



POMOĆNI
SUDAC
(nogomet)

ostaje stalno poravnata u zarezu nišana i kutno, u kojem se neprekidno mijenja položaj mušice u zarezu nišana; greške kod kutnog p.o. znatno su veće. Oružje nikada ne miruje potpuno.

pomoćna gimnastika, kompleks vježbi oblikovanja koji pridonosi razvoju motoričkih sposobnosti sportaša. Izbor vježbi može biti usmjeren na poboljšanje općih fiz. sposobnosti, međutim, vježbe za unapređivanje osobina primjerenih izabranoj grani sporta mogu biti specifičnog tipa (npr. vježbe gipkosti za gimnastičare, vježbe snage za bacače i sl.). P.g. se može primjenjivati i u toku zagrijavanja prije natjecanja, u pripremnosti i gl. dijelu sata treninga i dr.

pomoćne sprave, sp. gimnastika: konstrukcije od metala, drva, kože ili od konopa; služe za uvježbavanje osnovnih elemenata; naprave pomoću kojih se razvijaju psihofiz. osobine u nastavi tjele, odgoja i za trening sportaša, a za mlade uzrasne kategorije neke služe i kao sprave za natjecanje. P.s. su: greda (s regulatorom visine), jurišni mostić, karike (s regulatorom visine), konopi i motke za penjanje, kozlić, ljestve (mornarske, pomične, okviri, švedske), mali sanduk, niska greda, pružna daska, stoi, strunjače (kožne, plastične, spužvaste), šk. ruče. šved. klupa, šved. sanduk, tepih strunjača, viseći vrtuljak, zidna preča, mosnica, grbača, itd.

pomoćni dizgini, konjički sport: dio jahače opreme koji se upotrebljava pri lonžiranju, voltiziranju, početnoj obuci, jahanju i redresuri konja. Sastoji se od dva dizgina koji se pričvršćuju jednim krajem za alke žvala, a drugim za alku na sedlu, pomoćni kolan ili kolan. P.d. sprječavaju konja u nekontroliranom okretanju ili dizanju glave.

pomoćni mat, šah: vrsta mata koji nastaje kada jedan od partnera vuče takve poteze koji omogućuju protivniku da ga matira na najbrži mogući način; upotrebljava se vrlo često kao tema u problemskom šahu.

pomoćni poen, boks: ocjena kojom bodovni sudac vrednuje određene elemente borbe

PONOR rijeke Perinke kraj Otočca



u toku svake runde; dodjeljuje se za svaki pravilan udarac ili za uspješno izvedenu obranu. Prednost u borbi izbliza donosi boksaču jedan ili dva p.p. Za svaku javnu opomenu koju sudac u ringu izrekne boksaču, bodovni sudac koji je suglasan s izrečenom opomenom dodjeljuje tri p.p. protivniku opomenutog boksača. Ako se jednom od boksača dodijeli kazneni bod, njegov suparnik dobiva tri p.p. Svaki natjecatelj ima na početku svake runde 20 b. Boksač koji na kraju runde ima više p.p. zadržava svih 20 b. i njih mu bodovni sudac upisuje u bodovnu listu za tu rundu. Bodovni suci pretvaraju p.p. boljeg natjecatelja u b. (tri p.p. čine jednog b.) i oduzimaju ih od 20. tj. ukupnog broja b. slabijeg natjecatelja i rezultat upisuju u njegovu bodovnu listu.

pomoćni sudac, 1) ispitani sudac, pomoćnik gl. sucu u nekim sp. igrama i individualnim sportovima. U sp. igrama p.s. kontrolira prelazak lopte preko uzdužnih i poprečnih linija igrališta, linije ofsajda i dr. te određenim signalima upozorava gl. sucu na uočene prekršaje pravila igre. Signale obično daje mahanjem zastavicom. Gl. sudac prema pravilima obično nije obavezan prihvatiti procjenu prekršaja p.s. U većini sp. igara (nogomet, hokej na travi, tenis i dr.) p.s. se naziva i linijski sudac, dok je u nekim sp. igrama (npr. odbojka) funkcija p.s. i linijskog sucu različita. U individualnim sportovima p.s. obavlja pomoćne funkcije, a ponegdje se (npr. streljaštvo) također naziva linijski sudac; 2) atletika: pomoćnik gl. sucu za trčanje; stoji na mjestu koje mu odredi gl. sudac bez prava donošenja odluka. Glavne su mu dužnosti da kontrolira trkače na stazi, njihov prijelaz prepona ili zaprekā, primopredaju štafetne palice i dr.; 3) konjički sport: službena osoba koja kontrolira preskakanje na vodenom rovu i na drugim preponama koje sudački kolegij ne može dobro vidjeti. Ako je učinjena greška, daje znak podizanjem zastavice; 4) nogomet: osoba koja djeluje uz uzdužnu liniju igrališta i određenim znakovima pomoću zastavice obavještava gl. sucu: kada lopta izađe izvan igrališta, koja momčad izvodi ubacivanje; kada treba izvesti korner ili udarac s vrata, kada je igrač u ofsajdu i kad je postignut pogodak. Osim toga p.s. skreće pažnju gl. sucu na grubu igru ili nesportsko ponašanje pojedinih igrača. Na utakmici uz gl. sucu djeluju dva p.s.; 5) odbojka: a) pomoćni sudac: drugi sudac koji obavlja dužnost stojeći između linija napada oba polja na suprotnoj strani gl. sucu. Dosuđuje prelaze srednje linije i povrede linije napada; dodire lopte s antenom i prelase lopte izvan i iznad nje na svojoj strani; mjeri vrijeme trajanja odmora; kontrolira postupke trenera i rezervnih igrača; odobrava zamjene igrača, dosuđuje dodir mreže; nadgleda polaznu postavu igrača ekipe koja prima servis i početnu postavu svake ekipe na početku svakog seta (rotaciju); dosuđuje dodire lopte sa stranim tijelom; daje mišljenje gl. sucu o svemu što zatraži. Odluke donosi znakom žviždaljke i međ. sudačkim znakom; odjeven je u bijelu majicu sa sudačkim znakom, bijele hlače i papuče; b) linijski sudac: jedan od dva sucu postavljena dijagonalno u dva suprotna ugla (suprotna od uglova za serviranje) i udaljena najmanje 3 m od linije igrališta. Oni podižu zastavicu kad lopta padne u aut, a spuštaju je kada lopta padne na igralište. Ako je lopta pala izvan terena, ali je prethodno bila dodirnut, linijski sudac dignu zastavicu, a drugom rukom je dodiruje na vrhu. Linijski sudac mahanjem zastavicom skreće pažnju na greške koje učine igrači pri serviranju, sve do-

dire lopte s antenama mreže, kao i prelaze lopte iznad i izvan antena. Na važnijim natjecanjima postavljaju se 4 linijska sucu za svaku graničnu liniju po jedan; 6) ragbi: jedan od dvojice p.s.; mahanjem zastavicom označuje kada je lopta u autu; 7) streljaštvo: linijski sudac; sektorski sudac, službena osoba koja obavlja poslove propisane Pravilnikom natjecanja UIT, na vatrenoj liniji i u rovu (linija meta); 8) tenis: linijski sudac (engl. linesman): jedan od p.s. koji povikom »aut« objavljuje da je lopta pala izvan linije igrališta ili polja za servis. Također objavljuje grešku nogu kod servisa. U igri pojedinaca na velikim natjecanjima (npr. na susretima za Davis Cup) djeluje 12–13 linijskih sudaca, a u igri parova 16–17.

pomoćnik startera, 1) sudac koji nadgleda ispravnost postavljanja natjecatelja na startu i pomaže starteru; 2) atletika: osoba zadužena da raspoređuje grupe i provjerava natjecateljske startne brojeve; brine se da svaki natjecatelj zauzme mjesto iz startnih blokova na svojoj stazi; kod štafetnih trčanja kontrolira da li prvi trkači imaju štafetnu palicu; pazi da natjecatelji nisu prestupili preko linije starta i sl.

pomorska karta, jedrenje: karta obale i mora s podacima važnim za plovidbu (dubine mora, karakteristike morskog dna, orijentacijske točke i svjetionici); najčešće izrađena u mjerilu 1:50 000 do 1:80 000, služi za malu obalnu plovidbu; naša obala prikazana je na 32 p.k.

pomorski plan, jedrenje: karta obale s mnogo detalja, izrađena u krupnijem mjerilu od pomorske karte, obično 1:10 000 do 1:30 000; služi za plovidbu kroz opasne prolaze, plićine i dr.

pomorsko svjetlo, svjetionici, obalna i lučka svjetla. P.s. se postavlja na visokom podnožju, plutači ili brodu svjetioniku; služi pomorcima za orijentaciju; ima posebne karakteristike svjetla (bljeskovi crvenog, zelenog ili bijelog svjetla), da bi se razlikovalo od rasvjeta na obali i na brodovima. Popis svjetionika sadrži podatke o svim svjetionicima i obalnim svjetlima s njihovim karakteristikama, periodima bljeskova i vidljivosti.

Poniš, Marino (1934), reprezentativac u bočanju, član Bočarskog društva »Rikard Benčić« (Rijeka), zaslužni sportaš Jugoslavije. Sudjelovao u četvorkama na PS 1948 u Mâconu (Francuska), gdje je reprezentacija Jugoslavije osvojila III mjesto. Prvak Jugoslavije u četvorkama 1962, 1969–70, 1979–80.

Ponoćna novogodišnja utrka, natjecanje u trčanju na ulicama Varaždina u duž. 6000 m; start je točno u ponoć na početku Nove godine; prvi put je održana 1977/78, a od 1979/80 organizira se kao međ. natjecanje.

Ponomarjeva (Romaškova), Nina Apolonovna (1929), sovj. reprezentativka u atletici, zaslužna majstorica sporta; prva na Ol 1952 i 1960 u bacanju diska; prva na PE 1954; svj. rekorderka u bacanju diska sa 53,61 m (1952).

ponor, speleologija: podzemni morfološki oblik u kršu, u koji stalno ili povremeno ponire površinski vodeni tok.

Ponor Bunovac, vrlo složen podzemni prostor na dijelu srednjeg Velebita (SRH), dubok 534 m.

Ponor Raspor, krški ponor u koji poniru vode iz područja Raspora u Istri (SRH), istražen do dubine od 354 m.

ponovljeni uzvrat (tal. rimessa), mačevanje: novi napad, izveden neposredno poslije povratka u mačevalački stav naprijed; izvodi