

**Morrow, Bobby** (1935), atletski reprezentativac SAD; trostruki olimpij. pobjednik 1956 u trčanju na 100 m (10,5 sek), na 200 m (20,6 sek) i sa štafetom 4 x 100 m (39,5 sek); više puta izjednačio SR.

**morski ribolov** > *sportski ribolov*

**Murumbi**, stadion u São Paulu (Brazil), službeno otvoren 1960, najprije isključivo za nogometne priredbe; kasnije su sagrađena igrališta za košarku, odbojku i tenis i olimpijski bazen. Tribine mogu primiti 160 000 gledalaca.

**Moses, Edwin** (1955), atletski reprezentativac SAD; prvi na Olimpijadi 1976 u trčanju na 400 m preko prepona; višestruki svj. rekorder u toj disciplini (1976 na Olimpijadi 47,64 sek, 1977 47,45 sek, 1980 47,13 sek). Prvi na PS 1983.

**mosnica**, pomoćna gimnastička sprava; svi-tona daska od sintetičke ili drva; u sredini i na najvišem vrhu ima ručice za hvatanje pri izvođenju pojedinih vježbi. Na jednom kraju je petlja za koju se pričvršćuje stopalo. Uzduž m. je plitki žlijeb za kičmene pršljenove. M. se koristi na tlu; jednim dijelom može se nasloniti na stolicu, švedske ljestve ili neku drugu gimnastičku spravu. Služi za jačanje svih grupa mišića; koristi se u programu treninga vrhunskih sportaša, u šk. tjel. odgoju i u kućnoj gimnastici.

**Mosor**, markantna planina srednje Dalmacije, geogr. osnova za razvitak planinarstva u Splitu. Na vrhu (1330 m) je limeno sklonište Vickov stup, a ispod vrha Giromettin dom. Planina je područje djelovanja PD Mosor. Vrh Mosora je u proljeće cilj akcije 100 žena na vrh Mosora.

**Mosor**, Planinarsko društvo, osn. 1927 u Splitu, najaktivnije u Dalmaciji. Zaslužno je za razvoj planinarstva, speleologije, skijanja i alpinizma u Dalmaciji. Prvo skijaško natjecanje 1935. Organiziralo je velike akcije pošumljavanja goleti, 1929 uredilo spilu Vranjaču, prije Aprilskog rata podiglo 6 kuća. Zasluzan predsjednik bio je U. Girometta. Alpinisti su organizirali ekspedicije na Spitsberge i Hindukuš.

**Mosport Park**, auto-moto trkalište u blizini Toronta (Kanada); prvo natjecanje održano 25. VI 1961, a prva utrka za GP Kanade i PS 1967; duž. staze 3.957 km, najmanja šir. 9,14 m.

**Moss, Stirling** (1929), engl. automobilist; pobjednik na 16 GP utrkama; 1958 vice-prvak svijeta u kategoriji formula 1, 1956 pobjednik na utrci 1000 km Nürburgring. 1958-60 Targa Florio i 1955 na Mille Miglia, te sedam pobjeda u Tourist Trophy; vozio za Mercedes, Vanwall, Maserati, Cooper i Lotus. Automobilski natjecanja napustio 1962 nakon udesa na utrci u Goodwoodu.

**most**, 1) akrobatika, sp. gimnastika: položaj tijela kod kojeg je trup uvit i okrenut ledima prema dolje, a vježbač se o tlo odupire rukama i nogama. Izvodi se iz raskoračnog stava, uzručenjem i zaklonom trupa. M. je element koji se javlja u vježbama akrobatike i parterne gimnastike, a najčešće se koristi kao vježba za razvoj gipkosti; 2) rvanje: položaj u parteru u kojem se rvač nalazi ledima okrenut tlu, a na strunjaču je oslonjen čelom i stopalima, koja su razmaknuta za širinu ramena. M. se koristi kao prelazna faza u realizaciji napada, a najčešće kada se rvač brani odn. odupire tuširanju; 3) skijanje: odskočište, sastavni dio skijaške skakaonice; šir. mu je 2,5-4 m, a njegov nagib oko 10°.

»**Moša Pijade**«, Akademski kajak klub, osn. 1957 u Skoplju; tri puta osvojio ekipno PJ u spustu (1964, 1971 i 1979) i 1966 u kajak slalomu.

**Moštra**, bojni ples s mačevima, sličan kumpaniji; izvodi se u Žrnovu i Pupnatu na otoku Korčuli uz pratnju mišnjica i bubnja; sastoji se od više elemenata (figura), u kojima plesači prelaze ispod mačeva ili preko njih. Posljednjem plesu stavljaju se mačevi na ramena, a onda na glavu. Po završetku igre u jaram se dovede vol, glava mu se priveže konopom, a vojvoda mu jednim zamahom teškog mača odsijeca glavu. Taj običaj odsijecanja glave zamišljen je trganjem naranče. Poslije toga, priređuje se stari bal u nošnjama koji se sastoji od tri figure.

**motivacija**, skup pobuda koje čovjeka pokreću na aktivnost te određuju smjer, intenzitet i trajanje te aktivnosti. Postojanje m. je jednako važno za redovno provođenje sp. aktivnosti kao i za razvoj vrhunskih sp. dostignuća. Postoje različite vrste motiva koji zajedno usloženju interakciju tvore motivacionu strukturu. U motivacionom polju osnova su tri elementa: cilj, motiv i rezultat. Odnos između m. i aktivnosti nije jednoznačan; neka aktivnost može biti pobuđena različitim m. a jednake m. mogu rezultirati različitim aktivnostima. Motivi se mogu podijeliti na biološke (primarne) i socijalne (sekundarne). Biološki motivi koji određuju motivacionu strukturu sportaša mogu se definirati kao specifične organske potrebe (potreba za hranom, vodom, spavanjem, gibanjem i dr.), nespecifične organske potrebe (libidinozne potrebe) i opće organske potrebe ili situacioni motivi (potreba za borbom, igrom, bijegom i dr.). Socijalni motivi koji određuju motivacionu strukturu sportaša su potreba za afirmacijom, dominacijom, grupnom identifikacijom i ekonomske potrebe.

**motka**, atletika: sprava za skakanje od bambusa, metala ili plastike (fiberglasa). Bambusove m. upotrebljavale su se do pojave metalnih; birale su se elastične i duge bambusove m., koje su između čvorova učvršćivane ljepljivom trakom. Vrh m. osiguravao se drvenim čepom. Najveću visinu s bambusovom m. od 477 cm postigao je 1942 C. Warmerdam (SAD). Metalne m. (od aluminija, čelika i sl.) upotrebljavale su se relativno kratko vrijeme, a postignuta su svega dva SR: 1957 R. Gutowski (SAD, 478 cm) i 1960 D. Bragg (SAD, 480 cm). M. od fiberglasa proizvedena je od staklenih vlakana, međusobno povezana sintetičkom smolom. Zbog dobrih mehaničkih svojstava uspješno se upotrebljava kao zamjena za m. od drugih materijala (bambus, metal). Prvi SR (483 cm) s m. od fiberglasa postigao je 1967 G. Davies (SAD); od tada se SR vode samo s tom vrstom m. U zavisnosti od tjel. težine i visine, skakači biraju m. različitih težina, dužina i čvrstoće.

**motka za penjanje**, drvena ili čelična sprava za razvijanje snage mišića ruku i nogu te trbušnih mišića; u dvoranama se obično ugrađuju zidne ili stropne konstrukcije s jednorodnim ili dvorednim motkama, koje se

MOST (rvanje)



E. MOSES



MOSPORT PARK



MOSNICA



S. MOSS



MOTKE ZA PENJANJE