



# РУКОМЕТ ПРАВИЛА

„Мислим да је рукомет најкомплетнији и најтежи спорт на свету“ - Жером Фернандез

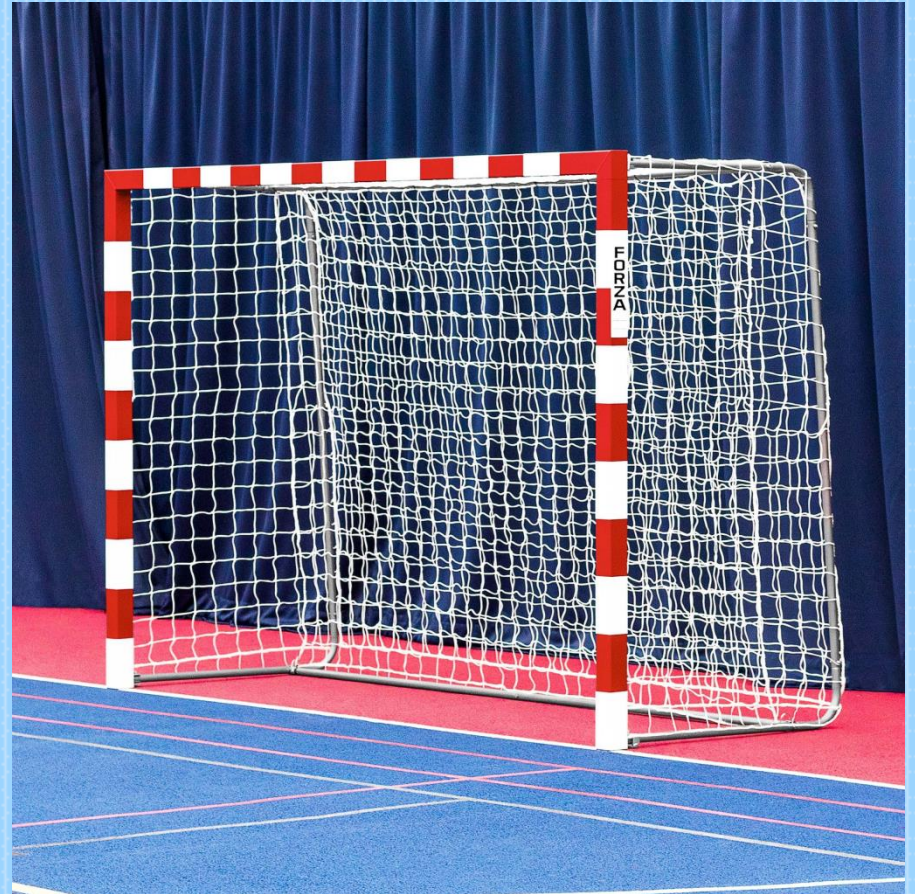
## ТЕРЕН ЗА ИГРУ:

- Терен за игру је правоугаоник дужине **40м** и ширине **20м**. Терен чине два голманова простора и поље за игру.
- Дуже линије терена зову се аут линије, а краће гол- аут линије
- На средини обе гол- аут линије стоје голови
- Линије на терену су саставни део терена
- Испред сваког гола је голманов простор ограничен линијом 6м (пуна линија)
- Линија **слободног бацања** удаљена је од гол линије **9м** (испрекидана линија)
- Линија за **извођење пенала** (седмерца) је удаљена од гола **7м**



# ГОЛ

- Гол је **3 метра** дугачак и **2 метра** висок
- Стативе су коцкастог облика 8 цм ширине
- Стативе су исцртане комбинацијом две боје (црвеном и белом, плавом и велом, црном и белом...)



# ЛОПТА

- Лопта за рукомет је округла и може бити направљена од коже или вештачког материјала
- Обим и тежина лопте зависи од узраста:
  - **За** узраст **дечака 8 до 12 година** користи се **лопта величине 1** која је обима 50 - 52 цм
  - **За** узраст **дечака од 12 до 16 година** користи се **лопта величине 2** која је обима 54 - 56 цм и тежине 325 - 375 грама
  - **За** узраст **дечака старијих од 16 година** користи **се лопта величине 3** која је обима 58 - 60 цм и тежине 425 - 475 грама



# ЕКИПА - ТИМ

- Екипу чини 14 играча, од којих је 7 играча на терену. Остали су резервни играчи
- Екипа мора имати играча означеног као голмана
- Играчи једне екипе носе исту опрему, дресове, шортсеве, али голман је у опреми која се разликује од опреме играча обе екипе и од опреме голамана противника
- Један играч у екипи је капитен и он има право да комуницира са судијама



# ИГРА

---

- Утакмица траје 2x30мин, са одмором од 10мин између полувремена
- Ако је утакмица завршена нерешено, а мора да се игра до коначне одлуке, онда се након краја утакмице даје пауза од 5мин и затим се играју два продужетка од по 5мин, са паузом од 1мин између
- Свака екипа током полувремена има право на по један тајм аут у трајању од 1мин
- Играч сме да држи лопту највише три секунде
- Играч са лоптом у рукама сме да направи највише три корака
- Играч сме да води, баца или котрља лопту
- Играч сме да користи отворену шаку у намери да узме лопту и да телом блокира противничког играча
- Играч не сме да избије лопту противнику из руку, да га блокира ногама итд.

Поздрављам вас  
Марко Пајић