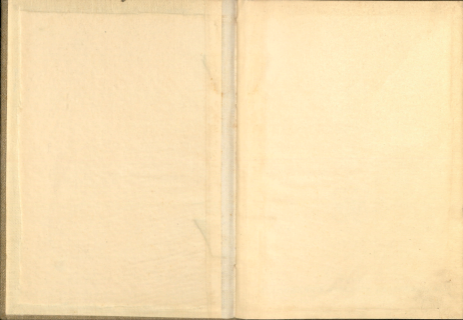


4877 +



J. Starzyński, W. Oleński, X. Klöbber.

GRY SPORTOWE

PIEKA KOSZYKOWA. PIEKA LATAJĄCA.
SZCZYPIORNIAK. PALANT. W DWA
OGNIE. PODAJ DALEJ! KWADRANT.



„STER”
WYDAWNICTWO HARCERZY WARSZAWSKICH

KURATORJUM
Okręgu Szkolnego Lubelskiego
CENTRALNA BIBLIOTEKA PEDAGOGICZNA

4077 - I 4077

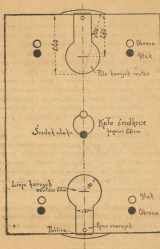
PRZEDMOWA.

W dobie obecnej, po silnych wstrząszeniach wojennych w całej Europie zaznacza się wzmożony ruch na pole wychowania fizycznego.

Jesteśmy świadkami jak ćwiczenia fizyczne z dusznych sal gimnastycznych przenoszą się pod gołe niebo, na świeże powietrze i w słońce. Ćwiczenia te w formie sportów i gier sportowych znajdują coraz więcej zwolenników, dają bowiem młodzieży chęć i radość życia, uczą współdziałania i przetrwykiwania trudności, w szlachetnej walce, wyrabiają odporność, siłę, odwagę i dzielność życiową.

W zbiorce niniejszym uwzględniliśmy gry w piłkę ręczną, jako ćwiczenia wszechstronne, zmuszające do pracy prawie wszystkie grupy mięśniowe. Są one mało, lub wcale nieznanne, i to nas skłoniło do opracowania szczegółowych przepisów tych gier. Może w ten sposób choć w części przyczynimy się do ich rozpowszechnienia.

Przy opracowaniu niniejszego podręcznika korzystaliśmy ze źródeł polskich: Czuchowiczówny, Sikorskiego i prof. Piaseckiego oraz angielskich.



Boisko do Piłki koszykowej.

Pilka koszykowa.

Gra w piłkę koszykową jest grą par excellence sportową. Na Zachodzie Europy i w Ameryce rozpowszechniła się ogromnie i jest tam ulubioną grą nie tylko chłopców i dziewcząt, ale i dorosłych.

1. Cel gry.

Celem każdej drużyny jest zdobyć jak największą liczbę punktów przez wrzucanie piłki do kosza przeciwnika, starając się jednocześnie nie dopuścić do tego, żeby piłka przeszła do rąk graczy przeciwnej partji.

2. Boisko.

Patrz rys. boiska.

Wymiary. Boisko stanowi prostokąt z dwoma łokowatemi wygięciami granic (boków krótszych). Ograniczone jest linjami dobrze widocznymi o szerokości co najmniej 5 cm. Wymiary prostokąta są następujące: największe 27,3 m. \times 18 m., najmniejsze 18 m. \times 10 m.

Przeszkody. Boisko winno być wolne od jakichkolwiek przeszkód, granice jego muszą się znajdować w odległości przynajmniej 1 metra od przedmiotów takich, jak ściany, barjery, trybuny i t. p.

Nazwa granic. Granice dłuższe nazywają

się — bocznymi, granice zaś boków krótszych — koszowymi.

Granice koszowe wyznacza się w następujący sposób. Należy z punktu przecięcia osi podłużnej boiska z linią ograniczającą pole karnych rzutów promieniem równym 7 m. zakresić łuk. Część jego, która znajduje się poza krótszym bokiem prostokąta, wyznaczy nam właściwą granicę.

Koło środkowe. Koło środkowe musi mieć promień równy 60 cm., jego środkiem jest środek boiska piłki koszykowej.

Linje karnych rzutów. Linje karnych rzutów powinny mieć 60 cm. długości i $2\frac{1}{2}$ cm. szerokości. Ich środki muszą leżeć na osi podłużnej boiska. Muszą być one nakreślone do siebie równoległe w odległości 4 mtr. 55 cm. od wewnętrznych brzegów krótszych boków prostokąta.

Ścieżki karnych rzutów. Ścieżki karnych rzutów powinny być oznaczone na boisku prostopadko do granic koszowych w odległości 90 cm. z każdej strony osi podłużnej boiska.

Linje te kończą się polem karnych rzutów, zakreślonym promieniem 1 mtr. 80 cm. ze środka linii karnych rzutów.

Tablice. W środku krótszych boków prostokąta są umieszczone tablice drewniane z koszami. Tablice te są prostokątami o bokach 1,80 cm. szerokości na 1,20 wysokości. Porządane jest, aby tablice były pomalowane na białe, konieczne zaś muszą być zupełnie gładkie.

Tablice winny być tak umieszczone, ażeby ich brzeg dolny był zupełnie równoległy z ziemią. Środek ich musi leżeć na osi podłużnej boiska.

Kosze. Kosze są wykonane z siatki sznurkowej zawieszanej na pierścieniach metalowych

o średnicy 45 m. Kosze nie posiadają dna, iżby piłka mogła z nich wypaść.

Pierścienie muszą być sztywnie przymocowane do tablic, na wysokości 30 cm. od dolnej krawędzi tablicy. Są one podtrzymywane przez poziome ramię metalowe długości 15 cm., wpuszczone w obwód pierścienia.

Kosze wraz z tablicami umieszcza się tak, iżby pierścień znajdował się na wysokości 3 metrów ponad poziomem boiska.

3. Przybory.

Piłka. Do gry w piłkę koszykową potrzebna jest jedynie piłka okrągła, sporządzona z pęcherza gumowego pokrytego skórą. Obwód jej wynosi od 75—80 cm., a waga 350—650 gramów.

4. Gra.

Drużyna. Każda drużyna liczy 5-ciu graczy, z których jeden jest kapitanem.

Kapitan, jego obowiązki i władza. Kapitan reprezentuje swą drużynę, kieruje nią i sprawdza jej grę. Przed rozpoczęciem gry komunikuje sędziemu imiona i nazwiska, numery oraz miejsca graczy i zastępców. Z tytułu swej władzy może zwrócić się o wyjaśnienia do sędziego i otrzymać żądane wyjaśnienie.

Zastępcy. W razie braku, usunięcia lub zejścia z boiska gracza, miejsce jego zajmuje zastępca. Przed wejściem na boisko musi się on zwrócić do sędziego i podać szczegóły, których sędzia wymaga. Zastępca przed przerwaniem gry przez sędziego, nie może wejść na boisko a tembardziej uczestniczyć w grze. Sędzia w razie konieczności zastąpienia jednego z graczy przez in-

nego może gry nie przerywać, jeśli uważa, że byłoby to ze szkody dla którejkolwiek strony.

Rozstawienie gwoździ: patrz rys. boiska.

5. Sędzia i jego pomocnicy.

Sędzia, jego obowiązki i władza. Sędzia musi być bezstronnym i znać dobrze zasady gry.

Sędzia grę rozpoczyna, on decyduje, kiedy piłka jest w grze, a kiedy jest spalona, do kogo ona należy i kiedy zdobyto kosz; on także stwierdza popełnione błędy (faule), nakłada kary, dopuszcza do gry zastępców i przerywa grę, o ile jest to konieczne.

Po połowie i całej grze ogłasza oficjalnie wyniki, po 2-gim ogłoszeniu obowiązki jego kończą się.

Sędzia usuwa z gry gracza, który zrobił w czasie jej trwania 4 błędy „osobiste” lub 1 błąd dyskwalifikujący.

Sędzia także rozstrzyga kwestje sporne, których nie uwzględniono w niniejszych przepisach.

Pomocnik sędziego. Pomocnik sędziego może zwracać uwagę na graczy znajdujących się na boisku, ale nie będących w bezpośrednim kontakcie z piłką. Pomocnik zwraca uwagę sędziego na zauważone przez siebie szczegóły.

Pisarz. Pisarz zapisuje zdobyte kosze i popełnione błędy i zaznaczając w swych zapisach „osobiste” i „dyskwalifikując”. Zawiadania natychmiast sędziego, gdy który z graczy popełnił po raz 4-y błąd „osobisty”. Zapisy jego stanowią podstawę do urzędowego ogłoszenia wyników.

Mierzenie czasu gry. Jeden z pomocników sędziego zajmuje się mierzeniem czasu. Notuje on, kiedy gra się rozpoczyna, odlicza przerwy

w grze, zarządzane przez sędziego, donosi sędziemu o upływie połowy czasu, lub całej gry.

Przerwanie gry. Z chwilą gdy upływa czas zakończenia połowy lub całej gry, sędzia daje sygnał i natychmiast gra zostaje przerywana, sędzia jednak winien bezczuć by podany przez niego sygnał nie nastąpił w chwili rzutu piłki do kosza.

Uwaga. Pojedynam jest, aby przy rozgrywkach mniej ważnych, pewne funkcje łączyć ze sobą tak, aby ograniczyć liczbę osób występujących w charakterze oficjalnym.

6. Wyjaśnienia wstępne.

Zdobycie kosza. Zdobycie kosza polega na wrzuceniu piłki do kosza przeciwnej drużyny.

Gracz „poza granicami”. Gracz jest „poza granicami”, gdy którakolwiek z części jego ciała dotyka linii granicznej lub ziemi poza boiskiem. Łuki granic koszowych oraz granic bożnic ograniczają w tym wypadku boisko.

Piłka „poza granicami”. Piłka jest „poza granicami” gdy dotknie linii granicznej lub ziemi poza boiskiem, albo, gdy dotknięta przez gracza „poza granicami”.

„Piłka ujęta”. „Piłka ujęta” ma miejsce wówczas, gdy dwóch przeciwników — graczy trzyma jednocześnie piłkę tak, że jest ona unieruchomiona.

Błąd. „Błąd” (faul) jest to pogwałcenie przepisów gry, powodujące karę.

Piłka „spalona”. Piłka jest „spalona” i gra ustaje, dopóki piłka nie wróci do gry w sposób wskazany przez sędziego:

a) gdy został kosz zdobyty. (Piłka wraca do gry ze środka)

b) gdy piłka zostanie wyrzucona „poza granicę”

c) gdy sędzia stwierdził „ujęcie piłki”

d) gdy sędzia przerwał grę

e) gdy sędzia stwierdził błąd

f) po każdym z dwóch karnych rzutów w następstwie t. zw. „podwójnego błędu”. (Piłka ze środka)

g) po wyczerpaniu czasu gry

h) po nieprawidłowym karnym rzucie. (Piłka ze środka).

Bieganie z piłką. Posunąć się w biegu z piłką w ręką więcej niż o 1 krok nie wolno.

Rzut karny. Rzut karny do kosza jest przywilejem, który otrzymuje drużyna. Polega on na rzucaniu piłki do kosza wprost z linii karnych rzutów, przyczem graczom przeciwnej partji nie wolno przeszkadzać rzucającemu.

Błąd osobisty. Błąd osobisty jest to pogwałcenie przepisów przez gracza lub też wogóle popełnienie czynu nietaktownego wobec gracza lub graczy przeciwnej partji (np. podstawienie nogi, pchnięcie i t. d.).

Błąd dyskwalifikujący. Błąd dyskwalifikujący zaś jest to błąd, polegający na nieokrośzanej grze gracza do tego stopnia, że sędzia musi gracza z gry wykluczyć.

Błąd dwustronny. Dwustronny błąd liczy się wówczas, gdy obydwie drużyny popełnią błąd jednocześnie.

7. Czas trwania gry.

Czas trwania gry. Gra rozpada na 2 części przedzielone 10 minutową przerwą, każda część trwa 20 minut. Jest to tak zwany normalny czas gry; po porozumieniu się jednak kapitanów oby-

dwu drużyn czas normalny gry może być przedłużony. W razie popełnienia błędu przez któregokolwiek z graczy w momencie poprzedzającym sygnał sędziego, na zakończenie czasu gry automatycznie przedłuża się celem dania możności wykonania rzutu karnego.

Uwaga: Czas gry dla młodszych graczy można dowolnie zmieniać i dawać częstsze przerwy.

Przedłużenie gry. Sędzia w pewnych wypadkach, gdy np. wynik gry nie został rozstrzygnięty, na wyraźne żądanie graczy obydwóch drużyn może zarządzić przedłużenie gry na 5 minut, albo też tyle 5 min. okresów, ile ich potrzeba do rozstrzygnięcia gry.

8. Obliczanie wyniku.

Punkty. Zwykle zdobycie kosza liczy się jako 2 punkty, zdobycie zaś kosza z karnego rzutu—1 punkt.

Ogólny wynik gry otrzymuje się ze sumowania punktów każdej drużyny. Stosunek sum tych punktów przedstawia ostateczny rezultat gry.

Zwycięstwo. Zwycięstwo osiąga ta drużyna, której suma punktów przewyższa przynajmniej o 2 sumę punktów przeciwnika. W przeciwnym razie gra jest nierozstrzygnięta.

O przedłużeniu gry patrz powyżej.

9. Przepisy gry.

Rozpoczęcie gry przez sędziego. Grę rozpoczyna sędzia, podtrącając piłkę między 2-ma graczami (środkami ataków) przeciwnych partji.

W kole środkowym każdy gracz w środku musi stać na swej połowie koła środkowego z jedną ręką założoną w tył. Ręka ta musi po-

zostać w tem położeniu tak długo, póki jeden z graczy nie dotknie piłki ręką.

Pozostali gracze na boisku mogą przyjąć dowolną postawę, byle nie przeszkadzając sędziemu i środkom ataków.

Sędzia musi podrzucić piłkę tak, aby ona podlegała wyżej niż skaczący gracz mógłby ją osiągnąć, i aby spadła między graczami w środku.

Gdy sędzia rozpoczyna lub wznowia grę ze środka, powinien zagwizdać w chwili, gdy piłka osiągnie swój punkt najwyższy, poczem musi być ona odbita przez jednego lub obu graczy w środku i to swobodną ręką.

Jeżeli piłka upadnie na ziemię, nie zostawszy dotkniętą przez żadnego z dwóch rozpoczynających graczy, sędzia zaczyna grę powtórnie w powyżej wskazany sposób.

Przebieg gry. Atak. Po rozpoczęciu gry każdy z graczy ataku stara się chwycić piłkę, pilnując swego miejsca. Pochwyconą piłkę podając natychmiast drugiemu graczowi ze swojej partji, zbliża się do kosza, a w razie otrzymania piłki do rąk swoich ponownie, w odpowiedniej chwili rzuca ją do kosza i t. d.

Obrona. Zadanie obrony polega na tem, że stara się ona odebrać piłkę atakowi przeciwnej partji, przeszkadzając mu w rzucaniu do kosza, a chwyciwszy piłkę, jak najrybiej przerzucić ją do swego ataku.

Bieganie i stanie z piłką. Biegać z piłką nie wolno, stać w miejscu natomiast trzymając w rękach piłkę, można bez ograniczenia czasu.

Odbijanie piłki o ziemię. Odbijając piłkę o ziemię „koszować”, biegnąc z jednego miejsca na drugie wolno tylko graczowi w ataku nie więcej

niż 1 raz, i to tylko wówczas, gdy gracz z piłką chce się zbliżyć do kosza, aby udogodzić sobie rzut do niego.

Pozatem piłka może być rzucona, toczona i t. d. w jakimkolwiek kierunku, byleby tylko nie dostała się do rąk tego samego gracza, zanim drugi gracz jej nie dotknie.

Przerwanie gry w czasie jej trwania. Sędzia, widząc wykroczenie lub w innych wypadkach, jak np. w razie obrażenia gracza, albo na prośbę jednego z kapitanów drużyn, może zarządzić przerwę gry. Nie powinna być jednak ona dłuższa nad 2—3 minut, i nie może tych przerw żadna z drużyn nadużywać.

Po przerwie sędzia wprowadza piłkę do gry w miejscu w którym ona się znajdowała w chwili zarządzenia przerwy, i to między dwoma najbliższymi graczami w sposób analogiczny do rozpoczęcia gry ze środka.

Pomocnik sędziego obliczający czas powinien czasu zużytego na przerwy nie wliczać do czasu trwania gry.

Wybór koszyków. Partja zaproszona ma prawo wyboru koszyków w pierwszej pół—grze. W drugiej połowie partje zmieniają swe kosze.

Przerwa główna. W czasie przerwy głównej, między pół—grami, na 3 minuty przed rozpoczęciem następnej połowy, kapitanowie winni zgłosić się do sędziego. Jeśli w minutę potem, która z drużyn nie jest gotową na boisku, drużyna przeciwna rozpoczyna grę tak, jak gdyby obydwie drużyny znajdowały się na swych miejscach.

Wprowadzenie piłki do gry ze środka. Ze środka piłkę wprowadza się do gry w następujących wypadkach:

- a) na początku każdej połowy gry
- b) po zdobyciu koszyka
- c) gdy piłka zatrzyma się między podporami kosza.
- d) po ostatnim karnym rzucie przy obustronnym błędzie.

Wprowadzanie piłki do gry z „poza granic”. Jeżeli podczas gry piłka zostanie wyrzuconą „poza granicę” — gra zostaje przerwana gwizdkiem przez sędziego i piłkę wprowadza wówczas do gry najbliższy przeciwnik tego gracza, który wyrzucił piłkę „poza granicę”. Gracz ten staje w miejscu, gdzie piłka przeszła granicę boiska i wtedy, nie ruszając swych nóg z miejsca, rzuca, odbija lub toczy piłkę do innego gracza ze swej partji na boisku. Zaraz potem wchodzi na boisko i bierze udział w dalszej grze.

Żaden z graczy nie może się znajdować w mniejszej odległości od wyrzucającego piłkę z „poza granic” — jak i metr.

Jeżeli sędzia nie może wskazać, kto ostatni dotknął piłkę, nim ona przeszła granicę, wprowadza ją do gry, podtrzaskując między 2-ma najbliższymi graczami z tego miejsca, z którego piłka wyszła z boiska.

„Ujęcie” piłki. W wypadku, gdy sędzia skonstatuje „ujęcie piłki”, zostaje ona wprowadzoną do gry w sposób analogiczny do stosowanego na początku gry.

Błąd / rzut karny. O ile sędzia skonstatował błąd u któregośkolwiek z graczy, musi grę natychmiast przerwać, a piłkę umieścić na linii karnych rzutów właściwej partji. Rzut do kosza musi nastąpić w ciągu 10 sekund po umieszczeniu piłki na linii. „Strzelać” do kosza może każdy z graczy ataku.

Po zdobyciu kosza piłka powraca do gry ze środka, gdy zał minie kosz, gra się nią natychmiast dalej, z wyjątkiem:

- a) obustronnego błędu
- b) gdy ma nastąpić szereg karnych rzutów, za błędy popełnione przez różnych graczy tej samej drużyny jednocześnie.

18. Błędy przekroczenia i kary.

Nie zaliczenie zdobycia kosza. Zdobycie kosza liczyć się nie będzie:

- 1) gdy gracz wrzucił do kosza piłkę spaloną
- 2) gdy podczas karnego rzutu którykolwiek z graczy partji, na rzecz której sędzia przyznał rzut karny, przekroczy linię ograniczającą pole i ścieżkę karnych rzutów zanim piłka dotknie kosza lub tablicy.

Jeżeli zaś przekroczy te granice gracz partji przeciwnej, rzut karny zostaje powtórzony.

- 3) o ile gracz na wykonanie karnego rzutu zużyje więcej niż 10 sekund.

Wyrzucenie piłki z „poza granic” przez gracza przeciwnej drużyny. Piłka zostaje wyrzuconą przez gracza przeciwnej partji z „poza granic” gdy gracz:

- 1) wyrzucił ją „poza granicę”
- 2) dotknie piłki po wyrzuceniu przez siebie z „poza granicę”, przed dotknięciem jej przez innego gracza.
- 3) trzymać będzie w rękach piłkę, wyrzucając ją z „poza granicę” dłużej niż 5 sekund przed wyrzuceniem.

11. Błędy i kary.

Błąd „osobisty”. Graczowi nie wolno:

- 1) biec z piłką, odbijać ją pięściami, odbijać ją o ziemię („koczować”).

2) poruszać ręką założoną na plecy przy wyrzucaniu piłki przez sędziego.

3) przestępować granicę boiska bez powodu.

4) pchnąć, podstawić nogę, lub objąć z tyłu gracza przeciwnej partji.

5) przeszkadzać w rzucie karnym do kosza.

6) wogóle przeszkadzać biegowi gry w jakikolwiek sposób.

W razie przestąpienia któregośkolwiek z tych punktów sędzia zarządza rzut karny na korzyść przeciwnej partji.

W punktach 4 i 6 sędzia może zarządzić nowy podwójny rzut karny za jedno przestępstwo.

Błąd „dyskwalifikujący”. Gracz nie może grać na tyle nieokrzesanie, żeby to aż szkodziło zdrowiu pozostałych graczy, nie może też gwałcić przepisów gry. W razie gdyby gracz popełnił podobne wykroczenie, sędzia może uznać to za błąd „dyskwalifikowany” i gracza z gry wykluczyć.

12. Wskazówki techniczne.

Chcąc prowadzić grę w piłkę koszykową, należy przedewszystkiem dobrze zapoznać się z przepisami.

Pierwsze zaprawianie graczy do gry polega na przyzwyczajeniu ich do rzucania piłki silnie i w prostym kierunku do właściwego gracza tak, aby w możliwie krótkim czasie piłka przeszła swą drogę. Nigdy zaś nie powinno się grać t. zw. „balonami” t. j. wyrzucając piłkę w górę. Należy także graczy przyzwyczaić do chwytania piłek silnie rzuconych.

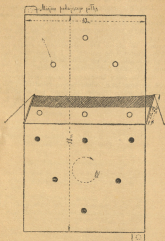
Ponieważ biegać z piłką, ani też jej włożyć

ani i raz „koszować” nie wolno, prowadzący grę musi zwrócić na to baczną uwagę.

Dalszym etapem będzie przyzwyczajanie graczy do rzucania karnych i wogóle rzucania piłki do kosza, z miejsca i w biegu.

Dopiero wówczas można przejść do gry całą drużyną. Gra musi być prowadzona żywo, energicznie. W czasie gry najważniejszą rzeczą jest t. zw. „obstawienie graczy” t. j. pilnowanie swego przeciwnika, gdy on piłkę posiada, a jego znikanie, gdy piłka jest w rękach gracza.

Gra w piłkę koszykową dzięki swej żywości może się stać łatwo ulubioną grą młodzieży. Nie-wielkie wymiary boiska powinny pobudzić inicjatywę do budowy własnego placu do piłki koszykowej.



Boisko do „Piłki latającej”

Piłka latająca

Boisko piłki latającej
i rozstawienie graczy.

Gra w piłkę latającą może być z wielkim pożytkiem uprawiana przez młodzież, a szczególnie przez młodszych chłopców i dziewczęta.

1. Cel gry.

Celem gry jest przetrzucić piłkę, odbijając ją dłońmi, na pole przeciwnika i to w taki sposób, ażeby im utrudnić odbicie ponowne piłki ponad siatkę. Zadaniem każdej partji jest zdobyć jak największą ilość punktów przy przetrzucaniu piłki ponad siatkę.

2. Boisko.

Patrz rys. boiska.

Boisko stanowi prostokąt o wymiarach nie większych nad 10 mtr. szerokości na 10 mtr. długości. Powierzchnia jego powinna być zupełnie wolna od przeszkód utrudniających grę.

Boisko musi być oznaczone dobrze widocznymi linjami szerokimi na 5 cm., w połowie jest ono przedzielone linią, która wyznacza miejsce zawieszania siatki, i dzieli w ten sposób boisko na połowy o bokach 10 mtr. \times 9 mtr.

3. Przybory.

Siatka. Na przybory do gry składają się siatka i piłka. Siatka winna być 90 cm. szeroka, długość jej zależy od szerokości boiska. Oczka jej muszą być tak małe, żeby piłka nie mogła się przez nie przedostać. Siatka winna być silnie naciągnięta. Środkowy punkt górnego brzołu zawieszonoj siatki powinien znajdować się na wysokości 2 m. 40 cm. nad poziomem ziemi (czyli dolny brzeg musi być oddalony o 1.50 cm. od ziemi).

Piłka. Do gry w piłkę latającą, używa się piłki okrągłej, sporządzonej z pęcherza gumowego, pokrytego skórą. Obwód piłki winien wynosić 65—70 cm., waga zaś 220—270 gramów.

4. Gracze.

Liczba graczy. W oficjalnych zawodach drużyna winna liczyć 6 graczy.

Zastępcy. Zastępca może zająć miejsce gracza, jedynie wówczas, gdy piłka jest „spalona”;— przedtem jednak musi się zgłosić do sędziego.

Rozstawienie graczy; patrz rys. boiska.

5. Sędzia i jego pomocnicy.

Sędzia. Sędzia jest najwyższą instancją w czasie trwania gry. On decyduje, kiedy piłka jest „spalona”, przyznaje punkty, stwierdza przejście granicy boiska przez piłkę i nakłada kary na gwałcących przepisy gry.

Sędzia notuje punkty przyznane drużynom. Jego zapisy są podstawą do urzędowego obliczenia wyniku gry.

Sędziowie boczni. Sędzia może, (nie musi!), mieć dwóch pomocników, „sędziów bocznych”. Zajmują oni stanowiska w dwóch przeciwległych

rogach boiska i baczą, czy piłka padła na linię lub przeszła granicę boiska. Swoje spostrzeżenia komunikują natychmiast sędziemu.

Sędzia „boczny” może także sprawdzać porządek zmian graczy po stracaniu piłki.

6. Wyjaśnienie wstępne.

Kolejność podawania i zmiany. Kolejność, w jakiej gracze podają piłkę, podbijając ją ręką, na pole przeciwnika, nazywana jest „kolejnością podawania”.

Kolejna zamiana miejsc między graczami nazywa się „zmianą”.

Podawanie piłki. Podawaniem piłki nazywamy podbicie jej przez t. zw. podającego na boisko przeciwnika. Podający musi stać oboma nogami poza tylną granicą boiska.

Punkt. Punkt sędzia zalicza przeciwej partji, gdy partja nie zdołała odbić piłki podawanej przez przeciwnika we właściwy sposób.

Przejście piłki. Gdy partja nie zdołała odbić piłki podawanej przez siebie, ale przerzuconej przez przeciwnika przez siatkę z powrotem, sędzia zarządza t. zw. „przejście piłki”, piłka wtedy przechodzi do przeciwnika, który po gwizdku sędziego ją podaje, jednak punktu żadnej ze stron się nie liczy.

Przejście granic. Piłka „przeszła granicę”, gdy dotknie ziemi poza obrębem boiska.

Spalenie piłki. Piłka jest „spalona”, gdy dotknęła ziemi w obrębie boiska, lub też grę przerwał sędzia. Musi być ona wówczas przez podawanie, na nowo oddana do gry.

7. Czas trwania gry.

Czas trwania gry. W piłkę latającą gra się zasadniczo do 15 punktów.

Przy zawodach poważniejszych gra się „rozgrywką”, „rewand” i „ostateczną rozgrywką”. Wszystkie trzy, albo też dwa zwycięstwa jednej z drużyn decydują o przyznaniu jej przez sędziego ostatecznego zwycięstwa.

8. Obliczanie wyników.

Słabo podawanie. Jeżeli przy podawaniu piłka nie przejdzie ponad siatkę, a o nią uderzy i spadnie na boisko podającej strony—piłka przechodzi do przeciwników, ale punktu im się nie liczy.

Dotknięcie siatki przez piłkę. Jeżeli piłka, przy podawaniu (tylko!) przelatując nad siatką dotknie jej, powtarza się podawanie piłki.

Linja. Jeżeli piłka przeleci nad siatką i padnie na linię graniczną przeciwnika, piłka uważana jest za dobrą sędzia przyznaje punkt stronie podającej. Gdy piłka w powyżej wskazany sposób padnie na linię boiska strony podającej piłkę, sędzia zarządza tylko „przejście piłki”.

O zaliczeniu punktów i przejściu piłki do przeciwnika patrz w 6 wyjaśnienia wstępne.

9. Przepisy gry.

Wybór boiska. Kapitanowie drużyn losują między sobą, kto wybiera boisko.

Rozpoczęcie gry. Po rozstawieniu graczy, podaje piłkę po raz pierwszy strona, która nie miała wyboru boiska. W następnych grach grę rozpoczyna zawsze ta drużyna, która w poprzedniej przegrała.

Gracz, mający podać piłkę, musi stać poza tylną linią granic boiska z prawym lub lewym

główny Podawający
Kor. Drużny
Kor. Drużny

rogu, i stamtąd, podbijając dłońmi piłkę, przesuwa ją na przeciwną stronę siatki.

Przebieg gry. Przeciwnicy starają się piłkę odbić jedną ręką lub obydwoma, przy czem nie wolno jest dotknąć piłki 2 lub więcej razy kolejno, nim inny gracz piłki nie dotknie. Jeżeliby coś podobnego się zdarzyło, piłka uważana jest za „spaloną” i przechodzi do przeciwników.

Wyrzucenie piłki „poza granicę”. Piłki lecące „poza granicę”, a wyrzuconej przez przeciwnika nie powinno się przyjmować. Jeżeli jednak gracz strony przyjmującej piłkę dotknie jej lub odbije tak, że jego współgrający nie będą jej mogli przetrześć na boisko przeciwnika, piłkę uważa się za przyjętą. Przyjęta piłka poza obrębem granic, ale przetrzecona na boisko przeciwnika uważana jest za dobrą.

Przy liczeniu punktów zawsze należy pamiętać o jednym, że „przejście piłki” następuje wtedy, gdy partja podająca piłkę w jakikolwiek ją straciła, — punktu wówczas przeciwnikowi się nie liczy. Punkt zaś wówczas tylko otrzymuje podająca piłkę partja, gdy przeciwnik nie zdoła jej we właściwy sposób odbić.

Zmiana. Po każdym utraceniu piłki gracze partji, która piłkę straciła, przesuwa się o jedno miejsce na prawo.

10. Przekroczenia i kary.

Przekroczenia. Gracz nie może:

- 1) dwukrotnie podbić piłki raz po raz.
- 2) chwycić piłki.
- 3) sięgać przez (nie ponad) siatkę do piłki.
- 4) wogóle dotknąć siatki.
- 5) podawać piłkę po raz drugi pomimo zmiany miejsc przez współgrających.

6) czynić uwagi o graczach przeciwnej drużyny.

7) kwestjonować decyzje sędziego, i odzywać się o nim niewłaściwie.

8) wyjść z boiska przed ukończeniem gry.

9) wogóle przeszkadzać przebiegowi gry, i gwałcić przepisy.

Kary:

za punkty: 1, 2, 3, 4, 5 — przejście piłki do przeciwników.

za punkty: 6, 7, 8 i 9 — przyznanie przeciwnikowi punktu, a w razie powtórzonego wykroczenia, gdy widać złą wolę gracza i gdy sędzia uzna to za właściwe, — usunięcie odnośnego gracza z gry.

B. Wskazówki i wyjaśnienia.

Chcąc grać dobrze w piłkę latającą, należy się przyzwyczaić do odbijania jej nie pięścią, a dłonią, a nawet dłońmi.

W każdej drużynie każdy gracz powinien się przyzwyczaić do podawania innym graczom tej samej drużyny piłki, gdyż przy opanowaniu tego, w grze można wyzyskać słabsze strony przeciwnika, i podając piłkę między sobą, w odpowiedniej chwili przetrzucić piłkę poprzez siatkę do niespodziewających się jej przeciwników.

Gra musi być żywa, piłka jak najprędzej winna padać na ziemię, gra będzie wówczas interesująca i wszyscy będą nią zajęci.

Szczypiorniak *)

Niniejsza gra opiera się na przepisach piłki nożnej, z tą jednak zasadniczą różnicą, że graczy, z wyjątkiem bramkarza, piłki nie podbijają nogą, lecz rzucają przy pomocy rąk lub odbijają głową.

1. Przybór

Piłka nożna, której obwód wynosi 65—72 cm., a waga przy rozpoczęciu gry 370—420 gr.

2. Boisko.

Boisko do gry posiada 80—100 m. długości, 50—70 m. szerokości. Pośrodku krótszych boków wklepuje się 2 bramki mające 7,3 m. szerokości i 2,4 m. wysokości. Boisko dzieli się linią wzdłuż na dwie równe części i przy bramkach wyznacza się pola bramkowe i pola karne, na środku koła, w narożnikach łuki; wymiary tych pól i linii—jak w piłce nożnej.

3. Cel gry.

Celem gry dla każdej partji jest wrzucenie piłki w bramkę przeciwników.

*) Nazwa gry pochodzi od Szczypiornów, gdzie w oborze koncentracji p. p. Henryk Świdziński grę powyższą po raz pierwszy wprowadził w życie.

4. Czas.

Gra trwa dwa razy po 25 min. z przerwą 5 min. Po przerwie partie zmieniają pola gry.

5. Gracze i ich czynności.

W grze bierze udział 22 graczy, po 11 w każdej partii. Grający dzielą się: 1) na napastników (pięciu), ich celem jest wrzucić piłkę w bramę przeciwną, 2) pomocników (trzech), którzy mają piłkę podawać napastnikom po ewentualnem odebraniu stronie przeciwnej, 3) obrońców (dwóch), których zadaniem jest oddalić piłkę od swojej bramki i wreszcie 4) bramkarza, który brosi bramę przed atakami przeciwników.

6. Zasady gry.

1. Aby zdobyć bramę, napastnicy z pomocnikami muszą tak umiejętnie podawać sobie piłkę, żeby zbliżyć się do bramki przeciwnej, a nie stracić piłki po drodze.

2. Posiadacz piłki nie może z piłką biec, o ile jednak otrzymał piłkę w biegu, wolno mu najwyżej posunąć się o dwa kroki.

3. Bramka jest zdobyta jeśli piłka całym obwodem przejdzie poza bramkę.

4. Trzymać piłkę wolno nie dłużej niż 3 sekundy.

5. Wytrącać piłkę z rąk przeciwnikowi wolno, nie można natomiast wydzierać jej siłą.

6. Gra rozpoczyna się rzutem piłki z punktu środkowego w kierunku bramki przeciwnej, przeciwnicy muszą wtedy stać poza kołem środkowym i linią środkową.

7. Gdy piłka zostanie wyrzucona przez kogokolwiek z graczy poza granicę boczną boiska, wrzuca ją na boisko gracz strony przeciwnej z te-

go miejsca linii bocznej, przez którą piłka wyszła.

8. Gdy piłka zostanie wyrzucona poza linię bramkową, to, o ile wybił ją przeciwnik—rzuca bramkarz z narożnika linii bramkowej, o ile zaś kto z własnych graczy, wtedy następuje rzut z rogu.

9. Jeżeli gracz na cudzem polu rzuca piłkę w kierunku bramki przeciwnej, gdy między nim a bramą niema trzech przeciwników, wtedy jest spalony i stronie przeciwnej przysługuje rzut wolny.

10. Nie wolno podczas gry: a) podstawić nogę przeciwnikowi, b) napadać na przeciwnika z tyłu, c) maskakować, d) nadeptywać, e) trzymać piłkę w rękach dłużej niż 3 sek., f) umyślnie dotykać piłkę nogą (wyjątek—bramkarz), g) wydzierać piłkę siłą.

Za wykroczenia powyższe daje się przeciwnej partii rzut karny, o ile fakt wydarzył się na polu karnem i rzut wolny o ile wykroczenie popełniono na innem polu.

11. Rzut wolnego dokonywa się z tego miejsca, na którem błąd został popełniony, przyczem przeciwnicy nie mogą stać bliżej piłki niż na 9 metrów.

12. Rzut karny wykonywa się z linii pola karnego, przyczem wszyscy gracze za wyjątkiem bramkarza, muszą stać poza tą linią.

13. Jeśli gra została dla jakichkolwiek powodów przerwana, mimo że piłka nie wyszła poza granicę boiska, wtedy sędzia z tego miejsca gdzie grę przerwano, rzuci piłkę w górę i tym sposobem wprowadza ją z powrotem w grę.

Sędzia.

Każda gra powinna się odbywać w obecności sędziego, który dobiera sobie do pomocy 4-ch sędziów linjowych.

Obowiązkiem sędziego jest: a) ściśle przestrzegać zasad gry, b) rozstrzygać kwestje sporne, c) kontrolować czas i notować wyniki gry.

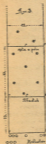
Wyroki sędziego są nieodwołalne. Sędziowie linjowi rozstrzygają czy piłka wyszła poza granice boiska.

Piłka

Tradycyjna i ulubiona gra naszej młodzieży znaną już była w Polsce w XIV wieku. Jako ćwiczenie jest wszechstronne zmusza bowiem do pracy mięśnie nóg, ramion i tułowia. Pod względem wychowawczo-społecznym stoi na równi z piłką nożną, gdyż wymaga dokładnego zgrania się drużyny, poświęcenia dla dobra ogółu (drużyny) i ścisłego przestrzegania zasad gry.

1. Boisko.

Prostokąt, którego krótsze boki mają 25 metr. dłuższe około 90 metr. oznaczony linią białą wapnem. Od jednego z boków krótszych obranego za „królestwo” (metę górną) w odległości 25 metr. oznaczony „półmetek” zaś 35 metr. od półmetra „metę w polu”. „Półmetek” i „metry w polu” oznaczamy linią prostą przez całą szerokość pola gry i chorągiewkami po bokach i w środku (patrz rysunek 3). Dłuższe boki prostokąta przedłużamy poza „metry w polu”.



2. Przybory do gry.

Piłka gumowa 6 cm. średnicy, wążąca 80 gram. Palant okrągły toczonej z twardego macego drzewa 90 cm. długości 4 cm. średnicy. 8 chorągiewek z zastrzonymi końcami. Jeżeli drużyna nie posiada własnych jednakowych kostiumów, to odpowiednia ilość szarf jaskrawej barwy (np. 8 czerwonych, 8 niebieskich).

3. Gracze i ich wyposażenie.

Do zawodów staje drużyna w sile 8 graczy z parów których odróżniamy „matkę”, „wykupnika” i 6 graczy, posiadających kolejne numery, zwanych „bachorami”.

Gracze drużyny obsadzającej „królestwo” podbijają piłkę palantem i po dobrym podbiciu starają się wykupić. Zaczynają podbijać „bachory” w kolejnym porządku następnie „wykupnik” i „matka”. Gracz, który po wybiciu określonej liczby uderzeń nie zdołał się wykupić, czyni to po dobrym podbiciu swego następcy.

Drużyna, zajmująca „metę w polu” ustawi się w następujący sposób:*)

Trzech graczy, najdalej skuwających przeciwnika zajmują miejsca za półmetkiem; jeden tuż za półmetkiem w środku boiska, dwaj pozostali 10 mtr. za nim z prawej i lewej strony.

W środku pola 25 mtr. za półmetkiem staje matka, za nią z prawej i lewej strony ustawiają się gracze najlepiej chwytający „kampe”, dwóch koło mety w polu, dwóch za metą (patrz rysunek). Miejsca graczy na pola nie mogą być stałe. Jeżeli gracz na królestwie podbił piłkę silnie, to gracz stojący za metą biegną w tył, za nim odpo-

*) Ustawienie graczy nie jest skrupulatnie przepisane.

wiednie cofają się dwaj następni i matka. Każdy z graczy w polu winien dobrze chwycić „kampe” („świecę”) szybko „szczura” i słapaną piłkę prosto do rąk podawców partnerowi znajdującemu się w danej chwili najbliższej biegnącego przeciwnika.

4. Cel gry.

Zdobycie „królestwa” i uzyskanie największej ilości punktów.

Dla strony na „królestwie”:

1) Celnie i daleko piłkę podbijać.

2) Zręcznie i szybko biegać na metę w polu i z powrotem.

Dla strony „w polu”:

1) Pewnie chwycić piłkę („kampe”).

2) Szybko i prosto do rąk podawców partnerowi.

3) Celnie koń.

5. Czas trwania gry i losowanie.

Los decyduje, która drużyna zajmuje „królestwo”. Losowanie może się odbywać w formie „wymierzania”.

Gra trwa 40 minut. Jeżeli po upływie 20 min. drużyna, która wylosowała królestwo, utraciła się na nim, to sędzia zarządza przerwę i zmianę met.

6. Prawiła gry.

1) Gracze na królestwie podbijają w kolejnym porządku, zaczynają „bachorzy”, „wykupnik” i „matka”.

2) Gracz podrzuca piłkę zazwyczaj lewą ręką i podbija ją palantem, który trzyma w prawej ręce.

3) Gracz podbijający półkę nie może przekroczyć linii królestwa.

4) „Bachorzy” podbijają jeden raz, „wykupnik” dwa razy, „matka” trzy razy.

5) Prawo powtórnego podbicia przysługuje graczom wykupionym.

6) Podbicie jest dobre, gdy piłka przeszła za półmetek.

7) Podbicie jest dobre, jeśli piłka odbiła się od gracza stojącego na półmetku i spadła przed półmetkiem.

8) Podbicie jest złe, jeśli piłka nie została uderzona palantem.

9) Podbicie jest złe, jeśli gracz podczas podbijania przekroczył choć częścią stopy granicę królestwa.

10) Podbicie jest złe, gdy piłka przeszła boczną granicę, nie dotknąwszy ziemi, ani żadnego z przeciwników.

11) Jeśli pierwszy gracz podbił piłkę i nie wybiegł, czyni to przy dobrym bicie jednego ze swoich następców.

12) Wykupiony jest ten gracz, który przebiegł do „metry w polu” i z powrotem.

13) Gracz wykupujący się biegnąc na „metry w polu” może zatrzymać się na półmetku, lecz w drodze powrotnej zatrzymywać się nie wolno.

14) Piłka odrzucona na „królestwo” przed przybyciem gracza na metę lub półmetek unieważnia bieg.

15) Po oddaniu piłki na królestwo zaczynać biegu nie wolno.

16) Jeśli gracz wykupując się wybiegnie poza granicę boczną boiska, bieg zostaje unieważniony.

Uwaga: jeśli został skuty, kucie jest ważne.

17) Wykupować się można tylko po dobrym podbiciu.

18) Bieg można dowolnie przerywać i wracać na metę w polu, królestwo lub półmetek.

19) Gracz jest skuty jeśli poza królestwem został trafiony piłką (drużyna traci królestwo).

20) Gracz jest skuty jeśli poza królestwem dotknął półkę jakąkolwiek częścią ciała.

21) Gracz jest skuty jeśli stojąc przed linią królestwa chwycił piłkę.

22) Kucie jest nieważne, jeśli kujący biegł z piłką w ręku.

23) Kucie jest nieważne, gdy trafionego piłką przeciwnicy umyślnie zatrzymali, lub mu w biegu przeszkadzali.

24) Drużyna zdobywa królestwo, gdy „kampe” którykolwiek z graczy złapie.

25) Drużyna zdobywa królestwo jeśli skuje przeciwnika.

Utrata królestwa:

26) Drużyna traci królestwo, gdy gracz podbijający półkę, wyrzucił palant z ręki poza królestwo.

27) Drużyna traci królestwo, jeśli gracz z palantem w ręku wybiegł poza królestwo.

28) Drużyna traci królestwo, gdy na niem niema ani jednego uprawnionego do bicia gracza („wyglodzenie”).

29) Gra się przerywa na gwizdek sędziego, gdy piłka została zgubioną.

Uwaga: Czas stracony na poszukiwanie piłki nie wlicza się do czasu trwania gry.

7. Punkty.

Za każdego wykupionego „bachora” i „wykupnika” drużyna na królestwie zdobywa jeden punkt, za „matkę” dwa punkty.

8. Sędzia.

Sędzia przestrzega by przepisy gry nie były naruszone. W razie ich przekroczenia przez graczy, daje gwizdek na przerwanie gry i wydaje odpowiednie zarządzenia. Sędzia nicodwójalnie rozstrzyga wszystkie sprawy. Sędzia dobiera sobie 2 pomocników (pod sądów).

Jeden z nich śledzi grę na królestwie, liczy i zapisuje zdobyte punkty, podbiecia i biegi.

Drugi na „macie w polu”, haczy by gracze wykupujący się dobiegali do linii „metry w polu”, zwraca uwagę na piłkę i kucie.

Pod sądów w razie gdy znawały przekroczenie przepisów gry, zawiadamia o tem sędziego, sam nie wydaje żadnych przekroczeń.

Wskazówki.

Zaczynają podbijać piłkę na „królestwie” lepsi gracze, którzy sami powinni się wykupić. W drużynach zgranych matka wykupuje tylko wykupnika i siebie.

Piłka uderzona końcem palanta idzie najdalej. Podbijać należy piłkę pod kątem ostrym; taką piłkę trudno chwycić, gdyż parzy idąc daleko tuż nad głowami graczy. Gracz podbijający winien haczyć by w chwili podbijania nie stał kto zbyt blisko palanta.

Gracz wykupujący się musi całkowicie uzależnić bieg od miejsca gdzie się znajduje piłka, nie może jej tracić z oczu, powinien każdej chwili być gotowym do cofnięcia, lub wymknięcia się.

czy uchylenia przed piłką; winien biec o ile metrów bliżej linii boków boiska. Unikać należy biegów masowych, przy nich bowiem przeciwnik łatwo może skońć mierząc w gromadę.

Piłkę chwycić o rękach ugiętych cofając ręce ku sobie w momencie chwytu, gdyż inaczej piłka odbije się od rąk. Piłkę idącą dołem (szczerą) chwycić rękoma, by nie tracić czasu na podnoszenie z ziemi, gdy się odbije od nóg. Kuć, jeśli rzut jest pewny, w przeciwnym razie podawać piłkę partnerowi znajdującemu się bliżej uciekającego lub odsyłać szybko piłkę na królestwo. Gracze „w polu” przede wszystkim muszą dostosować się do sily podbijania drużyny na królestwie. Jeśli który z przeciwników podbija daleko, należy zawczasu „rozcignąć się” poza metę w polu lecz nie ściągać gracza z półmetka.

Kuć ku królestwu, gdyż w razie chybnego rzutu piłka wyprzedzi gracza, zmuszając go do cofnięcia się na metę w polu. Jeżeli kujemy w bok to należy rzut taki zabezpieczyć partnerem, który powinien stanąć po drugiej stronie biegnącego i w razie gdy ten chybi mógłby piłkę chwycić i skońć przeciwnika, w przeciwnym razie piłka leci daleko w bok, pozwalając drużynie na królestwie wykupywać się.

Zgranie się drużyny to umiśjętność podbijania piłki tam, gdzie ona jest potrzebną, bez namysłu i szybko.



W dwa ognie

Gra powyższa zasługuje ze względu na rozpowszechnienie, daje bowiem bardzo wiele ruchu, wyrabia siłę, zręczność, szybkość decyzji i orientację; przepisy jej są bardzo łatwe.

1. Przybory.

Dla starszych chłopców pożądana jest normalna piłka nożna, młodzi zaś i dziewczęta powinni używać piłki lżejszą, piętówkę. Dla oznaczenia granic gry na boisku potrzeba 6 chorągiewek wysokości 1,5 metra.

2. Teren gry.

Pole gry stanowi prostokąt 16 m. długości 12 m. szerokości, podzielony linią wzdłuż na dwie równe części; granice placu muszą być wyraźnie zaznaczone, jeśli gra się odbywa w sali to kredą, jeśli zaś ma miejsce na boisku to przy pomocy chorągiewek i odpowiednich linii na ziemi.

Uwaga. Gra odbywająca się na ograniczonym terenie t. j. w sali gimnastycznej lub na niewielkim dziedzińcu, ma o wiele żywszy przebieg, niż gdy się odbywa na boisku, bo piłka silnie rzucona odpada daleko od miejsca gry i wywołuje pewną przerwę w grze.

2. Gracze i ich ustawienie.

Ilość graczy dla każdej partji wynosi 11. Gracze ustawiają się tak, że partje zajmują wylosowane połowy boiska, a jeden gracz z każdej partji staje poza granicą tylną przeciwników (patrz rysunek 1).

Uwaga. Określona powyżej ilość graczy stosuje się jedynie do „rozgrywek”. Ponadto jeśli idzie o zabawienie większej ilości młodzieży, to można tę liczbę przekroczyć nawet do 25 dla każdej partji (przy odpowiednim powiększeniu boiska), a gra bynajmniej nie straci na wartości.

4. Cel gry.

Celem gry dla każdej partji jest wybitcie piłką z pola walki swoich przeciwników.

5. Prawidła.

1. Los rozstrzyga, która partja rozpoczyna grę.

2. Jeden z graczy stojąc pośrodku rzuca silnie piłkę w stronę któregośkolwiek z przeciwników.

3. Gracze mogą w czasie gry unikać uderzenia, padać, podskakiwać, biegać, nie wolno im natomiast wychodzić poza granicę swego boiska.

4. Trafiony udaje się natychmiast poza granicę tylną przeciwników.

5. Kto wyjdzie lub wybiegnie poza granicę swego boiska jest uznany za trafionego i idzie na granicę tylną przeciwników.

6. Uderzenie jest ważne jeśli gracz został trafiony piłką bezpośrednio t. j. bez uprzedniego odbicia piłki o ziemię, ścianę lub o innego gracza.

7. Gracz stojący poza granicą tylną przeciwników rzuca w nich piłką, skoro tylko takowa znajdzie się na jego polu.

8. Trafieni gracze obstawiają granicę tylną przeciwników i grają na tej granicy do końca gry wspólnie z graczem, który tam od początku gry się znajdował.

9. Nie wolno podnosić piłki z każdego pola lub z jego bocznego przedłużenia.

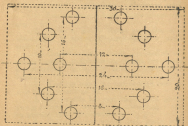
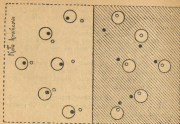
10. Zwycięża ta partja, która wprzód wybiję swoich przeciwników (rys. 5).

6. Czas trwania gry.

Gra się zwykle „rozgrywkę”, „rowan” i „decydującą rozgrywkę”.

7. Zmiana pól.

Po każdej partji następuje zmiana pól gry i rozpoczyna grę ostatni trafiony gracz z partji, która przegrała.



Podaj dalej

— Gra ta uczy celnych i szybkich rzutów, zręcznych i pewnych chwytów z tych też względów jest doskonałą wprawką do piłki koszykowej.

1. Boiska.

Prostokąt 30 metr. długości 20 metr. szerokości. Przez środek tego prostokąta, równoległe do krótszych boków, przeprowadzamy linię środkową i oznaczamy ją chorągiewkami po bokach, linja ta dzieli boisko na dwie równe części; na każdej z nich zakreślamy 6 kół promieniem jednego metra w odległościach zaznaczonych na rysunku na str. 40.

2. Przybory do gry.

Piłka duża pięściówka (prętka), 2 chorągiewki i 12 szarf.

3. Gracze.

Do zawodów staje dwie drużyny po 12 graczy w każdej.

Gracze każdej drużyny zajmują miejsca na jednej połowie boiska w kołach na drugiej poza nimi (patrz rys. 7). Najlepsi gracze grupują się przy „końcowym kole”.

4. Cel gry.

Podanie piłki graczowi stojącemu w „końcowym kole”.

5. Czas trwania gry i pauzy.

Gra trwa 40 min. Po każdym zdobyciu punktu gracze zmieniają miejsca t. j. przechodzą z kół na pole i na odwrót. Wygrywa ta drużyna, która zdobędzie większą ilość punktów.

7. Prawidła gry.

1. Los rozstrzyga, która strona rozpoczyna grę.

2. Rozpoczyna grę gracz stojący poza „krajcowem kołem”.

3. Gracze stojący poza kołami podają piłkę w kierunku „koła krańcowego” graczom stojącym w kołach po drugiej stronie boiska.

4. Skoro piłka zostanie schwytana przez gracza stojącego w „krajcowem kole”, drużyna zyskuje jeden punkt, następuje zmiana miejsc i grę rozpoczyna z poza koła ten, który ją ostatnio schwytal.

5. Gracze stojący poza kołami mogą swobodnie poruszać się na swojej połowie boiska, mogą nawet podnosić piłkę z koła nie wkraczając doń.

6. Gracze stojący w kołach mogą podnieść piłkę z poza kół nie wychodząc z nich.

7. Za błąd uważa się:

a) gdy gracz choć częścią stopy wkroczył do koła, lub wykroczył zń.

b) gdy przekroczył linię środkową boiska.

c) gdy popchnął przeciwnika.

d) gdy piłkę wybił z rąk przeciwnikowi.

8. Gdy popełniono błąd, sędzia grę przerywa i w miejscu popełnionego błędu oddaje piłkę stronie przeciwnej.

9. Gdy popełnił błąd gracz stojący poza

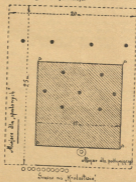
„krajcowem kołem” piłkę oddaje się jednemu z najbliższych stojących graczy w kole.

7. Sędzia.

Sędzia pilnuje by gracze przestrzegali prawideł gry, w razie popełnionego błędu przerywa grę i wydaje odpowiednie zarządzenia. Po zakończeniu gry ogłasza wyniki.

Kwadrant.

Gra niniejsza w miły i zajmujący sposób przygotowuje młodzież do palanta. Uczy ona podbijania, chwytania piłki, krótkich biegów i tak potrzebnej w grze orientacji.



1. Gracze.

Gracze może po 11-u graczy w każdej drużynie. Drużyna wybiera sobie kapitana, który kieruje grą swoich towarzyszy.

2. Boisko.

Boisko powinno posiadać 25 m. długości 20 m. szerokości (rys. 8). Na jednym z krótszych boków oznacza się linią „miejsce dla graczy na królestwie”. W odległości 3 metrów od tej linii oznaczamy chorągiewkami kwadrat wielkości 15×15 m. tak, że jeden z boków kwadratu, stanowiący granicę królestwa jest zwrócony równoległe do „miejsca graczy na królestwie”.

Po środku granicy królestwa nazewnątrz kwadratu narysujemy koło średnicy 1 m. jako „miejsce dla podbijającego piłkę”. W odległości 1 metra od lewego boku kwadratu począwszy od „królestwa” narysujemy linię jako „miejsce dla spalonych”.

Uwaga: Wielkość kwadratu trzeba przy nauce uzależnić od upewnienia graczy; dla młodszycy wystarczy 10×10 m.

3. Przybory.

Palant okrągły wielkości 80 cm. średnicy 2,5 cm., piłka parciana lub wełniana wagi 50 gr. średnicy 7 cm., 4 chorągiewki długości 1,5 m.

Uwaga: Dla młodszycy graczy można zastosować palant płaski.

4. Cel gry.

Zdobycie królestwa i uzyskanie na niem największej ilości punktów.

5. Przepisy.

1. Los rozstrzyga, która drużyna otrzymuje „królestwo”.
2. Drużyna będąca na królestwie ustawia się na „linji dla graczy” w szeregu.
3. Każdy gracz z drużyny na „królestwie” w porządku wskazanym przez kapitana podbija piłkę i „wykupuje się” t. j. przebiega kwadrat wokółko poczynając od pierwszej prawej chorągiewki.
4. Bieg wokółko kwadratu można sobie podzielić na cztery części.
5. Gracz jest „spalony”.
 - a) gdy nie podbił piłki poza „królestwo”.
 - b) gdy podbił piłkę, a nie zdażył dobiec i dotknąć chorągiewki, podczas gdy strona przeciwna odrzuciła piłkę na „królestwo”.
 - c) gdy piłkę podbił skośnie t. j. tak, że nie dotknąłszy ziemi ani gracza przeszła poza boczną granicę kwadratu.
 - d) gdy pobiegł z palantem lub rzucił go przed linję „królestwa”.
 - e) gdy piłka została złapana (oburącz).
6. Gracz „spalony” natychmiast udaje się na „miejsce dla spalonych”.
7. Gracz, który się „wykupił ma prawo zwolnić jednego „spalonego”, który wtedy wraca na „królestwo”.
8. Za każdego „wykupionego” gracza drużyna liczy sobie jeden punkt.
9. O ile zbierze się większa ilość graczy przy jednej chorągiewce mogą utworzyć łańcuch.
10. Drużyna traci królestwo:
 - a) gdy przeciwnicy piłkę schwytali jednorącz.
 - b) gdy nie ma na nim ani jednego uprawionego do bicia gracza.

6. Czas trwania gry.

Gra trwa 40 minut. Jeżeli po upływie 20 min. drużyna wylosowana trzyma się na „królestwie” to następuje zmiana mek.

Wygrywa ta drużyna, która otrzyma większą ilość punktów.

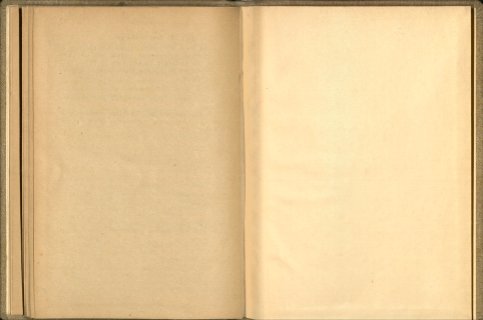
7. Sędzia.

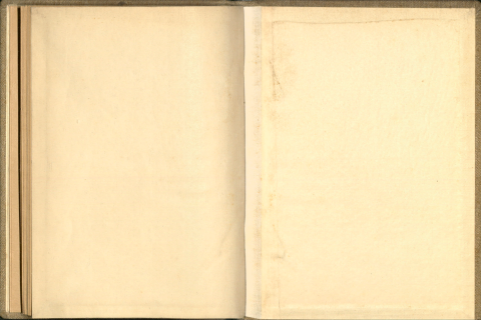
Przy każdej grze niezbędna jest obecność sędziego.

Sędzia sygnalizuje gwizdkiem przejście piłki przez linję „królestwa” i stwierdza gdy gracz jest „spalony”.

Wyroki sędziego są nieodwołalne.







Państw. Biblioteka Wojewódzka
w Lublinie

4877