

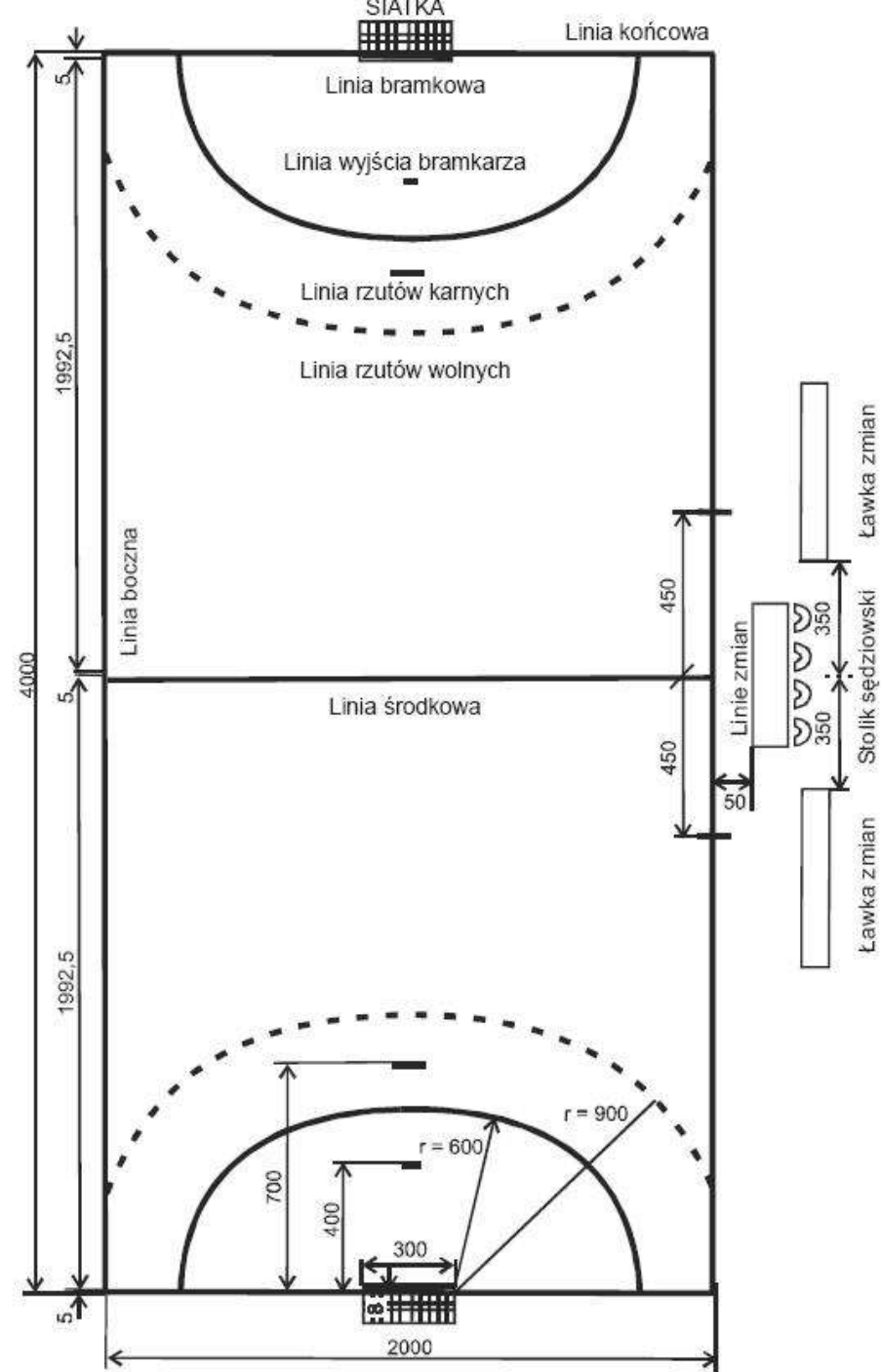


Piłka ręczna

To zespołowa dyscyplina sportu (gra drużynowa), uprawiana na całym świecie - zarówno przez kobiety, jak i przez mężczyzn - w której biorą udział dwie ekipy po siedmiu zawodników każda. Celem gry jest wrzucenie - wyłącznie za pomocą rąk - piłki do bramki przeciwnika. Piłka może być rzucana, popychana, łapana, uderzana i zatrzymywana. Zawodnicy, oprócz bramkarzy, nie mają prawa zrobić więcej niż 3 kroki z piłką w rękach, co wymusza bieg z kozłowaniem i liczne podania.

Boisko do gry

- Boisko do gry jest prostokątem o długości 40 m i szerokości 20 m, składającym się z dwóch pól bramkowych. Dłuższe linie nazywa się bocznymi, a krótsze bramkowymi (na odcinku pomiędzy słupkami siatki) oraz końcowymi (na odcinkach na zewnątrz bramek).



Podstawowe przepisy gry

1. Podstawowy czas gry dla drużyn męskich i żeńskich wynosi dla poszczególnych struktur wiekowych:
 - od ośmiu do dwunastu lat 2 x 20 minut
 - od dwunastu do szesnastu lat 2 x 25 minut
 - od szesnastu lat i starsze 2 x 30 minut
2. Jeżeli rzuty karne będą decydowały o wyłonieniu zwycięzcy, to mogą je wykonywać zawodnicy, którzy z upływem czasu gry nie byli wykluczeni, zdyskwalifikowani lub usunięci. Każda drużyna wyznacza pięciu zawodników. Każdy z wyznaczonych zawodników w ustalonej przez daną drużynę kolejności, która nie może być zmieniona, wykonuje jeden rzut, na przemian z zawodnikami drużyny przeciwnej./ Bramkarze mogą być dowolnie wyznaczeni i zmieniani pośród zawodników uprawnionych do wykonywania rzutów.
3. Drużyna składa się z nie więcej jak czternastu zawodników (siedmiu na boisku, siedmiu rezerwowych)
4. Bramkarz może: w czasie obrony bramki, będąc w polu bramkowym, dotykać piłki każdą częścią ciała; poruszać się w obrębie pola bramkowego,; opuścić pole bramkowe bez piłki i brać udział w grze w polu gry; opuścić pole bramkowe z piłką, o ile nie była przez niego opanowana i zagrywa nią w polu gry.
5. Bramkarz nie może: opuszczać pole bramkowe z opanowaną piłką,; dotykać piłkę leżącą lub toczącą się poza polem bramkowym, będąc jednocześnie w tym polu; wprowadzać piłkę do pola bramkowego, jeżeli toczy się ona lub leży poza tym polem; powracać z pola gry do pola bramkowego z piłką, w czasie obrony rzutu karnego przekraczając ograniczającą poruszanie się bramkarza linię , dopóki piłka nie opuści dłoni zawodnika wykonującego rzut.



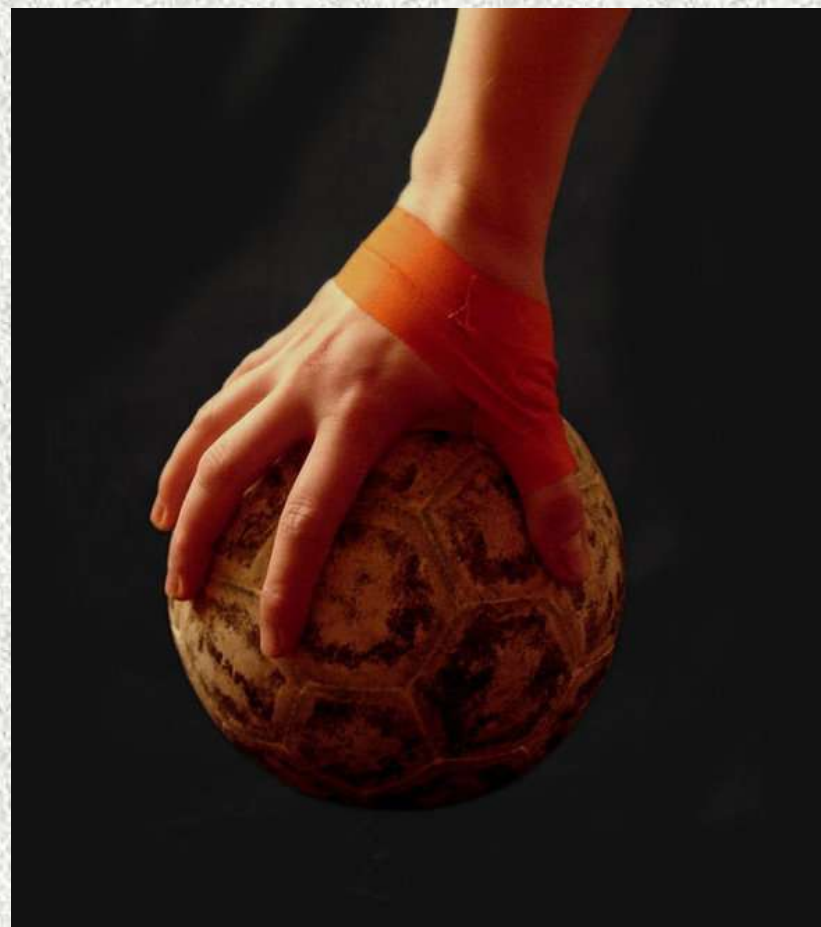
Pole bramkowe

- 1) W polu bramkowym może poruszać się tylko bramkarz.
- 2) Jeśli zawodnik z pola gry naruszy pole bramkowe to sędziowie winni podać następujące decyzje: rzut od bramki, rzut wolny, rzut karny
- 3) Naruszenie pola bramkowego nie jest karane gdy: zawodnik po zagranii piłki znajdzie się w polu bramkowym, a przeciwnik z tego powodu nie został poszkodowany bądź gdy zawodnik jednej z drużyn znajdzie się w polu bramkowym bez piłki i nie uzyska z tego tytułu żadnej korzyści

Niesportowe zachowanie, przewinienia wobec przeciwnika

1. Wolno:
 - Używać rąk w celu blokowania piłki lub wejścia w jej posiadanie
 - Otwartą dłonią wygarniać przeciwnikowi piłkę
 - Zastawiać przeciwnika ciałem
 - Mieć kontakt ugiętymi rękoma z będącym z przodu przeciwnikiem w celu kontrolowania jego ruchów i przesuwania się wraz z nim.

2. Nie wolno:
 - Wyrwać lub wybijać piłkę z rąk przeciwnika
 - Blokować i odpychać przeciwnika rękami nogami
 - Powstrzymywać lub trzymać przeciwnika popychać go lub wbiegać i wskakiwać na niego
 - Zagrozić przeciwnikowi



Reprezentacja Polski w Piłce Ręcznej - mężczyźni

- ♦ ADAM MALCHER
- ♦ SŁAWOMIR SZMAL
- ♦ MICHAŁ ŚWIRKULA
- ♦ ADAM WEINER
- ♦ MARCIN WICHARY
- ♦ KAROL BIELECKI
- ♦ TOMASZ GARBACEWICZ
- ♦ BARTŁOMIEJ JASZKA
- ♦ MICHAŁ JURECKI
- ♦ MARIUSZ JURKIEWICZ
- ♦ KAMIL KRIEGER
- ♦ RAFAŁ KUPTTEL
- ♦ KRZYSZTOF LIJEWSKI
- ♦ MARCIN LIJEWSKI
- ♦ PAWEŁ PODSIADŁO
- ♦ SEBASTIAN RUMNIAK
- ♦ GRZEGORZ TKACZYK
- ♦ DAMIAN WLEKLAK
- ♦ MATEUSZ ZAREMBA
- ♦ BARTOSZ JURECKI
- ♦ ARTUR SIÓDMIĄK
- ♦ MICHAŁ STANKIEWICZ
- ♦ DANIEL ŻÓŁTAK
- ♦ RAFAŁ GLIŃSKI
- ♦ MATEUSZ JACHLEWSKI
- ♦ MARIUSZ JURASIK
- ♦ PATRYK KUCHCZYŃSKI
- ♦ ARKADIUSZ MISZKA
- ♦ ADRIAN NIEDOŚPIAŁ
- ♦ PAWEŁ PIWKO
- ♦ LESZEK STARCZAN
- ♦ TOMASZ TŁUCZYŃSKI
- ♦ BARTŁOMIEJ TOMCZAK



Marcin Lijewski - rozgrywający



Sławomir Szmal - bramkarz

Reprezentacja Polski w Piłce Ręcznej

- kobiety

- ♦MAGDA CHEMICZ
- ♦IZABELA CZARNA
- ♦BEATA KOWALCZYK
- ♦WERONIKA MIEŃKO
- ♦MALGORZATA SADOWSKA
- ♦MONIKA ALEKSANDROWICZ
- ♦DARIA BOŁTROMIUK
- ♦KINGA BYZDRA
- ♦IZABELA DUDA
- ♦MARTA GĘGA
- ♦GABRIELA KORNACKA
- ♦KAROLINA KUDŁACZ
- ♦DOROTA MALCZEWSKA
- ♦JOANNA OBRUSIEWICZ
- ♦KLAUDIA PIELESZ
- ♦WIOLETA SERWA
- ♦KAROLINA SZWED
- ♦AGNIESZKA TYDA
- ♦JOANNA WAGA
- ♦LUCYNA WILAMOWSKA
- ♦ALINA WOJTAS
- ♦AGNIESZKA WOLSKA
- ♦EDYTA CHUDZIK
- ♦JOANNA DWORACZYK
- ♦MARTA GORAJ
- ♦ALEKSANDRA JACEK
- ♦PATRYCJA KULWIŃSKA
- ♦KAROLINA RADOSZEWSKA
- ♦MONIKA STACHOWSKA
- ♦MONIKA GUNIA
- ♦AGNIESZKA JOCHYMEK
- ♦KATARZYNA KONIUSZANIEC
- ♦ANNA MUSIAŁ
- ♦KINGA POLENZ
- ♦EMILIA ROGUCKA
- ♦MARZENA STOCHAJ
- ♦HANNA STRZĄLKOWSKA



Beata Kowalczyk - bramkarka



Daria Bołtromiuk - rozgrywająca

Wykonała:

Justyna Grudnik,
klasa 3F

Źródła:

- www.zprp.pl
- www.wikipedia.pl
- przepisy gry z strony ZPRP

