



Metalčeva 5, 10000 Zagreb
Hrvatska [Croatia]
tel.: +385 1 457 61 11
fax: +385 1 457 30 36
www.hrs.hr

MB: 3297136
OIB: 18493858124
Hrvatska poštanska banka
IBAN: HR5423900011101022716

Zagreb, 15.02.2023.

VRTKO- RUKOMET U VRTIĆIMA

1. PROPOZICIJE NATJECANJA

Dječji vrtić predstavljaju do dvije ekipe, sa ukupno 20 sudionika (10 djevojčica i 10 dječaka). Jednu ekipu čini 10 igračica/igrača od koji njih pet trebaju biti djevojčice, a njih pet trebaju biti dječaci. Djevojčice i dječaci se natječu zajedno u ekipi, naizmjenično, nema odvajanja po spolovima.

Rukometno natjecanje – VRTKO održava se na rukometnom poligonu između dvije ekipe koje se međusobno natječu, istovremeno na dva poligona. Natjecanje se provodi na travnatom terenu ili u sportskoj dvorani (slika poligona je u nastavku teksta).

Organizator je dužan pripremiti 2 poligona, jedan pored drugoga i sve potrebne rekvizite koji su prikazani u opisu poligona na slici 1. Dimenzije poligona te razmak između rekvizita nacrtane su na slici 1.

Poligon treba biti ograđen, a pristup na njega imaju isključivo igračice/igrači i sudac, ili u iznimnom slučaju druge službene osobe. Dimenzija gola je 95 x 70 cm. Organizator je dužan osigurati dvije (2) spužvaste rukometne lopte Molten veličina 00 za svaku ekipu. Poligon se relizira sa jednom loptom po ekipi. Rezervna lopta treba biti u pripravnosti ako se prva lopta ošteti.

Pobjednik je ekipa koja prva postigne 10 pogodaka (lopta treba proći okvir gola). Svaki igrač i igračica mogu više puta izvoditi poligon istim redoslijedom, dok se ne postigne 10 golova po ekipi. Vremenski rok postizanja 10 golova nije zadan.

Pobjednička ekipa osvaja 10 bodova. Ukoliko nema pobjednika tj. ekipe istovremeno postignu 10-ti pogodak onda se izvođenje poligona ponavlja sa istih 10 igračica/igrača u ekipama, dok ne dobijemo konačnog pobjednika. Pobjednika proglašava sudac nakon što neka od ekipa prva postigne 10 golova.

Pobjednik prolazi u idući krug natjecanja, a gubitnik više ne sudjeluje u natjecanju. Igračice/igrači trebaju imati na nogama sportsku obuću te primjenu sportsku odjeću.

Za svako natjecanja na poligonu piše se zapisnik te se registrira završni rezultat.

Raspored natjecanja određuje se ždrijebom, ukoliko se ne donese drugačija odluka.



2. OPIS POLIGONA

Svaka ekipa sastoji se od 10 igračica/igrača koji stoje iza startne linije u koloni, naizmjenično djevojčica pa dječak.

Sudac daje zvučni signal te igračica/igrač koji stoje prvi iza startne linije kreću sa realizacijom poligona na način da izvedu slijedeće zadatke:

1. nakon visokog starta treba pokupiti rukometnu loptu (jednoručno ili objeručke) iz obruča te s loptom započiju svoje frontalno kretanje
2. trče frontalni slalom oko čunjeva postavljenih u kolonu
3. preskaču malu preponu (po slobodnom izboru rade sunožni ili jednonožni skok)
4. obilaze kapicu
5. trče prema ljestvama te sunožno preskače ljestve (frontalno jednu po jednu ljestvu-6 preskoka)
6. obilaze kapicu
7. preskaču malu preponu (po slobodnom izboru rade sunožni ili jednonožni skok)
8. trče frontalni slalom oko dijagonalno postavljenih stalaka
9. preskaču malu preponu (po slobodnom izboru rade sunožni ili jednonožni skok)
10. dolazi ispred linije udarca te vrše udarac prema vratima/golu (s jednom ili dvije ruke)
11. nakon izvršenog udarca igrač/igračica skuplja loptu (iz gola ili izvan gola) te istu vraća u obruč na početku poligona
12. kada je lopta postavljena u obruču kreće slijedeći igrač/igračica te ponovo ponavlja zadatke od broja 1-11.

Kompetan poligon igračice/igrači izvode s loptom koju drže u jednoj ili u obje ruke te trebaju maksimalnom brzinom izvesti sve navedene zadatke. Ukoliko im lopta ispadne iz ruku onda se trebaju vratiti po nju te nastaviti sa izvođenjem zadatka na mjestu gdje im je ispala lopta. Svaka igračica/igrač mogu više puta izvoditi poligon, dok se ne postigne ukupno 10 golova po ekipi. Slika 1. Poligona za Vrtko - u nastavku dokumenta.

Slika 1. Poligon za VRTKO - Rukomet u vrtićima

