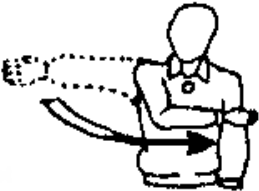
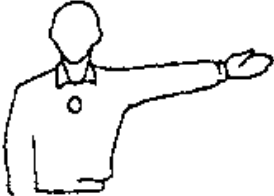
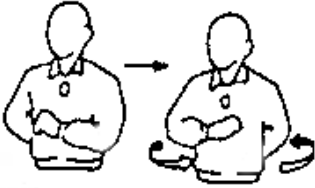


Predmet: ŠPORT**Razred: 5.****Učna tema: ODBOJKA_3****URADNI SODNIŠKI ZNAKI Z ROKO**

SITUACIJA	ZNAK Z ROKO IZVEDE	OBRAZLOŽITEV	SLIKA
Dovoljenje za izvedbo servisa	Prvi sodnik	Zamah iz odročenja do priročenja skrčeno not	
Pravico izvedbe servisa ima ekipa	Prvi sodnik Drugi sodnik	Roko iztegne proti ekipi, ki bo izvedla servis	
Menjava igralnega polja	Prvi sodnik Drugi sodnik	Lakti pokrči pred in za telesom in jima nato zamenja položaj	
Odmor (time-out)	Prvi sodnik Drugi sodnik	Dlan ene roke položi preko prstov druge roke, ki jih drži navpično (črka T)	
Konec niza (ali tekme)	Prvi sodnik Drugi sodnik	Roki z odprtimi dlanmi pokrči in prekriža na prsih	

Napaka v poziciji igralca ali napaka pri kroženju	Prvi sodnik Drugi sodnik	Izvede krožni gib s kazalcem	
Žoga »v igrišču«	Prvi sodnik Drugi sodnik	Z iztegnjeno roko in dlanjo pokaže proti tlor	
Žoga »iz igrišča«	Prvi sodnik Drugi sodnik	Podlakti dvigne navpično, dlani so odprte in obrnjene proti telesu	
Ulovljena žoga	Prvi sodnik	Počasi pokrči roko v komolcu, dlan je obrnjena navzgor	
Dvojni dotik	Prvi sodnik Drugi sodnik	Dvigne dlan in pokaže dva razprta prsta	
Štirje dotiki	Prvi sodnik Drugi sodnik	Dvigne dlan in pokaže štiri prste	

Igralec se dotakne mreže	Prvi sodnik Drugi sodnik	Položi dlan, obrnjeno navzdol na zgornji rob mreže	
Seganje preko mreže	Prvi sodnik	Roko položi pravokotno na mrežo, dlan je obrnjena navzdol	
Prehod v polje nasprotnika	Prvi sodnik Drugi sodnik	S kazalcem pokaže na središčno črto	
Obojestranska napaka in ponovitev igre	Prvi sodnik	Oba palca dvigne navpično navzgor	
Dotik z žogo	Prvi sodnik Drugi sodnik	S prsti ene roke podrsa po prstih druge roke, ki jo drži pokonci	
Praktični del (priporočamo): - športne aktivnosti v naravi (tek, hoja, planinski pohod ...). Ne pozabite na ustrezno ogrevanje (gimnastične vaje, lahkoten tek ...).			