



POKRIVANJE (hokej na ledu)

boju (natjecanje br. 2) pravo nastupa stječu najbolje plasirani pojedinci iz natjecanja br. 1. U finalnim natjecanjima na pojedinoj spravi (natjecanje br. 3) pravo nastupa stječu najuspješniji natjecatelji na pojedinoj spravi iz natjecanja br. 1. Nabrojena natjecanja međusobno se razlikuju po težinskim i kompozicijskim zahtjevima, koji su najveći u

natjecanju br. 3. Na OI i PS sva tri natjecanja su obavezna, a na drugim natjecanjima njihov broj se određuje propozicijama.

pojedinačno prvenstvo, natjecanje za naslov prvaka u individualnim sportovima u pojedinačnim disciplinama (za razliku od ekipnog prvenstva). U nekim sp. granama (tenis, stolni tenis i dr.) p.p. se održava u disciplinama igre pojedinaca i igre parova.

pokal (franc.), kup, pehar, umjetnički izrađena posuda od drage kovine u obliku kaleža; uobičajena stalna ili prijelazna nagrada, trofej za postignuti uspjeh u finalnom susretu po sistemu na ispadanje poraženog (kup-sistem natjecanje) ili u ligaškom sistemu ili u drugim važnijim natjecanjima.

pokazivač, streljaštvo: pomoćni sudac koji pokazuje vrijednost i mjesto pogotka na meti.

pokazivač skretanja, zrakoplovni žiroskopski instrument, koji pokazuje skretanje zrakoplova iz smjera; za rad tog instrumenta primjenjuje se žiroskop s dva stupnja slobode.

Poković, Davor (1938), mr pravnih znanosti; reprezentativac u vaterpolu, član VK Jug (Dubrovnik), zaslužni sportaš Jugoslavije, sp. radnik. Sudjelovao u ekipi koja je na PE 1962 osvojila III mjesto i na Univerzijadi 1959 i 1961, I mjesto.

Pokrajac, Branislav (1947), docent Fakulteta za fizičko vaspitanje u Beogradu, 1983 obranio doktorsku disertaciju »Telesni i motorički status rukometaša u odnosu na takmičarski nivo i komparativna analiza sa sportistima drugih sportskih igara«; rukometni reprezentativac sa 180 nastupa; bio član RK Crvena zvezda (Beograd) i RK Dinamo (Pančevo), zaslužni sportaš Jugoslavije. Na PS 1970 i 1974 član ekipe koja je osvojila brončane medalje i na OI 1972 zlatnu medalju. Dva puta nastupio za reprezentaciju IHF. Trener reprezentacije Jugoslavije od 1980; na PS 1982 reprezentacija koju je vodio osvojila je srebrnu medalju. Napisao: *Kako smo osvojili zlato*, Pančevo 1973. Dobitnik nagrade »Jovan Mikić-Spartak« SOFK Vojvodine (1972) i Majske nagrade SOFK Srbije (1982).

pokretna prepona, konjički sport: prenosiva prepona, obično iz više dijelova, koji se sklapaju na mjestu postavljanja. Najčešće se upotrebljava za natjecanje u preskakanju prepona (CS).

pokretna viljuška → *ušica*

pokretna streljačka meta → *meta*

pokretni centar, šah: raspored pješaka kada jedan igrač ima dva pješaka u centru, a drugi jednog (npr.: bijeli ima pješake e4 i d4, a crni e6 ili d6). Plan igre za stranu koja u centru ima materijalnu prednost sastoji se u stvaranju slobodnog pješaka. Obrana druge strane sastoji se u blokiranju protivničkih pješaka.

pokretni sag, sp. medicina: naprava za testiranje radne sposobnosti sportaša; sastoji se od mehanizma smještenog na rubovima saga čija je stajna površina, na kojoj ispitanik hoda ili trči, pokretana elektromotorom. Brzine (od 3 do 32 km/h) i nagib (od 0 do 30°) mogu se regulirati. P.s. osigurava konstantnu stopu rada, nezavisnu od motivacije ispitanika. Varijable koje se uzimaju u obzir pri izračunavanju stupnja opterećenja i efekta rada su brzina kretanja i ugao nagiba p.s., a kod ispitanika, tjele. težina, dužina koraka i njihova frekvencija.

pokretni startni stroj, konjički sport: startni uređaj na kotačima sa 10—15 boksova, gdje sa stražnje strane dolaze konji prema izdriježbanom redoslijedu; pritiskom na dugme po volji startera otvaraju se za start prednji dijelovi ograde.

pokrivanje, 1) ekipne sp. igre: način igre u obrani igrača koji neprekidno iz blizine prati kretanje protivničkog igrača i nastoji ga omesti u primanju i dodavanju lopte te šutiranju na vrata, odn. koš. P. prostora je obrambena varijanta u kojoj igrač u obrani kontrolira određeni dio igrališta i ometa u primanju, dodavanju i šutiranju svakog protivničkog igrača koji dođe u taj prostor; 2) boks: jedan od načina obrane: podmetanje ruku i pesnica pred dio tijela ili glave prema kojem je upućen udarac protivnika; 3) šah: obrana napadnute figure pomoću druge figure.

pokrivanje bloka, odbojka: zaštićivanje prostora neposredno iza bloka igračem koji sprječava da lopta lagano prebačena preko bloka padne na tlo. Ovisno o tome koji igrač pokriva prostor iza bloka, postoje ovi sistemi obrane: sistem centarhalf naprijed, sistem centarhalf nazad, sistem obrane u dvije linije, sistem p.b. slobodnim igračem iz prednje linije.

pokrivanje prostora, ekipne sp. igre loptom: način igre u kojem je svaki igrač u obrani zadužen da motri na određenu zonu igrališta i na tom prostoru sprečava akcije bilo kojeg protivničkog igrača u napadu.

pokusni skok, obavezan pripremni dio svakog natjecanja u skijaškim skokovima i letovima; izvode najmanje dan prije početka natjecanja skakači koji ne sudjeluju u službenom dijelu natjecanja.

pokušaj, 1) atletika: izvođenje jednog skoka ili hica u bacačkim disciplinama na natjecanju; p. može biti valjan (uspjio) ili nevaljan (neuspjio); kod skoka uvis i skoka motkom svaki skakač ima pravo na 3 p. na svakoj visini, odn. 3 uzastopna p. na bilo kojoj visini; kod skoka udalj i troskoka te u bacanjima, ako ima više od 8 sudionika, svaki natjecatelj ima pravo na 3 p., a 8 najboljih na još 3 p.; 2) amer. nogomet: nastojanje momčadi u napadu da donese loptu najmanje 10 yd bliže protivničkim vratima. Nakon 4 neuspjela p. protivnička momčad stieće pravo na 4 napada; 3) dizanje utega: jedna vježba u natjecanju. Svaki natjecatelj ima u olimp. biatlonu pravo na 6 p. od čega 3 u disciplini trzaja i 3 u disciplini izbačaja. Za postizanje rekorda natjecatelj može tražiti i dodatni p., ali se rezultat ne računa u ukupan zbir olimp. biatlona.

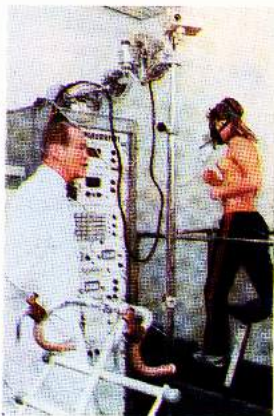
pokušaj bijega (franc. *échappée*), biciklizam: akcija jednog ili više natjecatelja u cestovnim utrkama; bjegunci iznenadnim povećanjem brzine vožnje nastoje steći prednost i odvojiti se od ostalih vozača koji voze u grupi.

polaganje lopte, košarka: način ubacivanja lopte u koš; igrač u visokom skoku jednom rukom donosi loptu do visine koša i ubacuje je laganim pokretom šake.

Polak, Bojan-Stjenka (1919), general-major JNA u penziji, narodni heroj, društveno-politički i sp. radnik na različitim funkcijama u SRSI i federaciji. Bio je predsjednik: Komiteta Izvršnog vijeća Skupštine Slovenije za fizičku kulturu, Skupštine samoupravne interesne zajednice za fizičku kulturu SR Slovenije te Atletskog saveza Slovenije i Jugoslavije.

Polar kup, rukomet: tradicionalni turnir koji se održava u jednom od gradova Norveške, naizmjenično jedne god. za muške, a druge za ženske reprezentacije.

polazni stup, konjički sport: vidljivo obilježeno mjesto za početak utrke prema odredi o dužini staze, bez obzira što u kasačkim utrkama pojedina grla, zbog dodataka ili popusta, mogu polaziti iza ili ispred njega.



POKRETNi SAG

POLAGANJE LOPTE

