

**Polda**, Janez (1924–64), lovački nadzornik; reprezentativac u skijaškim skokovima; nastupio na OI 1948, 1952 i 1956. Njemu u spomen na Planici se redovito održava međ. natjecanje »Memorijal Janeza Polde«.

**Poldugač**, Josip (1910), nastavnik; sp. radnik i trener u nogometnoj organizaciji Zagreba. Član HAŠK (Zagreb), dugogodišnji funkcionar NK Zagreb.

**Polenak**, Panta (1911), advokat; sp. radnik, predjak, funkcionar u Sokolskom društvu Sokol-Matica i Sokolskoj župi Kraljević Marko u Skoplju. Inicirao uvođenje odbojke, streljaštva i logorovanja u program sok. organizacija. Radio u Fiskulturnom savezu Makedonije, organizirao brojne tečajeve. Predsjednik Odbojkaškog saveza Makedonije 1964–73.

**polet**, zrakoplovstvo: faza polijetanja od trenutka odvajanja letjelice sa staze do prelaska u penjanje.

**Polet**, list Fiskulturnog saveza Slovenije; izlazio 1945–66 u Ljubljani, kao tjednik, a jedno vrijeme i kao polutjednik. Uredivali su ga: B. Režek, Z. Vahtar, I. Prešern, M. Prešern, F. Mirtič i V. Žlajpah.

**Polet**, Odbojkaški klub, osn. 1946 u Mariboru; ženska ekipa osvojila je prvo mjesto na PJ 1946.

**polica**, alpinizam: vodoravna ili malo koja ploha u stijeni, različite duž., relativno male šir.; služi kao osiguravaliste ili mjesto za odmor i bivačiranje. Dugačke p. ili sistem p. mogu poslužiti kao atraktivan smjer za priječanje stijene.

**polica za streljalu**, streljačstvo: mjesto na luku gdje se polaže streljalu; izrađuje se od plastike ili metala. Metalna polica ima oprugu koja je vraća u prvobitni položaj. P.z.s. mora biti najmanje 15 mm iznad rukohvata luka, odn. onog mjesta na luku gdje bi donje pero streljale moglo udarati na luk. P.z.s. treba biti postavljena u osovini luka.

**policijski petoboj**, višesbojsko natjecanje slično vojničkom petoboju; discipline: gađanje pištoljem, plivanje na 300 m, bacanje kugle, skok udalj i trčanje na 3000 m. Rezultati se pretvaraju u bodove prema posebnim tablicama.

**Poljič**, Branko (1911–83), sp. pedagog i teoretičar. Do Aprilskog rata referent u Ministarstvu za tjelesni odgoj i nastavnik Više škole za tjelesni odgoj u Beogradu. Poslije Oslobođenja docent i direktor DIF, suradnik i direktor Instituta Saveza sportova Jugoslavije, odn. Jugoslavenskog zavoda za fizičku kulturu; član Komiteta za fiskulturnu prikladnost; član Komiteta za fizičku kulturu FNRJ i Savezne komisije za fizičku kulturu Saveznog izvršnog vijeća. Istaknuti funkcionar u društvenim organizacijama za f.k. na nivou federacije. Odgovorni urednik časopisa: *Fizička kultura* i *Sportska praksa*. Napisao: *Fizičko vaspitanje u srednjim školama*, Beograd 1953; *Aktuelni problemi školskog fizičkog vaspitanja*, Beograd 1966; *Humanizacija fizičke kulture*, Beograd 1967; *Fizička kultura u samoupravnom socijalističkom društvu*, Beograd 1969; *Poreklo i pojave funkcionalizma i tehnokratizma u fizičkoj kulturi*, Beograd 1974 i dr.

**Poljič**, Zoran (1912), dipl. pravnik, društveno-politički i sp. radnik; nosilac Partizanske spomenice 1941 i drugih visokih odlikovanja. Kao član lijevog krila slov. sokolstva od 1940 surađivao sa KPS; za vrijeme rata obavljao brojne političke i organizacijske poslove u IO OF i Glavnom štabu NOV i POS; sudjelovao u slov. delegaciji na zasjedanju AVNOJ u Jajcu (1943). Poslije Oslobođenja na visokim društveno-političkim dužnostima u SR Sloveniji i federaciji. Prije rata

natjecao se u sp. gimnastici, atletici i odbojci i bio predjak u sok. organizaciji; poslije Oslobođenja radeći na obnovi fiskulturnog pokreta od 1946 bio, između ostalog, predsjednik Fiskulturne zveze Slovenije i potpredsjednik FISAJ, predsjednik STV Partizan Slovenije i potpredsjednik STV Partizan Jugoslavije, predsjednik JOK (1964–73). Dobitnik Bloudekove nagrade Saveza za tjelesnu kulturu Slovenije (1967) i zlatne plakete NSJ (1969). Napisao: *Vloga in pomen sokolske organizacije v zgodovini slovenskega naroda* te niz stručnih rasprava o problemima f.k. objavljenih u sp. štampi.

**Poljič**, Boris (1920–43), student; vaterpolist, član JSK Victoria (Sušak), momčadi koja je 1938 osvojila PJ. Od 1941 ilegalni borac, streljan od Nijemaca. U spomen njemu u Vladimiru Poljiču, u Rijeci se svake god. organizira »Memorijalni vaterpolo turnir braće Poljič«.

**Poljič**, Damir (1953), zlatarski obrtnik; reprezentativac u vaterpolu, član VK POŠK-Brodamerkur (Split), zaslužni sportaš Jugoslavije. Sudjelovao na PS 1973 u Beogradu (III mjesto); na PE 1974 u Beču (III) i 1977 u Jönköpingu (II), te na OI 1976 u Montrealu (V) i 1980 u Moskvi (II).

**Poljič**, Vladimir (1916–72), liječnik, pukovnik JNA; reprezentativac u vaterpolu; član vaterpolo i košarkaške ekipe JSK Victoria (Sušak); referent saniteta u NOR (13. i 43. divizije IV armije); od 1947 vojni liječnik, pred kraj svoje karijere bio upravnik Vojne bolnice u Zagrebu, 1947–48 igra vaterpolo u FD CDJA Partizan (Beograd); 1948–49 djeluje u SD JRM Mornar (Split). Bio je predsjednik Zbora sudaca Plivačkog saveza Jugoslavije (1951–71) i potpredsjednik Zbora sudaca Plivačkog saveza Hrvatske (1951–54); kao savezni kapetan za vaterpolo (1954–60) vodio reprezentaciju na OI 1956 i 1960. Kao međ. vaterpolo sudac vodio utakmice na OI 1952, 1956 i 1960; 1952–60 član Komiteta FINA za vaterpolo; 1963–67 zastupnik u Saboru SR Hrvatske (Socijalno-zdravstveno vijeće).

**poligon**, [1] vježbalište s preprekama koje vježbač mora savladati određenim redoslijedom u što kraćem vremenu. U otvorenom p. prepreke su obično ukopane i trajno se upotrebljavaju. P. je moguće postaviti na različitim površinama, a prepreke služe kao stanice u kružnom treningu. P. se najčešće primjenjuje za razvoj psihofizičkih sposobnosti, naročito snage i izdržljivosti. Broj prepreka (stanica) i njihova konstrukcija, razmak između prepreka i zadaci koje treba na njima izvršiti ovise o uzrastu i spolu vježbača kao i o neposrednim ciljevima u nastavnim odn. trenaznom procesu. P. se primjenjuje u školskoj nastavi, armijskom sportu, sp. klubovima i dr. Trim staza je p. koji se najčešće koristi u rekreaciji. Postoje i p. specijalizirani za razvoj tehnike sportaša, npr. p. za nogomet sadrži viseće lopte za udaranje glavom, niz poredanih štapova između kojih se vodi lopta, zid s iscrtanim plohami koje je potrebno pogoditi šutirajući loptu nogom i dr.; [2] raketno modelarstvo: prostor za lansiranje raketnih modela (klase S).

**poli-strukturalno gibanje**, tjel. aktivnost složena od više različitih, ali povezanih motičkih struktura koje se međusobno razlikuju po prostorno-vremenskim i dinamičkim karakteristikama. Na osnovi utiliteta pojedine aktivnosti i strukture gibanja može se izvršiti podjela na sportove s poli-strukturalnim gibanjem acikličkog tipa u kojem dominiraju aciklička gibanja koja se izvode i ograničavaju u direktnom sukobu s protivnikom (borilački sportovi), zatim sportove s poli-

strukturalnim gibanjem kompleksnog tipa gdje je osnovni zadatak pogađanje određenog cilja u prostoru vođenjem ili bacanjem sportskog rekvizita (lopte), a rezultat ovisi od kooperacije članova grupe (sportske igre) i sportove s poli-strukturalnim gibanjem konvencionalnog tipa, gdje je osnovni cilj izvođenje propisanih gibanja u skladu s estetskim kriterijem (npr. sp. gimnastika, ritmičko-sp. gimnastika).

**polkin korak**, ritmičko-sp. gimnastika i sp. gimnastika; stilizirani korak nar. društvenog plesa polke; izvodi se uz muz. pratnju, u 2/4 taktu; primjenjuje se u sastavljanju kompozicija u ritmičko-sp. gimnastici i sp. gimnastici, te masovnih kompozicija sletskih vježbi. Osnova kretanja je korak s privlačenjem i poskok, tzv. poskočni korak; počinje se iskorakom naprijed desne noge, privlačenjem lijeve, zatim ponovnim iskorakom naprijed desne noge te poskokom na desnoj i prednoženjem zgrčeno lijevom. Koraci se izvode na osmine, tempo izvođenja je 60 i više p.k. u min.

**Pollak**, Andrea (1961), reprezentativka Njemačke DR u plivanju, članica Sportskog kluba Dinamo (Berlin). Na OI 1976 osvojila zlatnu medalju na 200 m leptirovim stilom i članica pobjedničke štafete 4 × 100 m mješovito; na 100 m leptir i u štafeti 4 × 100 m osvojila je srebrnu medalju. Na PS 1978 osvojila je srebrnu medalju u disciplini 100 m leptir i u štafeti 4 × 100 m mješovito, te brončanu medalju na 200 m leptir. Na PE 1977 osvojila je zlatnu medalju na 100 m leptir i kao članica štafete 4 × 100 m mješovito. Više puta premašila SR u disciplini na 100 i 200 m leptirovim stilom.

**polo**, konjički sport: igra jahača s loptom i štapom kojim se lopta tjera u protivnička vrata. U igri sudjeluju dvije ekipe, svaka sa 4 jahača na ponijima. Igralište veličine 275 m × 180 m pokriveno je travom; ako je ogrado, širina može biti manja. Utakmica ima najviše 8 dijelova (šukera), svaki po 7,5 min, između kojih je odmor od 3 min, kada se mogu zamijeniti konji. Na polovini je igre odmor od 15 min. Vrata su obilježena uspravnim stupovima (vis. 3,10 m s razmakom od 7,32 m). Igrači, jašući, udaraju drvenu loptu promjera 8,5 cm bambusovim štapom

POLIGON

