



NASTAVA TJELESNOG ODGOJA

kad ekipa ima loptu i primjenom tehn. taktičkih elemenata nastoji postići pogodak; u n. se primjenjuje pravilo 30 sek; n. prestaje kada ekipa baci loptu prema košu ili je izgubi; [2] vaterpolo: faza igre, ograničena vremenom od 35 sek, u kojoj momčad koja ima loptu, nastoji pred protivničkim vratima postići pogodak.

**napadač**, [1] ekipne sp. igre: u nogometu, hokeju na ledu i dr. jedan od igrača kojem je osnovni zadatak u igri sudjelovanje u napadačkim akcijama svoje ekipe; [2] ragbi: naziv za svakog igrača skupa; [3] rvanje: natjecatelj koji izvodi bacanje ili kombinaciju različitih tehn. zahvata; [4] stolni tenis: igrač ofenzivnog načina igranja, koji nastoji napadačkim udarcima osvajati poene.

**napadački klir** → *klir*

**napinjač tetive**, streličarstvo: nešto duža užica od tetive za pravilno napinjanje luka; na jednom kraju ima malu omču prekrivenu kožom, koja se postavlja na luku gdje je već nabačena omča tetive, a na drugom dosta široku omču koja se stavlja preko vrha kraka, na koji je već nabačena omča jednog kraja tetive. Velika omča postavlja se tako da se nesmetano može nabaciti omča drugog kraja tetive u urez slobodnog kraka luka. To se postiže tako da se s obje noge stane na užicu, zatim se desnom rukom povlači luk prema gore, a lijevom rukom nabacuje omča tetive u urez na vrhu drugog kraka. Na taj se način čuvaju krakovi luka od suvišnog izvijanja. Najbolji n. t. je od dacrona.

**Naprijed**, [1] Teniski klub, osn. 1949 u Zagrebu; nastao od teniskih sekcija koje su djelovale kontinuirano na teniskim igralištima na Šalati u sastavu FD Slavija i FD Dinamo. Osvojio ekipno PJ u mješovitoj konkurenciji za 1949. te odvojeno u muškoj i ženskoj konkurenciji za 1950; [2] Zagrebački plivački klub → *Medveščak, Plivački klub*.

**naprtnjača**, ruksak (njem. Rucksack), uprtnjača, nahrptnik, ranac; dio planinarske opreme; služi za nošenje prtljage na leđima. Izrađuje se od lakog nepromočivog i otpornog materijala, opremljena džepovima i s dobro podstavljenim remenima koji se ne usijecaju u ramena. Postoje razni modeli naprtnjača (za penjače u stijeni, s metalnim samarom, s dodacima za pričvršćivanje skija itd.).

**Narančić**, Veljko (1898–83), dr. medicine liječnik; reprezentativac u atletici, sp. radnik, član HŠK Concordia (Zagreb). Nastupio na OI 1924, 1932 i 1936. Bio je potpredsjednik Jugoslavenskog boksačkog saveza (Zagreb, 1934). Kao stručnjak za medicinu radio u Ministarstvu za fizičko vaspitanje naroda. Poslije Oslobođenja član Sekretarijata i voditelj zdravstvene službe FISAJ. Od 1947 djeluje u Rijeci i osniva prvu sp. ambulantu u Hrvatskoj. Počasni je član Udruženja liječnika sportske medicine Jugoslavije. Dobitnik je Majске nagrade Republičkog sekretarijata za prosvjetu, kulturu i fizičku kulturu SR Hrvatske (1964).

**Nardeli**, Toni (1937), inž. kemije, reprezentativac u vaterpolu i plivanju, zaslužni sportaš Jugoslavije, član VK Jadran (Split). Za vaterpolo reprezentaciju Jugoslavije nastupio 97 puta, a za plivačku 10 puta. Član momčadi koja je na PE 1962 osvojila brončanu medalju, a na OI 1964 srebrnu medalju.

**Narodna sportska značka Francuske**, ispit svestranosti, održava se kao petoboj, osn. 1937. Ponavlja se svake god. između 1. III i 1. XI. Natječu se mladići i djevojke od 12. do 18. god. i odrasli od 19. do 35. god., u pet disciplina: skok udalj, bacanje kugle, brzo trčanje, penjanje uz konopac, ustrajno trčanje (i fakultativno plivanje). Zadaci se moraju ispuniti tokom jednog prijedpodneva ili jednog poslijepodneva.

**narodne dječje igre**, dio nar. tradicionalnih igara i nadmetanja pretežno u seoskoj sredini; pokretne igre tipa hvatalica, klisa i pale, svinjkanja i mnoge dr.

**narodne konjičke manifestacije**, igre i konjička natjecanja koja se svuda u svijetu održavaju kao dio nar. običaja, većinom po nepisanim pravilima. Obično su sastavni dio raznih svetkovanja, svečanosti i proslava vezanih za određene dane u godini. To mogu biti utrke bez sedla ili pod sedlom, utrke u zaprezi (sulke, dvokolice, kola, saonice), vuča tereta, sječa sabljom, gađanje strijelom, kopljem, buzdovanom, prenošenje štafete, preskakanje prepona, alka i sl. U Evropi su najrasprostranjenije razne varijante alki i štehvanja, a u nas su najpoznatije Sinjska alka, Ljubičevske konjičke igre, Nevesinjske utrke, natjecanja u okolici Rogatice i u okolici Cazina, velika seoska utrka u Njegovu ispod Durmitora i kolektivne svadbene svečanosti u Kraljevju Sutjesci kod Kaknja.

**narodni način kugljanja**, natjecanje po principu «čišćenja»; svaki od 10 članova ekipe baca po 3 hica u 6 kola; gađa se tako dugo dok se ne sruši svih 9 čunjeva; poslije toga ponovno se postavljaju čunjevi i natjecanje se nastavlja po istom sustavu. U prvom kolu igru počinje prvi igrač, a završava posljednji; u drugom kolu igru počinje drugi igrač, u trećem treći itd.

**narodni oblici fizičke kulture**, tradicionalne igre, plesovi i nadmetanja, koja se provode u naših naroda i narodnosti kao sastavni dio života, običaja i kulture seoskog stanovništva. Pored mnogobrojnih nar. dječjih igara i nar. plesova, nar. nadmetanja se mogu sistematizirati u atletska nadmetanja (bacanje kamena, trčanja, skokovi), borilačka nadmetanja (rvanje u koštac i pojas, pelivanstvo, mačevanje), konjička nadmetanja (utrke, alka, štehvanje), streljačka nadmetanja i razne oblike nar. plivanja, veslanja, kizanja, sanjkanja itd.

**Narodni sport** → *Sportske novosti*

**narodno bočanje**, popularan oblik igre bočama bez pisanih pravila, na igralištima različitih dimenzija, s bočama od kamena, drva i sl. materijala. Boča se uz pomicanje 2–3 koraka izbacuje s mjesta odakle je izbačen balin a kod izbijanja se ne smije prijeći više od pola puta od mjesta igranja do balina.

**narukvica**, mačevanje: kožnata manšeta, orukvica za oboružanu ruku kroz koju prolazi žica u električni uređaj za registraciju pogodaka.

**naskok**, [1] rukomet: element tehnike igre; skok u vratavre prostor izveden iz trka ili iz mjesta s namjerom da u toku leta uhvati dodanu loptu i prije doskoka u vratavre prostor šutira na vrata; [2] sp. gimnastika: početak izvođenja vježbi na spravi ili tlu; od tog trenutka počinje ocjenjivanje vježbe. U natjecateljskom programu, n. prema rangu