacije Srbije, osvajačice srebrne medalje na OI (Rio de Žanerio, 2016), obradovale su sve ljubitelje odbojke u Srbiji, osvajanjem bronzane medalje na Olimpijskim igrama (Tokio, 2020). U odlučujućoj utakmici protiv Južne Koreje, u borbi za bronzu igrale su: Bjanka Buša, Mina Popović, Slađana Mirković, Brankica Mihajlović, Maja Ognjenović, Ana Bjelica, Maja Aleksić, Milena Rašić, Silvija Popović, Tijana Bošković, Bojana Milenković, Jelena Blagojević i Katarina Lazović. Dugogodišnji uspešni selektor ženske seniorske odbojkaške reprezentacije Srbije*, Zoran Terzić – doprineo je njenim vrsnim rezultatima.

*Ženska seniorska odbojkaška reprezentacija Srbije, na evropskom prvenstvu – osvojila je 2. mesto i srebrnu medalju (EP, Beograd, 2021).

XVI LETNJE PARAOLIMPIJSKE IGRE (Tokio, 2020)

Savremene letnje Paraolimpijske igre održane su u Tokiju glavnom gradu Japana u periodu od 24. avgusta, pa do 5. septembra 2021. godine (umesto 2020. godine istog datuma, zbog pandemije koronavirusa-19). Na programu je bilo 22 sporta sa 539 disciplina, a u sklopu njih su debitovala dva sporta badminton i tekvondo.

Grad Tokio je po drugi put domaćin POI (prvi put je on bio 1964. godine). Na XVI Paraolimpijskim igrama učestvovalo je 4.400 sportista iz 160 nacionalnih paraolimpijskih komiteta, koji su se takmičili za osvajanje ukupno 539 medalja u prijavljena 22 različita sporta.

Republika Srbija, kao samostalna država prvi put je bila učesnik Paraolimpijskih igara, koje su održane u Pekingu 2008. godine. Srpski paraolimpijci su po broju osvojenih medalja bili uspešniji na POI (London, 2012), a takođe i na 15. Paraolimpijskim igrama (Rio de Žaneiro, 2016), tada su reprezentativci Srbije bili uspešni sa osvojenih devet medalja.

Paraolimpijski reprezentativci Srbije, takmičili su se u Tokiju u sportskim disciplinama: ateletika, streljaštvo, stoni tenis, plivanje, pauerlifting, biciklizam i tekvondo. Za Srbiju je nastupalo ukupno 19 paraolimpijaca.





Sleva: paraolimpijska reprezentacija Srbije – u olimpijskom selu, i desno: u defileu na otvaranju POI (Tokio, 2020)
(Zastavu paraolimpijske reprezentacije Srbije nosili su paraatletičarka Saška Sokolov i parastrelac Laslo Šuranji, 24. avgusta 2021. godine)

SRPSKI REPREZENTATIVCI – OSVAJAČI PARAOLIMPIJSKIH MEDALJA NA POI (TOKIO, 2020)







Paraolimpijski šampion u parastreljaštvu (Srbija)
Dragan Ristić, višestruki šampion Evrope, šampion sveta i svetskog kupa. Na Paraolimpijskim igrama (Tokio, 2020) osvojio je dve zlatne medalje: vazdušna puška R5 ležeći stav 10 metara klasa SH2 miks, i R9, MK puška u klasi SH2.



Paraolimpijski vicešampion reprezentativac Srbije (Bacanje čunja, Tokio, 2020)
Željko Dimitrijević, osvajač je evropskih, svetskih i olimpijskih odličja u bacanju čunja: zlato iz Londona i Brazila. Bio je olimpijski vicešampion u bacanju čunja (35,29 m) na Paraolimpijskim igrama (Tokio, 2020) kl. F51.



Srebrna medalja (Tokio, 2020)
Zdravko Savanović, svetski šampion, koji je bez ruku i bez jednog oka osvajač i olimpijskog srebra u disciplini MK puška, klasa SH2, 50 metara.



Paraolimpijski vicešampion u parastreljaštvu iz reprezentacije Srbije
Laslo Šuranji, višestruki šampion Evrope, sveta, i osvajač srebrne medalje na Paraolimpijadi (Tokio, 2020), vazdušna puška SH1 trostav, 50 m.



Paraolimpijske reprezentativke Srbije u parastonom tenisu (Bronza na POI, Tokio, 2020)
Borislava Perić Ranković i Nada Matić, višestruke su šampionke Evrope, sveta i osvajačice olimpijskih odličja na dosadašnjim Paraolimpijskim igrama. One su i na POI (Tokio, 2020), osvojile bronzanu medalju u parastonom tenisu, iz discipline objedinjene klase 4 i 5.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2021-2023)









Savate savez Srbije i dalje dominira sa svojim reprezentativcima na evropskoj i internacionalnoj sceni. Na gornjoj slici su dobitnici priznanja za 20 godina rada Savate saveza Srbije (2003-2023), sa leve strane: Damjan Marković, Miroslav Odžić, Goran Bajšanski, Maja Odžić, Velimir Karanović, Lazar Kovačević, Miodrag Rakić, Dejan Gavrilović, Siniša Zeljković, Mihalj Halas, Milan Miladinov, Kristina Džolić, Slobodan Popov, Ivana Popadić Popov. Nakon briljantnih uspeha do 2020. godine, Savate reprezentacija Srbije osvojila je I mesto na Svetskom prvenstvu za juniore i kadete u asaut savateu (Ruma, 2021). Na donjoj slici: **Miodrag Rakić**, osnivač i predsednik Savate saveza Srbije, sa svetskom šampionkom **Nadom Faure**, članom savate kluba "Arena" iz Iđoša, koja je osvojila zlatnu medalju u asaus savateu u kategoriji do 48 kg (na PS u Milanu, 2022). U ukupnom plasmanu na Svetskom prvenstvu - reprezentacija Srbije plasirala se na visoko II mesto.



SVETSKA ŠAMPIONKA (KIK-BOKS, 2021)

Zorana Nikolić (19) iz Žitišta, osvajač svetske titule u kik-boksu, disciplina lou-kik do 48 kg. Prvakinja sveta postala je na SP u Lido di Jesolo, Italija, 2021. godine. Član je kik-boks kluba "Spartanac" iz Žitišta, a za svoj veliki uspeh dobitnik je "Spartakove nagrade" (2022). Redovni je student Poljoprivrednog fakulteta u Novom Sadu. Selektora kik-boks reprezentacije Srbije Miodraga Jotića, nasledio je selektor Srđan Radulović (rođ. 1971. godine), čiji mandat traje do 2025. godine.



EVROPSKI ŠAMPION (KIK-BOKS)

Jovan Nikolić (22), član kik-boks kluba "Warrior" iz Veternika, osvajač odličja: Belgrade Winer, Evropski kup, Svetski kup (2 put), svetski vicešampion, šampion Evrope, bio i najbolji bokser spektakla "59. beogradski pobednik memorijala Branko Pešić". Postao je član bokserskog kluba "Sombor".

NAJBOLJA SRPSKA KARATISTKINJA (olimpijska, svetska i evropska šampionka)

Jovana Preković (1996), najbolja srpska karateka svih vremena: olimpijska, svetska i evropska šampionka. Sticajem okolnosti rođena u Švajcarskoj. Detinjstvo je provela u selu Misača kod Aranđelovca u okrilju bake i deke. U Aranđelovcu je završila OŠ "Svetolik Ranković" i gimnaziju "Miloš Savković", a u toku je studija na Fakultetu za sport i fizičko vaspitanje i Fakulteta "Union – Nikola Tesla" u Beogradu. Osvajač je prve i jedine zlatne medalje sa prostora eks Jugoslavije i Srbije na OI (Tokio, 2020) u karate (kumite), dvostruka je i svetska šampionka (Madrid-2018, Dubai-2021), uz dve zlatne medalja na EP (Izmit-2017, Poreč-2021). Bila je dugogodišnji član karate kluba "Knjaz" iz Aranđelovca, kod proslavljenog trenera Roksande Lazarević Atanasov, koja je bila bivši svetski i evropski šampion karatea. Jovana Preković se posle impresivnih rezultata u sportskom karateu povukla iz daljih takmičenja. Iza sebe je ostavila neizbrisiv trag, proslavivši svoju Republiku Srbiju i dajući veliki doprinos popularnosti karatea kod mladih generacija, koje će želeti da obuku karate kimono.



Zurabi Datunašvili, bronza (OI, Tokio, 2020) dvostruki šampion sveta (Oslo, 2021, Beograd, 2022)

Zurabi Datunašvili (Tbilisi, Gruzija, 1991), reprezentativac Srbije u rvanju grčko-rimskim stilom. Pre nego što se nastanio u Srbiji, Zurabi je uspešno nastupao za rvačku reprezentaciju Gruzije. Bio je dvostruki šampion Evrope (Riga, 2016) i u Novom Sadu, 2017. godine, a na PE (Tbilisi, 2013) osvojio je srebrnu medalju. Njegov velikii uspeh je osvojena bronzana medalja -87 kg (OI, Tokio, 2020) a na Svetskom prvenstvu osvajač je dve zlatne medalje (Oslo, 2021, i Beograd, 2022). Zurabi Datunašvili je član RK „Proleter" iz Zrenjanina. Selektor rvačke reprezentacije Srbijeje je dr Milorad Dokmanac (u 5. mandatu).

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2021-2023)





VELIKA PRIZNANJA ZA SRPSKE OLIMPIJCE – STRELCE I STRELKINJE

Na osnovu velikih i vrhunskih rezultata na evropskoj i internacionalnoj sceni, Streljački savez Srbije izabrao je i najbolje pojedince u 2022. godini: reprezentativac Srbije u streljaštvu **Damir Mikec** je deveti put za redom dobio priznanje za *Najuspešnijeg muškog strelca godine u Srbiji*. Rezultati Damira Mikeca su: svetski šampion u gađanju iz malokalibarskog pištolja, na PE (bronza), osvajač je dve zlatne medalje na kupovima u Bakuu i Čangvonu, srebrna medalja na Gran priju u Granadi. Na Kupu predsednika u Kairu osvojio je zlatnu medalju i proglašen za najboljeg strelca sveta u disciplini vazdušni pištolj – za 2022. godinu, a šampion je i EP (u Talinu, 2023). Najznačajniji rezultati strelkinje **Zorane Arunović** su: na Svetskom prvenstvu u Kairu osvojila je bronzanu medalju i prvi sportista iz Srbije koji je našoj streljačkoj reprezentaciji doneo kvotu za OI u Parizu. Na šampionatu Evrope stigla je do srebrne medalje (pojedinačno) i osvojila zlatnu medalju (ekipno), kao i dve zlatne medalje na svetskim kupovima (u Rio de Žaneiru i Čangvonu), dok je na Gran priju u Granadi osvojila bronzanu medalju. Na Kupu predsednika u Kairu, osvojila je srebrnu medalju, u uspešno je završila godinu na II mestu svetske rang liste takmičarki u disciplini vazdušni pištolj. U kategoriji miks parova, Mikec i Z. Arunović su: 3. na EP (Talin, 2022), na svetskim kupovima dve zlatne medalje, 1. mesto na Gran priju i na Mediteranskim igrama, zlatna medalja na EP (Talin, 2023) vazdušni pištolj. Na desnoj slici: reprezentativci Srbije u streljaštvu, ekipni šampioni Evrope: Milenko Sebić, Milutin Stefanović i Lazar Kovačević, u disciplini vazdušna puška (Talin, 2023). Treba istaći i strelkinju Teodoru Vukojević, šampionku Evrope u disc. vazd. puška (Hamar, Norveška, 2022). Selektor Streljačke reprezentacije Srbije je Jasna Šekarić.





ATRAKTIVNI SPORT – TEKBOL (TEQBALL) – REPREZENTATIVCI SRBIJE DVOSTRUKI SVETSKI ŠAMPIONI U DUBLU
(Nikola Mitro i Bogdan Marojević, članovi Tekbol kluba "Liman" iz Novog Sada, šampioni SP Gljivice-Poljska-2021, Nirmberg-2022)

Čudesno takmičenje sa loptom na čudesnom stolu, dva sjajna srpska virtuoza Nikola Mitro (Novi Sad, 1994) i Bogdan Marojević (Novi Sad, 1993), su ponovo postali svetski šampioni i u 2022. godini. Među 220 sportova i sportskih grana, koje postoje na našoj planeti, ovo je najnoviji sport. Sa pitanjem: da li je ovaj sport "pozajmio" od svačega po malo – od sportova koji se igraju lopticom i reketom, ili loptom za futsal? Takvi sportovi su: stoni tenis, palubni tenis, nožni tenis, tenis glavom itd. Novi sport TEKBOL je konstrukt (kombinacija) stonog tenisa i futsala. Cilj igre je da se prebaci lopta preko zakrivljenog stola u protivnikovo polje, a da lopta potom padne na pod. U ovom sportu se koriste fudbalski elementi, ali u kome postoje kategorije singla i dubla. Po pravilima igre, lopta se u protivničko polje svaki put mora prebaciti drugim delom tela. Ne sme se dva puta odigrati loptom istim delovima tela, a ukupno ima tri dodira. U takmičenju konkurencije dublova saigrači moraju da razmene pas pre nego što se prebaci u protivničko polje. Po najnovijim pravilima, sada se svi turniri, sve faze, do finala, na dva dobijena seta igraju do 12 poena. Ovaj sport je nešto modernija verzija "kockica" popularne igre među omladinom, osnovcima i srednjoškolcima. U Međunarodnoj tekbol federaciji (FITEQ) do 2023. godine učlanjeno je preko 140 nacionalnih saveza, među kojima je i Srpski savez SRBTEQ. Ovaj novi sport već je nastupao na IV svetskom prvenstvu, koje je održano 2022. godine u nemačkom gradu Nirmbergu, 2022.. Tekbol kao sport ima kvalitete da nastupi na OI u Los Anđelesu 2028.





ŠAMPIONKE EVROPE – KAJAK

Reprezentativke Srbije u Kajaku **Dina Bacelj** i **Dunja Stanojev**, šampionke su Evrope u kajaku dvosedu u kategoriji za juniorke i mlađe seniore. One su zlatna odličja osvojile na PE, koje je uspešno održano na Adi Ciganliji, Beograd, 2022. godine. Selektor je Mika Rodić.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2021-2023)





PETOSTRUKI SVETSKI PRVACI – BASKETAŠI REPREZENTACIJE SRBIJE PONOVO ZLATNI
(Antverpen, Flandrija u Belgiji, 2022)

Reprezentacija Srbije u Basketu (3x3), koju su na SP u belgijskom gradu Antverpenu sačinjavali: Strahinja Stojačić, Dejan Majstorović, Mihajlo Vasić i Marko Branković (rezerva), ponovo su zablistali, osvojivši svetsku titulu i najsjajnije odličje, peti put svetski šampioni.





SVETSKE POLICIJSKE IGRE – REPREZENTATIVCI SRBIJE MEĐU NAJBOLJIMA NA SVETU
(Svetsko prvenstvo sportista policajaca, održano na stadionu "Fejenorda", Roterdam, 2022)

Spektakularno takmičenje Svetsko prvenstvo sportista policajaca i vatrogasaca okupilo je 10.000 sportista pripadnika policijskih snaga iz 70 zemalja sveta. Takmičilo se u 50 sportskih i 12 vatrogasnih disciplina. Ekspedicija reprezentacije Srbije brojala je 14 članova, koji su nastupali u pet sportova: rvanje, judo, karate, tekvondo i streljaštvo. Reprezentativci Srbije su briljirali, osvojivši ukupno deset zlatnih medalja i to: najviše u streljaštvu (4), u rvanju 3 zlata, u karateu 1 zlato, judou 1 zlato i u tekvondu 1 zlato. Svetski šampioni su bili: rvači Strahinja Despić, Sebastijan Nađ i Davor Štefanek, judista Boško Borenović, karatistikinja Brankica Negovanović, srelci Ljubiša Momčilović, Snežana Momčilović, Aleksandar Maričić i Dragan Ćaćić, kao i tekvondistkinja Nadica Božanić. Na fotografiji sa leve strane: reprezentativci Policijske reprezentacije Srbije, u toku svečanog defilea, i slika desno: na prijemu kod ministra A. Vulina.



DOMINACIJA NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI

Ivana Španović Vuleta (32) iz Zrenjanina, višestruka šampionka Evrope i dvostruka svetska šampionka u skoku u dalj. Na poslednjem dvoranskom prvenstvu sveta, koje je održano u Beogradu, 2022. godine osvojila je 1. mesto. Atletski savez Srbije izabrao je za Sportistu Srbije 2021/2022.



SRPSKI BACAČ KUGLE – NA KROVU EVROPE

Armin Sinančević (Prijepolje, 1996), atletski reprezentativac Srbije u bacanju kugle, osvajač zlatne medalje na MI u Oranu 2022. Na PE (Minhen, 2022) osvojio je srebrnu medalju. Njegov dostignuti rekord je 21,88 m. Posle nastupanja za prijepoljski "Polet", postao je član beogradske "Crvene zvezde". Bio je višestruki šampion Srbije u bacanju kugle. Aktuelni trener mu je bivši šampion Dragan Perić.



SRPSKI ŠAMPION
Para-pauerliftinga

Petar Milenković (36), svetski šampion i dvostruki šampion EP u Francuskoj, 2018, i u Tbilisiju u Gruziji, 2022. Kategorija do 97 kg.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2021-2023)







DVOSTRUKI GINISOV REKORDER BEZ LEVE ŠAKE – DAVOR ĆAJIĆ IZ LJIGA (SRBIJA)

Da je čovekova volja jača od ljudskog intelekta – dokazao je **Davor Ćajić** (23) rođen u Ljigu. Sudbina je htela da se ovaj mladić rodi bez donjeg lakta i šake leve ruke, ali iako osoba sa invaliditetom, nije posustao da se bavi sportovima rvanju i fudbalu, ali je ljubav prema sklekovima preovladala početkom srednje škole. Voljom, velikim radom i trudom doveli su ga do toga da je za 12 minuta mogao da uradi neprekidno300 sklekova, da bi poboljšao svoj record na 740 sklekova. Cilj mu je bilo da obori rekord radeći na jednoj nozi i jednoj ruci, što je veoma teško i prosto fizički prenaporno. Njegov cilj je bio ući u **Ginisovu knjigu rekorda**, ne toliko zbog reklame, već zbog samog njega – da svojom voljom on to i može postići. Davor Ćajić se prijavio za obaranje najvećeg svetskog nadmetanja u sistemi "Army push-ups" (Armijski sklekovi) na jednoj ruci oslonjen na dve noge. Prvi Ginisov rekord je oborio sa rezultatom 152 skleka neprekidno za tri minuta (Berane, 2022), da bi ponovo oborio Ginisov record uradivši 179 sklekova neprekidno za tri minuta. Iako je osoba sa invaliditetom – ovaj mladi Ginisov rekorder iz Srbije – ne želi da naručuje protezu za nedostajuću ruku.



GINISOV REKORDER I NAJBOLJI FRISTAJLER
Srbin iz Kikinde – Nemanja Blažić Triki

Čudno baratanje s loptom (košarka, basket, odbojka) proslavilo je naše reprezentativce, koji su se penjali na sportski svetski tron. Pored desetak "Ginisovaca" koji su ponikli sa tla Srbije, pokazavši svojom voljom sportska čudesa, među njima je i najpoznatiji fristajl košarkaš Srbije Nemanja Blažić Triki (Kikinda, 1990). Uticajem svoga oca, koji je i sam bio sportski i košarkaški entuzijasta, tako se i mlađani Nemanja opredelio za košarkašku loptu, ali da bi se bavio sa njom i mogućnošću trikovima, uz pomoć svoga tela i dugotrajnih vežbi. Njegova volja i trud su urodili plodom, te je Nemanja Blažić Triki oborio svoj prvi **Ginisov rekord**, a koji je demonstrirao tako, što je držeći u ustima četkicu za zube, a na njenom delu drške je zavrteo košarkašku loptu, koja se okretala neprekidno 48,53 sekunde, i to za više od 5 sekundi od prethodnog tuđeg Ginisovog rekorda. Svoj drugi Ginisov rekord oborio je u Beogradu, 2022. godine, kada je u toku jednog minuta postigao 36 slip i slajda, ili basketaško prevrtanje košarkaške lopte ispod nogu, a lopta je morala odgovarati svim standardima "FIBE" i NBA.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2021-2023)



ODBOJKAŠKA ŽENSKA SENIORSKA REPREZENTACIJA SRBIJE – ŠAMPION SVETA (Apeldorn, Holandija, 2022)

U velikom finalu planetarnog šampionata, srpske odbojkašice su furiozno pregazile reprezentativke Brazila i po drugi put odbranile svetski tron. Do druge uzastopne svetske titule devojke su došle sa svih 12 pobeda uz samo pet izgubljenih setova. Odbojkašku žensku reprezentaciju Srbije, do zlatne medalje vodio je sjajni selektor Italijan Daniele Santarali. Na slici su srpske svetske šampionke: **Tijana Bošković, Bojana Drča, Jovana Stevanović, Bianka Buša, Sara Lozo, Mina Popović, Teodora Pušić, Brankica Mihajlović, Bojana Milenković, Katarina Lazović, Maja Aleksić, Ana Bjelica, Slađana Mirković i Aleksandra Jegdić** (sa selektorom Santaralijem i delegacijom OSS).



TEKVONDO – SVETSKA ŠAMPIONKA

Nadica Božanić (22) iz Zemuna, članica tekvondo kluba "Galeb" iz Beograda, postala je svetska prvakinja u tekvondou (poluteška kategorija). Ona se okitila zlatnom medaljom u meksičkom gradu Gvadalahara, 2022. godine. Kao istinska naslednica dvostruke olimpijske šampionke Milice Mandić, sa kojom je trenirala u istom klubu. Dobitnica je i posebnog priznanja kao najuspešnije sportistinje Republike Srbije. Trener joj je Gale Jović.



SVETSKA ŠAMPIONKA U KARATEU (kumite)

Sara R. Rodić (22), reprezentativka Srbije i član Šotokan karate saveza Srbije (ŠKSS), osvojila zlatnu medalju na Svetskom prvenstvu u karateu, koje je održano u Karlovim Varima, Češka 2022. godine. Ona se takmičila u kategoriji kumite +58 kg. Karatistkinja Sara Rodić je član karate kluba "Kanon" iz Rakovice.



ŠAMPIONKA EVROPE – JUDO

Marica Perišić (Temerin, 2000), reprezentativka Srbije u judou, šampionka Evrope (Sarajevo, 2022) u kategoriji do 57 kg. Na EP (2020) za juniore do 48 kg osvijila je zlatnu medalju, a na Mediteranskim igrama (Oran u Alžiru, 2022) osvojila je prvo mesto, kao i odličje na Gran slemu u Abu Dabiju. Bila je član judo kluba "Borac" iz Novog Sada, da bi prešla u beogradski judo klub "Crvena zvezda".

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2021-2023)



SRBIJA – SVETSKI ŠAMPION – 2022. (FIDER RIBOLOV)

Reprezentacija Srbije (predvođena ribolovcima iz Niša), osvajač je Svetskog prvenstva u fider ribolovu. Zlatnu medalju, srpski ribolovci osvojili su na SP (Kinroj u Pokrajini Linburg, Belgija, 2022). Nakon osvojene zlatne medalje u pecanju na plovak na SP, ovo je još jedna zlatna medalja za reprezentativce Srbije, na takmičenju u fider ribolovu.

Reprezentaciju Srbije, koja je osvojila zlato sačinjavali su Nišlije selektor Dušan Veljković i trener Miloš Petković, a takmičari: Saša Cuckić (Niš), Nenad Petronijević, Darko Todosijević i Stevan Cvetić (Kruševac), Aleksandar Batanović (Beograd) i Dalibor Okolić (Knjaževac), u ekipi su bili i Aleksandar Radović (delegat) i Milan Stamenković (glavni kuvar reprezentacije). Na ovom SP učestvovale su 22 ekipe iz Evrope jedna ekipa iz Južnoafričke republike. Naše zlatne svetske prvake do uspeha vodio je timski rad.

Terminologija **fider ribolov** odnosi se na tehniku u kojoj je svojstvena upotreba hranilice, a koja je dobila ime po štapu koji se koristi za pecanje (fider). Takmičenje u pecanju odvija se u 5 sektora tako da iz svake nacionalne reprezentacije bude po jedan takmičar u sektoru. Nakon 5 dana treninga na različitim pozicijama širom staze, sledi izvlačenje pozicija i odvija se takmičenje koje traje 5 sati, a plasman se određuje na osnovu ukupne težine ulova. Ovde je veoma važna umešnost i taktika selektora, iz razloga što je voda vrlo komplikovana, pa su se za svaki sektor pravile posebne varijacije na glavnu taktiku. Do kraja takmičenja rezultat je veoma neizvestan, jer se događa da i autsajderi u zadnjih 30 minuta "vade" krupne ribe (grgeče), tako da je do samog kraja takmičenja veoma napeto. Ipak, na 11. SP – dominirala je Srbija!



UČENICI SPORTSKE GIMNAZIJE IZ BEOGRADA ŠAMPIONI SVETA U KOŠARCI (BEOGRAD, 2022)

U organizaciji Saveza za školski sport Srbije, u partnerstvu sa Ministarstvom omladine i sporta, Sekretarijatom za sport i omladinu Beograda i Svetskom školskom federacijom (ISF), Beograd je bio domaćin Svetskog srednjoškolskog šampionata, 2022. godine.
Za Sportsku gimnaziju iz Beograda, nastupali su njeni mladi košarkaši: Bogoljub Marković, Andrej Mušicki, Aleksa Vlajić, Vuk Popović, Nemanja Živković, Aleksa Ristić, Savo Drezgić, Vuk Živanović, Vukašin Bubanja, Aleksandar Mitrović, Miodrag Gačić, Konstantin Pešić. Zlatne košarkaše sa klupe predvodili su profesori Ivana Vico i Dejan Pejić. Zlatne medalje su delili predsednik Svetske školske federacije (ISF) Laurent Petrinka i predsednik saveza za školski sport Srbije Željko Tanasković. Napomena: i košarkašice ove Sportske gimnazije bile su svetske šampionke (Poreč, 2017)



UČENICE GIMNAZIJE "BRANKO RADIČEVIĆ" IZ STARE PAZOVE – ŠAMPIONKE SVETA U ODBOJCI (Iguacu, Brazil, 2022)

Srpske srednjoškolke iz staropazovačke gimnazije "Branko Radičević", ponovile su briljantan uspeh, koji su već ostvarile u Brnu, Češka, 2018. godine, tada su bile svetske šampionke u odbojci. One su kao šampionke Srbije predstavljale ponovo našu zemlju i na SP u Brazilu (u organizaciji ISF), dobivši u finalu Kineski Tajpeh sa 3:1. Svetske srednjoškolske šampionke u odbojci igrale su u sastavu: Una Vajagić, Ivona Lazović, Milica Keser, Marija Jovišić, Maša Lakićević, Magdalena Šarac, Sara Marinković, Sofija Đekić, Lana Leposavić, Kaja Stjepović, uz stručne savete profesorke Ivane Marković i podrške direktora gimnazije "Branko Radičević" iz Stare Pazove, prof. Miroslava Markovića. Ovaj uspeh je posebno značajan, jer su staropazovačke gimnazijalke jedine u Srbiji od srednjih škola – osvojile uzastopce zlatnu medalju u odbojci i na ovom prestižnom svetskom takmičenju 2022. godine.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2021-2023)







SRPSKI, EVROPSKI I SVETSKI ŠAMPIONI U PRAKTIČNOM STRELJAŠTVU

Ljubiša Momčilović (Beograd, 1972) koga u policiji, SAJ-u i Vojsci Srbije, s punim pravom zovu nadimkom "Srpski 007", svojim umećem, rukovanjem oružjima i osvajanjem najvećim svetskih odličja – proslavio je svoju otadžbinu Srbiju na svetskoj sceni praktičnog streljaštva. On je veliki znalac i šampion u takmičenju brzog pucanja. Momčilovićeva specijalnost je "šu-of" (disciplina praktičnog streljaštva) u kojoj je neprekidno apsolutni šampion Srbije od 2005. godine do danas. Umećem pucanja iz pištolja, osvajao je titule na mnogim kontinentima, a trenutno je svetski šampion u brzom pucanju. Na najnovijem Svetskom XIX šampionatu (Pataja, Tajland, 2022), strelac Ljubiša Momčilović bio je apsolutni pobednik od 1.389 učesnika iz preko 76 zemalja. Takmičio se u sistemu "Production Senior". Klub iz Srbije u kome trenira je "Delta SAJ" – klub Specijalne antiterorističke jedinice MUP Srbije, gde radi na mestu instruktora za vatreno oružje. On je aktivni član i čuvene fabrike "Zbrojovka" iz Češke, gde redovno nastupa u njihovoj ekipi na internacionalnim takmičenjima, pa poslednjih meseci koristi pištolj "zbrojovka CZ SP01 Shado". Na fotografiji (skroz desno) **Jelena Savković** (Novi Pazar, 1980), reprezentativka Srbije u praktičnom streljaštvu, osvajač brojnih odličja na državnom, evropskom i svetskom takmičenju, a njena dostignuća su: šampionka Srbije u kategoriji Lady Production, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017. godine, šampionka Evrope u kategoriji Lady Production (Beograd, 2019), srebrna medalja na PS u kategorji Lady Classic (Šater, Francuska, 2021). Jelena Savković, uz oficira Ljubišu Momčilovića – dala je veliki doprinos afirmaciji praktičnog sreljaštva kao sporta.









SRPSKI TAKMIČARI – SVETSKI I EVROPSKI ŠAMPIONI U BORILAČKOM SPORTU JIU-JITSU

Sleva: **Nikola Trajković** (Aleksinac, 1997), član jiu-jitsu kluba "N&F" iz Aleksinca, osvojio je zlatnu medalju i postao prvak sveta u jiu-jitsu -85 kg u Abu Dabiju, 2022. Prethodno je Nikola Trajković osvojio svetsku šampionsku titulu i zlato na "Worl games" (Svetskim igrama, Birmingem, USA, 2022), a bio je i prvak Evrope u Nijahari u Izraelu. Takođe je aktuelni šampion Srbije u jiu-jitsu i u sambou (proglašen Najboljim seniorskim sportistom opštine Aleksinac). Do Nikole na slici je (njegov mlađi brat) reprezentativac Srbije i majstor jiu-jitsu **Filip D. Trajković**, rođen u Aleksincu, 1999. godine, šampion Evrope u jiu-jitsu za seniore (Bukurešt, 2019) i za juniore do 94 kg (Heraklion, Krit, Grčka, 2019), a na istom takmičenju je **Nemanja Pejčić** iz Aleksinca, osvojio bronzanu medalju. Na trećoj fotografiji, sleva: reprezentativac Srbije u jiu-jitsu **Ivan Dela Kroče** (Užice, 1997), ali dugo živi u Novom Sadu, osvajač srebrne medalje u kategoriji do 69 kg na Svetskim igrama (Birmingem, 2022), a Ivan Dela Kroče je i evropski šampion u jiu-jitsu, zlatnu medalju je osvojio u Nahariju, Izrael, 2022. Ivan Dela Kroče je član dva jiu-jitsu kluba "Voša" i "Vojvodina" iz Novog Sada (kod poznatog trenera jiu-jitsu mr Janoša Kopasa). Na grupnoj fotografiji su sleva: mr Janoš Kopas, selektor jiu-jitsu reprezentacije Srbije, Ivan Dela Kroče, Nikola Tajković i trener aleksinačkog jiu-jitsu kluba "N&F" Dragan Trajković. Jiu-jitsu, kao borilački sport, još uvek je neolimpijski sport, ali njegov značaj za sportove i atraktivnost za gledaoce – JJIF i EJJF nudi kvalitet za člana OI, a uz njega i veoma popularna brazilska verzija jiu-jitsu.

IZVOD IZ REZULTATA SPORTISTA SRBIJE NA SVETSKOJ I EVROPSKOJ SCENI (2021-2023)



RVAČI REPREZENTACIJE SRBIJE – NA SVETSKOM I EVROPSKOM TRONU

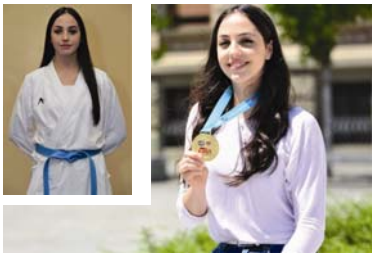
Na slici, sleva: **Mate Nemeš** (Senta, 1993), reprezentativac Srbije u rvanju grčko-rimskim stilom. Osvojio je odličja: bronzana medalja u disciplini do 67 kg na SP (u Nur-Sultanu, Kazahstan, 2019), bronzana medalja na Evropskim igrama (Minsk, 2019), osvajio je bronzu na Svetskim vojnim igrama (Vuhan, Kina, 2019), šampion EP (Varšava, 2021), a na SP u rvanju grčko-rimskim stilom, osvajač zlata (Beograd, 2022), član RK "Proleter" iz Zrenjanina. **Sebastijan Nađ** (Senta, 1997), reprezentativac Srbije u rvanju grčko-rimskim stilom. Osvajač je bronzane medalje kategorija do 67 kg (u Oslu, 2021), svetski šampion u rvanju grčko-rimskim stilom (Beograd, 2022), član RK "Potisje" Kanjiža. U sredini fotografije: **dr Milorad Dokmanac** (u Humu, Slatina, 1958), najuspešniji savezni selektor svih rvačkih reprezentacija bivše Jugoslavije i Srbije, ali i veoma stručan trener svih rvačkih selekcija Srbije, čije je 27-godišnje iskustvo doprinelo uspesima srpskih rvača. Do njega je **Ali Arsalan** (u Amolu, Iran, 1995), a nastupa za reprezentaciju Srbije: bronza na SP u Brazilu, 2015, kategorija do 66 kg, bronza na Azijskom prvenstvu (Nju Delhi, 2017), 1. m na Turniru "Dan Kolov i Nikola Petrov" (Veliko Trnovo, Plovdiv, 2021), nastupajući pod zastavom Irana. Od 2022. godine takmiči se pod zastavom Srbije, pa je na EP (Budimpešta, 2022) za Srbiju osvojio bronzu. Najveći njegov uspeh je svetski šampion u disciplini do 72 kg za reprezentaciju Srbije na SP (Beograd, 2022). A na slici (skroz desno): **Zurabi Datunašvili** (Tbilisi, Gruzija, 1991), reprezentativac Srbije u rvanju grčko-rimskim stilom. Pre nego što se nastanio u Srbiji, Zurabi je uspešno nastupao za rvačku reprezentaciju Gruzije. Bio je dvostruki šampion Evrope (Riga, 2016) i u Novom Sadu, 2017. godine, a na PE (Tbilisi, 2013) osvojio je srebro i velikii uspeh je bronzana medalja -87 kg (OI, Tokio, 2020). Na SP osvajač je 2 zlatne medalje (Oslo, 2021, i Beograd, 2022). Član RK „Proleter" iz Zrenjanina.





DVOSTRUKA SVETSKA ŠAMPIONKA U BACANJU KOPLJA (juniori)

Adriana Vilagoš (Vrbas, 2004), sa prebivanjem u Malom Iđošu, reprezentativka Srbije u atletici (bacanje koplja), član atletskog kluba "Žak" iz Sente. Prvi put je osvojila svetsku šampionsku titulu (Najrobi, 2021) u bacanju 700-gramskog koplja U20 hicem od 61,46 m. Njeni uspesi u 2021. g: prvakinja Evropskog kupa (Split, 2021), 2. na Balkanskom prvenstvu u Smederevu, 2. na Evropskom prvenstvu juniora u Talinu. Njeni uspesi u 2022. g: šampionka Evropskog kupa u Leiriji, šampioka Balkana (Krajova), prvakinja MI (Oran), 2. na Prvenstvu Evrope u Minhenu, i ponovo je postala svetska šampionka za juniore u Kaliju (Kolumbija) 2022. godine, bacivši koplje 63,52 metra. Od strane Svetske atletike u Monaku dobila je priznanje "Mlada zvezda u usponu", a 2021. godine proglašena je za najbolju sportistkinju OK Srbije za 2021. godinu.



ŠAMPIONKA SVETA I EVROPE (karate – kumite)

Ivana Perović (Beograd, 2002), reprezentativka Srbije u Karateu (WKF), dvostruka šampionka Balkana, višestruka prvakinja Srbije, kadetski šampin Svetskog kupa (Umag, 2017), zlato na Svetskom prvenstvu (kadeti), 3. m. na OI za mlade), svetska šampionka 2019, prvakinja Evrope za mlađe seniore (Gazijantep, Turska, 2022).



SVETSKI ŠAMPION U KARATEU ZA SENIORE U KATAMA i vicešampion sveta (kumite)

Milan Đorđević (24) iz Vlasotinaca, osvajač zlatne medalje na Svetskom šampionatu u katama, i vicešampion SP u borbama (Karlove Vari, Češka, 2022). Reprezentativac Srbije u karateu, pripada Šotokan karate savezu Srbije (ŠKSS). Karate je počeo u vlasotinačkom karate klubu, da bi prešao u KK "Tandem" iz Surdulice, kod trenera i karate majstora Srboljuba Mitića.







DVOSTRUKI SVETSKI PRVAK (Bodibilding, IFBB)

Aleksandar Lekić (50) iz Loznice, prvi put u Srbiji, od pokretanja bodibilding sporta – postao zvanični dvostruki šampion sveta u federaciji IFBB (Santa Susana, Španija, 2021, 2022). Takmičio se u tri kategorije: *seniori plus 50* u *fizik klasiku (zlato), u klasik bodibildingu i u gejm klasiku (dva srebra). Bio je trostruki prvak Srbije, proglašen je Najboljim sportistom Loznice, gde ima i teretanu.*

IZVOD IZ BIOGRAFIJE AUTORA KNJIGE

Autor knjige, **dr Milivoje Došenović**, rođen je 20. maja 1950. godine u mestu Nova Gajdobra (u Bačkoj, Vojvodina, Republika Srbija). Osnovnu školu završio je u rodnom zavičaju, a u Novom Sadu Srednju saobraćajnu školu 5. stepena (na smeru instruktor-specijalista drumskog saobraćaja), sa odličnim uspehom.

Diplomirao je na Višoj školi za sportske trenere u Beogradu VI-1 stepen, na studijskom smeru za borilačke sportove (karate), sa prosečnom ocenom 9,40 i ocenom diplomskog ispita (10), kao redovni student prve generacije, sa temom diplomskog rada: ***„Karate u praktičnoj primeni, sa korelatima judo i jiu-jitsu“***. Diplomirani je viši sportski trener karatea, majstor je karatea crnog pojasa 3. DAN-a (Sensei-sandan). *Stekao je karate pasoše WKF i WKC, i internacionalne majstorske diplome (Certificate of official recognition of DAN grade). Učestvovao je na seminarima japanskih i internacionalnih karate instruktora za Evropu, koji su posećivali SFRJ.* Majstor je i jiu-jitsu crnog pojasa 4. DAN-a.

Diplomirao je na Fakultetu za menadžment u Novom Sadu, na smeru za medije sa prosečnom ocenom 9,54 i ocenom diplomskog rada (10), sa temom diplomskog rada: ***"Integralni pristup u realizaciji izdavačkog projekta – tehnološkom nišom do knjige bestselera"****, pred komisijom: prof. dr Milica Andevski (Katedra za pedagogiju Filozofskog fakulteta u Novom Sadu), prof. dr Željko Vučković (Katedra za medije FaM), i prof. dr Ištvan Černiček, mentor (Katedra za reinženjering na FaM).* Dobitnik je i zvaničnog priznanja najboljeg studenta prve generacije Fakulteta za menadžment u Novom Sadu (F@M). Diplomirani je menadžer – producent za medije VII-1 stepena.

Magistrirao je na Univerzitetu Privredna Akademija *(rektor prof. dr Slavko Carić),* na Fakultetu za menadžment (smer za medije) u Novom Sadu, pred komisijom: *prof. dr Milica Andevski* (Katedra za pedagogiju Filozofskog fakulteta u Novom Sadu), *prof. dr Zoran Lovreković*, *mentor* (Katedra za informatiku F@M), i *prof. dr Ratko Dunđerović* (Katedra za psihologiju F@M). Odbranio je svoju magistarsku tezu pod naslovom: ***„Upravljanje izdavačkim projektom u domenu sportske literature"***, završivši redovne postdiplomske studije, sa prosečnom ocenom (9,50) i stekavši akademsko zvanje magistra nauka iz oblasti menadžmenta (smer za medije) VII-2 stepena.

Doktorirao je na Univerzitetu Privredna akademija *(rektor prof. dr Marijana Carić)*, na Fakultetu za sport i turizam u Novom Sadu, pred komisijom: *prof. dr Dragan Koković* (Katedra za sociologiju kulture Filozofskog fakulteta u Novom Sadu), *prof. dr Dušan Perić,* mentor (Katedra za metodologiju TIMS-a u Novom Sadu), i *prof. dr Zlatko Ahmetović* (dekan Fakulteta za sport i turizam u Novom Sadu), odbranivši doktorsku disertaciju pod nazivom: ***„Stanje izdavaštva i nivo korišćenja sportske literature u Republici Srbiji"***, stekavši naučni stepen doktora nauka za naučnu oblast sport, VIII-3 stepena, sa zvaničnom inauguracijom diplome u svečanoj sali naučne ustanove Matica srpska.






Levo: Fakultet za sport i turizam (TIMS) u Novom Sadu, dr Milivoje Došenović (u karate kimonu, 2012) i desno: u Novom Sadu, 2021.

Sa 47 godina aktivnog radnog staža u izdavačko-knjižarskoj delatnosti, bio je i jedan od najistaknutijih menadžera u sektorima plasmana knjige, radeći predano u najvećim izdavačkim kućama u Beogradu, Zagrebu i Ljubljani, pa je u periodu od 1976-1988. godine bio i 12 puta apsolutni šampion nekadašnje velike države SFRJ u eksternom plasmanu knjige, a 12. maja 1989. godine, on je osnovao i prvu privatnu izdavačku kuću u AP Vojvodini „Domla-Publishing", sa sedištem u

Novom Sadu, gde radi na poslovima glavnog i odgovornog urednika i strategijskog producenta. Izdavačka kuća *„Domla-Publishing"* je tokom 34 godine uspešnog poslovanja objavila niz značajnih dela raznih autora iz područja nauke, književnosti, sporta, kao i obaveštajne kriminalistike, a većina od tih objavljenih knjiga je doživela da se štampa između 3 i 19 ponovljenih izdanja, za tržište nekadašnje države SFRJ i današnje Republike Srbije.

Dr Milivoje Došenović, književnošću se bavi od svoje trinaeste godine. Počeo je objavljivati prve radove početkom 1964. godine u omladinskim listovima: beogradskom „Kekecu", sarajevskim „Malim novinama", bačkopalanačkim „Nedeljnim novinama", zatim i u beogradskom „ČIK-u", „ZUM-u", „Reporteru", a bio je i dopisnik Radio Beograda sa područja Južnobačkog okruga. Do sada je napisao i publicirao ukupno svoje dvadeset dve knjige (22), koje su štampane i objavljene u periodu 1997-2023. godine:

1. *Gospođo, ne ljutite se na pesnika (knjiga objavljena 1997. godine).*
2. *Karate kroz izdavaštvo i knjižarstvo (esej, knjiga objavljena 1997. godine).*
3. *Pesnici imaju kratere u duši (knjiga zbirka pesama, objavljena 1998. godine).*
4. *Kakvo je to more bez oluja (knjiga zbirka pesama, objavljena 1998. godine).*
5. *Pesnička galerija likova (knjiga zbirka pesama, objavljena 1999. godine).*
6. *Jesenji čovek (knjiga zbirka pesama, objavljena 2000. godine).*
7. *Subjekcije i objekcije (knjiga zbirka pesama i soneta, objavljena 2001. godine).*
8. *Beskraj na dohvatu oka (zbirka haiku poezije, knjiga objavljena 2001, 2013. godine).*
9. *Karate u praktičnoj primeni, sa korelatima judo i jiu-jitsu (1999, 2001, 2016. godine).*
10. *Kako prodati knjigu (savremeni realistički roman, 2001, 2022 godine, u 3 izdanja).*
11. *Spasenje – zbirka soneta (knjiga objavljena 2002, 2013. godine).*
12. *Izglačane misli – zbirka soneta (knjiga objavljena 2003, 2014. godine).*
13. *Upravljanje izdavačkim projektom u domenu sportske literature (2006, 2013).*
14. *Nova Gajdobra – u ravnici Bačke (romansijerska monografija, 2006, 2012, 2020).*
15. *Stanje izdavaštva i nivo korišćenja sportske literature u Republici Srbiji (2007, 2008, 2013).*
16. *Pegazov let (zbirka sonetnih venaca, 2008, 2012, 2013. godine, u 3 izdanja).*
17. *Akustika stiha – antologija odabranih formi (knjiga, 2011, 2012. godine).*
18. *Zbirka pesama sa refrenom (knjiga objavljena 2009, 2013. godine).*
19. *Henri Ford – njegov život i njegovo delo (2004-2021, u 6 dopunjenih i proširenih izdanja).*
20. *Nikola Tesla – njegov život i njegovo delo (2004-2022, u 12 dopunjenih i proširenih izdanja).*
21. *Mihajlo Pupin – njegov život i njegovo delo (2005-2020, u 10 dopunjenih i proširenihizdanja).*
22. *Veliki ilustrovani leksikon svih sportova (od 2007-2023, u 19 dopunjenih i proširenih izdanja).*

Dr Milivoje Došenović je redovni član Društva književnika Vojvodine od 2000. godine, a redovni je član i naučno-kulturne ustanove Matica srpska iz Novog Sada od 1999. godine. Objavio je i aktuelne naučne radove iz područja izdavačko-knjižarskog i sportskog menadžmenta, kao i projekte novog i savremenog pristupa eksternom menadžmentu i marketingu izdavačko-knjižarske delatnosti. Baveći se sportskom i izdavačkom publicistikom, objavio je više knjiga i o pomenutim oblastima. U dugogodišnjoj komunikaciji sa pisanim i elektronskim medijima, dao je veći broj intervjua ozbiljnijim listovima i nedeljnicima, kao i na radiju i TV u nekadašnjoj SFRJ i Republici Srbiji, u vezi sa izdavaštvom, knjižarstvom, menadžmentom, marketingom, naučnom oblašću sporta, a organizovao je i nekoliko uspešnih književnih večeri i promocija u znamenitim ustanovama AP Vojvodine. Dobitnik je većeg broja priznanja, diploma, zahvalnica, plaketa i nagrada iz izdavačko-knjižarske delatnosti, književnosti, bibliotečke delatnosti i sporta. U mladosti je bio i gitarista u dva vokalno-instrumentalna benda, svira nekoliko žičanih muzičkih instrumenata. Živi u Novom Sadu.

BIBLIOGRAFIJA

1. AA Book Of The Car (1976): Drive Publications Limited, London
2. Adams, B. (1968): *The medicinal implication of karate blow.* New York, As Barnes, company
3. Ahmetović, Z. (1996): *Osnovi teorije i metodike sportskog treninga.* Novi Sad, FFK
4. Ahmetović, Z. (1994): *O treningu plivača.* Novi Sad, Zavod za fizičku kulturu
5. Ahmetović, Z. (1983): *Sportska škola plivanja.* Novi Sad, Časopis aktuelno u praksi
6. Ahmetović, Z. (1991): *Vodeće motorne osobine vrhunskih sportista.* Novi Sad, ZFKV
7. Ahmetović, Z. (1986): *Metode utvrđivanja idealnih biomotoričkih karakteristika vrhunskih sportista (Doktorska disertacija).* Beograd, FFK
8. Antonić, D. (2005): *Novosadski olimpijci.* Novi Sad, SANS
9. Aristotel (1970): *Organon.* Beograd, »Kultura«
10. Astrand, I. (1974): *Aerobic Work capacity in man and women with special reference to age. Acta Phusiol. Scand., 49, suppl. 169, 14*
11. Ašmarin, V. A. (1990): *Teorija i metodiki fizičeskogo vospitanija.* Moskva, Prosveščenie
12. Bajić, M., Jakonić, D. (1996): *Fiziologija sa biohemijom i higijenom.* Novi Sad, FFK
13. Bajić, M. (1996): *Kineziološka fiziologija sporta.* Novi Sad, FFK
14. Bečanović, Ž. (1994): *Sudijsko-takmičarski karate pravilnik.* Subotica, »Minerva«
15. Benson, M. (1980): *Rečnik englesko-srpskohrvatski i srpskohrvatsko-engleski.* Beograd, »Prosveta«
16. Berković, L., Blagajac, M., Raič, A., Koković, D. (1986): *Društveno-teorijske osnove fizičke kulture.* Novi Sad, FFK
17. Bigzova mala enciklopedija (1976): Beograd, BIGZ
18. Bikov, K. M. (1968): *Udžbenik fiziologije.* Beograd, »Medicinska knjiga«
19. Bojd, E. (2002): *Novinarstvo u elektronskim medijima.* Beograd, »Klio«
20. Brajović, S. (1997): *Suđenje u karate sportu.* Novi Sad, »Domla-Publishing«
21. Bubanj, R. (1998): *Biomehanika sporta 1-2.* Niš, FFK
22. Bugard, P. (1960): *La fatigue,* Paris
23. Cerasini, A (1973): *ABC del Judo.* Roma, »Mediterane«
24. Chu, F. (1995): *Tennis power traning.* Human Kinetics books, Champaing, Ilinois
25. Consilman, Ž. (1977): *Nauka o plivanju.* Beograd, »Sportska knjiga«
26. Čokorilo, R. (1998): *Pedagogija sporta.* Beograd,Viša škola za sportske trenere
27. Ćirić, M. (1973): *Municija i balistika lovačkih pušaka.* Kragujevac, »Crvena zastava«
28. Ćirković, Z., Jovanović, S. (1992): *Borenja.* Beograd, FFK
29. Ćirović, A. (1997): *12 kata.* Beograd, Karate klub »Shotokan Crvena zvezda«
30. Dačić, D. (1997): *Put do crnog pojasa – 1.* Novi Sad, »Domla-Publishing«
31. Dačić, D. (1998): *Put do crnog pojasa – 2.* Novi Sad, »Domla-Publishing«
32. Dačić, D. (2003): *Veliki ilustrovani rečnik borilačkih veština.* Novi Sad, »Domla-Publishing«
33. Difren, M. (1983): *Za čoveka.* Beograd, »Nolit«
34. Dick, F. W. (2002): *Sports Training Principles (Fourt edition).* A&Black, London
35. Ditrih, H. (1969): *Priručnik za trenere.* Beograd, »Sportska knjiga«
36. Doder, D. (1995): *Yu karate 1963-1993.* Novi Sad, SANS
37. Donovan, T. (1989): *Šampionski karate.* Gornji Milanovac, »Dečje novine«

38. Došenović, M. (2021): *Henri Ford – njegov život i njegovo delo (6. dopunjeno izdanje).* Novi Sad, »Domla-Publishing«
39. Došenović, M. (1997): *Karate kroz izdavaštvo i knjižarstvo (esej).* Novi Sad, »Domla-Publishing«
40. Došenović, M. (1999): *Karate u praktičnoj primeni sa korelatima judo i jiu-jitsu.* Novi Sad, »Domla-Publishing«
41. Došenović, M. (2004): *Mediji i obrazovanje za fizičku kulturu – problemi i perspektive publikovanja sportske literature (naučnoistraživački rad).* Novi Sad, FaM
42. Došenović, M. (2005): *Upravljanje izdavačkim projektom u domenu sportske literature, istraživanje 'praznog hoda' u izdavaštvu i knjižarstvu (magistarski rad).* Novi Sad, FaM
43. Došenović, M. (2006): *Upravljanje izdavačkim projektom u domenu sportske literature.* Novi Sad, »Domla-Publishing«
44. Došenović, M. (2007): *Stanje izdavaštva i nivo korišćenja sportske literature u Republici Srbiji (Doktorska disertacija).* Novi Sad, Univerzitet Privredna Akademija, Fakultet za sport i turizam (TIMS)
45. Došenović, M. (2007): *Veliki ilustrovani leksikon svih sportova (I izdanje).* Novi Sad, »Domla-Publishing«
46. Došenović, M. (2019): *Veliki ilustrovani leksikon svih sportova (18. dopunjeno izdanje).* Novi Sad, »Domla-Publishing«
47. Došenović, M. (2021): *NIKOLA TESLA – njegov život i njegovo delo (11. dopunjeno izdanje).* Novi Sad, »Domla-Publishing«
48. Dragić, B. (1996): *Dnevnik sportskog pedagoga.* Novi Sad, FFK
49. Dragić, B. (1982): *Judo tehnika.* Novi Sad, Zavod za fizičku kulturu
50. Dunđerović, R. (1997): *Psihologija sporta.* Novi Sad, Fakultet fizičke kulture
51. Enciklopedija fizičke kulture 1-2 (1975): Zagreb, Jugoslavenski leks. zavod
52. Enciklopedija živih religija (1981): Beograd, »Nolit«
53. Funakoshi, G. (1973): *Karate-do Kyohan.* Tokyo, Kodansha International
54. Gigov, V., Janjić, D. (1988): *Borilačke veštine bez upotrebe oružja.* Beograd, »Partizan«
55. Gigov, V. (1988): *Borilačke veštine sa upotrebom oružja.* Beograd, IP »Partizan«
56. Gigov, V. (1980): *Teorija karatea.* Novi Sad, Zavod za fizičku kulturu Vojvodine
57. Gilbey, J. (1963): *Fighting Arts of the World.* Rutland, Charles E. Tuttle
58. Gillet, B. (1979): *Povijest sporta.* Zagreb, Matica hrvatska
59. Grbić, M. (2002): *Sportske i druge priče.* Novi Sad, »Školska knjiga«
60. Grevs, R. (1991): *Grčki mitovi.* Beograd, »Nolit«
61. Hranisavljević, S. (2001): *Mladi i kultura sporta.* Beograd, »Sla-Ma-Pet«
62. Ilustrovana istorija sveta 1-4 (1983): Beograd, IRO »Vuk Karadžić«, IRO »Rad«
63. Jakonić, D. (1996): *Sportska medicina.* Novi Sad, FFK
64. Javurek, J. (1979): *Lovački praktikum.* Beograd, »Nolit«
65. Jorga, I., Jorga, V., Đurić, P. (1985): *Majstorske kate.* Beograd, »Sportska knjiga«
66. Jovanović, M., Čobović, Z., Bogdanović, M. (2000): *Povratak šampiona.* Beograd, »Evro«, Košarkaški savez Jugoslavije
67. Jovanović, S. (1992): *Karate 1, teorijska polazišta.* Novi Sad, »Sport's world«
68. Jovanović, S. (1992): *Borenja.* Beograd, FFK
69. Jugoslovensko smučanje 1983/84 (1983): Beograd, Smučarski savez Jugoslavije
70. Kanački, D. (1997): *Filozofija aikidoa.* Vršac
71. Kanazawa, H. (1982): *Shotokan karate.* Tokyo

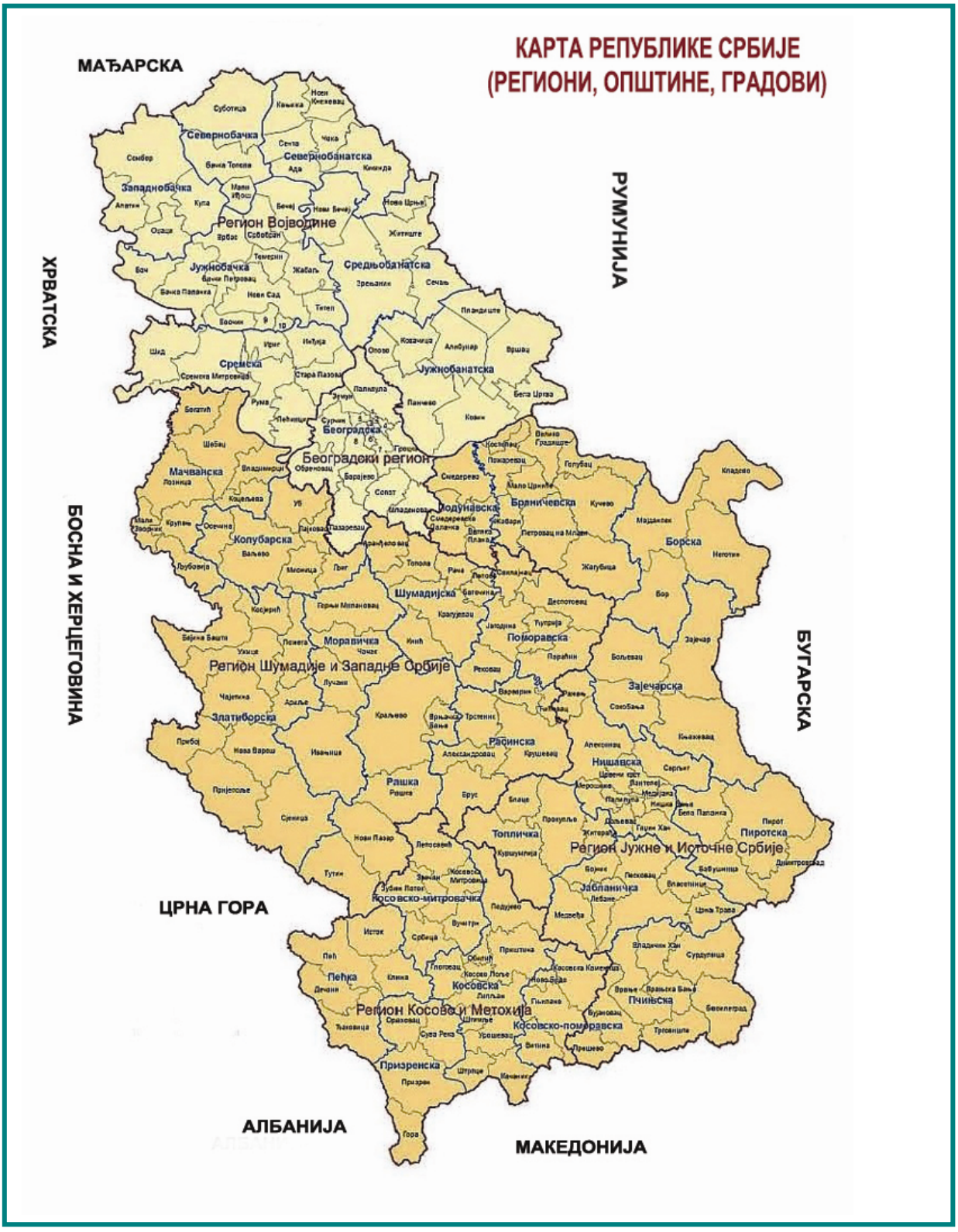
72. Klaić, B. (1984): *Rječnik stranih riječi.* Zagreb, Nakladni zavod Matice hrvatske
73. Klajn, I. (1992): *Rečnik novih reči.* Novi Sad, Matica srpska
74. Klajn, I. (1992): *Rečnik jezičkih nedoumica.* Novi Sad, Matica srpska
75. Knjiga o autu (1980): Ljubljana, »Mladinska knjiga«
76. Knjiga o sportu (1971): Zagreb, IKRO »Mladost«
77. Koković, D. (2004): *Sport i mediji.* Novi Sad, Fakultet za uslužni biznis
78. Kon, Ž. (2001): *Estetika komunikacije.* Beograd, »Klio«
79. Kovačević, M. (2000): *Leksikon sportova.* Novi Sad, Fakultet fizičke kulture
80. Kreč, D., Krečfild, P.S. (1980): *Elementi psihologije.* Beograd, »Naučna knjiga«
81. Krstić, D. (1988): *Psihološki rečnik.* Beograd, IP »Vuk Karadžić«
82. Kudo, K. (1969): *Judo, parterna tehnika.* Zagreb, »Mladost«
83. Kudo, K. (1969): *Judo, tehnika bacanja.* Zagreb, »Mladost«
84. Lazarević, Lj. (1987): *Psihološke osnove fizičke kulture.* Beograd, NIŠP »Partizan«
85. Lekarski priručnik (1992): Beograd, Zavod za udžbenike i nastavna sredstva
86. Marković, R. (1973): *Sve o boksu.* Novi Sad, »Partizan«
87. Medicinska enciklopedija 1-3 (1979): Beograd, »Vuk Karadžić«
88. Menke, F. (1953): *The encyclopedia of sports.* New York, Barnes and Company
89. Milošević, M., Zulić, M., Božić, S. (1989): *SFO.* Beograd, VŠ unutr. poslova
90. Mirosavljević, B. (1989): *Jubilej šampiona.* Novi Sad, NIŠRO »Dnevnik«
91. Modli, Z. (1987): *Škola letenja.* Beograd, »Tehnička knjiga«
92. Mudrić, R. (1991): *Škola karatea 1-4.* Beograd, »Sportska knjiga«
93. Nicović, M. (1990): *Ful kontakt.* Beograd, »Narodno delo«
94. Nicović, M. (1990): *Karate.* Beograd, »Narodno delo«
95. Nićin, Đ., Kalajdžić, J. (1997): *Antropomotorika.* Novi Sad, FFK
96. Nikolić, M., Ljujić, I. (1998): *Rečnik karatea.* Valjevo, »Grafičar«
97. Nikolin, B. (1986): *Doping i kontrola dopinga.* Beograd, SOFK Jugoslavije
98. Ojama, M. (1968): *Karate.* Zagreb, IKRO »Mladost«
99. Oljača, M. (1996): *Pedagogija sporta.* Novi Sad, Fakultet fizičke kulture
100. Opavski, P. (1990): *Osnovi biomehanike.* Beograd »Naučna knjiga«
101. Opšta enciklopedija Larousse 1-3 (1977): Beograd, IP »Vuk Karadžić«
102. Oružje i oklopi (1990): Beograd, »Vuk Karadžić«, Zagreb, »Mladost«
103. Otaki, T. (1965): *Judo for young men.* Tokyo
104. Parčina, M. (1980): *Judo – primjena tehnike.* Beograd, IGRO »Sportska knjiga«
105. Pedijatrija (1993): Beograd, »Savremena administracija«
106. Perić, D. (2006): *Metodologija naučnih istraživanja.* Beograd, »D.T. A. Trade«
107. Perić, D. (1997): *Uvod u sportsku antropomotoriku.* Beograd, Sportska akademija
108. Petrović, M. (1951): *Ogled iz istorije štampe.* Beograd, Novinarsko i izdavačko preduzeće, udruženje novinara Narodne Republike Srbije
109. Popularna enciklopedija (1976): Beograd, »BIGZ«
110. Pravopis srpskohrvatskog književnog jezika (1983): Novi Sad-Zagreb, Matica srpska, Matica hrvatska
111. Radivojević, G. (1986): *Najveće svetske misterije mora.* Kragujevac, »Druga strana sveta«
112. Radivojević, G. (1986): *Najveće svetske potrage za potonulim blagom.* Kragujevac, »Druga strana sveta«
113. Rečnik psihologije i umetničkog stvaralaštva (1998): Beograd, ZUNS

114. Rečnik srpskohrvatskog književnog jezika 1-6 (1976): Novi Sad-Zagreb, Matica srpska-Matica hrvatska
115. Rekordi (1992): Novi Sad, NIP »Dnevnik«
116. Rot, N. (1980): *Opšta psihologija.* Beograd, Zavod za udžbenike i nast. sredstva
117. Savić, B. (1999): *Jiu-jitsu – sigurna odbrana.* Novi Sad, »Domla-Publishing«
118. Savić, M. (2000): *Boks za obrazovanje trenera.* Beograd, VŠ za obrazovanje trenera
119. Sergio, F. (1987): *Trening mišića.* Beograd, JZFKMS
120. Sport, fizička aktivnost i zdravlje mladih (2002): Novi Sad, Univerzitet u Novom Sadu i Novosadski maraton
121. Sportski leksikon (1984): Zagreb, JLZ »Miroslav Krleža«
122. Srejović, D., Cermanović, A. (1992): *Rečnik grčke i rimske mitologije.* Beograd, SKZ
123. Stori, R. (1987): *Život samuraja.* Beograd, »Jugoslovenska revija«
124. Strategija, stanje sporta u APV sa predlozima za izradu razvoja (2007): Novi Sad, Pokrajinski sekretarijat za sport i omladinu
125. Šašić, M., Dačić, D. (1980): *Karate, fizička priprema.* Novi Sad, Zavod za fiz. kult.
126. Šipter, I. (1992): *Karate (shotokan karate, pet učeničkih kata).* Novi Sad, »Domla-Publishing«
127. Špranger, E. (1942): *Psihologija mladalačkog doba.* Beograd, »Geca Kon«
128. Tenžera, V. (1989): *Sportski život.* Zagreb, Nakladni zavod Matice hrvatske
129. Tomanović, B. (1982): *O idejnim i vrednosnim opredeljenjima omladine (mlada generacija danas).* Beograd, »Mladost«
130. Tomić, D. (1998): *Filozofija sporta.* Beograd, »SIA«
131. Tomić, D. (1989): *Teorija sporta.* Beograd, »Naučna knjiga«
132. Tomić, M. (2001): *Menadžment u sportu.* Beograd, »Astimbo«
133. Uyeshiba, K. (1975): *Aikido, publishing, bu Hozansha Publishing Co Ltd.* Tokyo
134. Uyeshiba, M. (1995): *Umeće mira.* Novi Sad, »Global Book«
135. Vanek, M., Kratty, B. (1974): *Psihologija i vrhunski sport.* Beograd, NIP »Partizan«
136. Velika enciklopedija aforizama (1978): Zagreb, »Prosvjeta«
137. Velika otkrića i pronalasci (1988): Beograd, »BIGZ«
138. Veliki atlas sveta (1982): Ljubljana, »Mladinska knjiga«
139. Vojna enciklopedija 1-11 (1978): Beograd, »Vojnoizdavački zavod«
140. Vojni leksikon (1981): Beograd, »Vojnoizdavački zavod«
141. Vračarević, Lj. (1977): *Aikido.* Beograd, »Sportska knjiga«
142. Vud, E. (1989): *Rečnik zena.* Gornji Milanovac, »Dečje novine«
143. Vujaklija, M. (1977): *Leksikon stranih reči i izraza.* Beograd, »Prosveta«
144. Vujić, B. (1984): *Put u napredni karate.* Beograd, »Sportska knjiga«
145. Vujović, M. (1999): *Bolesti zavisnosti.* Novi Sad, »Zmaj«
146. Vuković, R. (1997): *Teorija fizičke kulture.* Novi Sad, FFK
147. Willy, L. (1979): *Kung-fu.* Zagreb, »Mladost«
148. Yamaguchi, G. (1974): *Goyu-ryu karate 1-2.* Burmase, USA
149. Zaciorski, M. (1975): *Fizička svojstva sportiste.* Beograd, NIP »Partizan«
150. Zvanični sajt o sportskim rezultatima (http://www.london2012.com)
151. Zvanični sajt o sportskim rezultatima (http://www.baku2015.com)
152. Zvanični sajt o sportskim rezultatima (http://www.rio2016.com)
153. Zvanični sajt o sportskim rezultatima (http://www.tokyo2020.com)
154. Živanović, N. (1992): *Sport – uzleti i padovi.* Paraćin, »Vuk Karadžić«


Традиција. Снага. Визија.
ћодина
На путу за ПАРИЗ 2024






КАРТА РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ
(РЕГИОНИ, ОПШТИНЕ, ГРАДОВИ)
МАЂАРСКА
РУМУНИЈА
ХРВАТСКА
БОСНА И ХЕРЦЕГОВИНА
БУГАРСКА
ЦРНА ГОРА
АЛБАНИЈА
МАКЕДОНИЈА
Регион Војводине
Београдски регион
Регион Шумадије и Западне Србије
Регион Јужне и Источне Србије
Регион Косово и Метохија
Севернобачка
Севернобанатска
Западнобачка
Јужнобачка
Средњобанатска
Јужнобанатска
Сремска
Београдска
Мачванска
Колубарска
Подунавска
Браничевска
Шумадијска
Поморавска
Борска
Моравичка
Златиборска
Зајечарска
Расинска
Нишавска
Рашка
Топличка
Пиротска
Косовско-митровачка
Заплањска
Косовска
Пчињска
Косовско-поморавска
Призренска

Grad Novi Sad – Evropska prestonica kulture – 2022.



Sleva, gornji red: Saborna crkva, Novosadska katedrala, Jevrejska sinagoga. Drugi red slika: Petrovaradinska tvrđava i frontal Biblioteke Matice srpske. Treći red slika: Gradska kuća, Srpsko narodno pozorište i Gradska biblioteka Novog Sada. Donji red slika (sleva): zdanje nekadašnje Banovine (Pokrajinskog izvršnog veća), centar Novog Sada i bivši Sokolski dom pored Dunavskog parka.
Snimci: dr Milivoje Došenović, autor knjige (u Novom Sadu, 2017, 2019, 2021, 2023. godine)