



Detická atletika



MESTO
BANSKÁ BYSTRICA

PROPOZÍCIE

Bavme deti športom FINÁLE

Organizátor: Slovenský atletický zväz v spolupráci s AK ŠK UMB Banská Bystrica, KTVŠ FF UMB Banská Bystrica, mestom Banská Bystrica, Športovým gymnáziom Banská Bystrica

Miesto: Hala športového gymnázia v Banskej Bystrici

Termín: 15.03.2018

Riaditeľ pretekov: Ivan Čillík
ivan.cillik@umb.sk

Prihlášky: 09.03.2018 mailom na svachova@atletikasvk.sk

Prihlášky treba zasielať s nasledujúcimi údajmi:

- priezvisko, meno a rok narodenia všetkých pretekárov
- presný názov a poštovú adresu atletickej škôlky
- priezvisko, meno, e-mail adresu, číslo mobilu vedúceho/vedúcej družstva

Po tomto termíne je možné prijať prihlášku po predchádzajúcej dohode s riaditeľom pretekov a peňažnej pokute 5 €.

Na mieste pretekov je možné bez pokuty vykonať zmenu dvoch mien v prihláške v porovnaní so zaslanou prihláškou. Každá ďalšia zmena je možná za poplatok 2 €.

Formulár prihlášky, ktorý je nutné použiť, je uvedený nižšie.

Všetky zúčastnené deti v rámci atletickej škôlky musia byť registrované v SAZ-e!!!



Program:	10:00 – 10:50 hod.	prezentácia atletických škôlok
	10:50 hod.	spoločný nástup všetkých družstiev
	11:00 hod.	začiatok súťaží
	14:00 hod.	predpokladané ukončenie súťaží vyhlásenie výsledkov

Pozvané atletické škôlky:

Finále Bavme deti športom sa môžu zúčastniť nasledovné atletické škôlky zapojené do projektu Detská atletika, ktoré zvíťazili na jednotlivých postupových kolách v rámci daného kraja. Na Finále Bavme deti športom nemusia nastúpiť rovnaké deti, ktoré si vybojovali postup z jednotlivých postupových kôl.

Pozvané atletické škôlky:

Bratislavský kraj:

ZŠ J. Kupeckého Pezinok
AK Run for Fun Bratislava
Športový triatlonový klub Pezinok

Trnavský kraj:

Pohybko Sereď
AK AŠK Slávia Trnava
Klub Sokol Sokolovce

Nitriansky kraj:

Detský atletický klub Tlmače
AK ZŠ Mojmiróva Zlaté Moravce
ŠK ŠOG Nitra

Trenčiansky kraj:

CVČ Brezová pod Bradlom
TJ Slávia ŠG Trenčín
AO Olympia Považská Bystrica

Prešovský kraj:

Šport hrou Prešov
AK Lomničan Tatranská Lomnica
ŠŠK JAK Bardejov

Žilinský kraj:

ŠK Juventa Žilina
AC Victória Turany
ŠKP Žilina

Košický kraj:

Atletický legionársky klub Moldava nad Bodvou
ZŠ ČSA, Moldava nad Bodvou
ZŠ M.R.Štefánika Trebišov

Banskobystrický kraj:

MAC REDOX Lučenec
Atletika pre deti UMB Banská Bystrica
BŠK Banská Bystrica

Organizácia a priebeh pretekov:

Súťažiť môže jedno družstvo z každej atletickej škôlky. Vedúci družstva doprevádza svoje družstvo na ploche po celý čas súťaže. Iba vedúci družstva (príp. tréner) smie sprevádza svoje družstvo na súťažnej ploche po celý čas súťaže. Rodičia a iní sprievod sa smie zdržiavať iba mimo súťažnej plochy. V prípade neuposlušnosti pokynov má riaditeľ pretekov právo narušiteľa poriadku napomenúť, príp. družstvo diskvalifikovať.

Zloženie družstva:

8 členné družstvo (4 chlapci a 4 dievčatá) a 1 vedúci družstva, príp. tréner, ktorý sprevádza svoje družstvo na ploche po celý čas súťaže. Je nutné priniesť so sebou zdravotné preukazy detí (príp. ich kópiu) a mať ich k dispozícii prípade potreby.

Všetky zúčastnené deti musia byť registrované v Slovenskom atletickom zväze!!!

Dieťa môže súťažiť iba za klub, v ktorom je registrovaný!!!

Vekový limit:

Deti narodené v roku 2006 a mladšie:

4 deti – 2 dievčatá a 2 chlapci – ročník narodenia 2009 alebo 2008 (a mladší)

4 deti – 2 dievčatá a 2 chlapci – ročník narodenia 2007 alebo 2006

Odmeny:

Všetci zúčastnení pretekári získajú diplom a odznak. Pretekári na prvých troch miestach získajú okrem toho i vecné ceny. Odmenených bude 8 pretekárov v rámci družstva.

Oblečenie:

Športové oblečenie, športové tenisky. **Vedúci družstiev sú povinní si priniesť tenisky na prezutie.** Členovia každej zúčastnenej atletickej škôlky by mali súťažiť v jednotných tričkách. K dispozícií budú šatne na prezlečenie.

Súťažné disciplíny:

- skok do diaľky štafetovou formou
- štafetový beh v kombinácii šprint a beh cez prekážky
- odhod plnou loptou z kolien spoza hlavy
- prekážková dráha „Formula“
- 3 – minútový vytrvalostný beh
- skoky cez švihadlo

Hodnotenie:

Preteky prebiehajú na šiestich atletických stanovištiach. Po odsúťazení na pridelenom stanovišti sa presúva družstvo na ďalšie stanovište. Dosiahnuté výsledky zapisujú rozhodcovia do určeného hárku pre danú disciplínu. Po odsúťazení na stanovišti prinesie rozhodca výsledky hlavnému rozhodcovi, ktorý ich vpiše do tabuľky na celkové hodnotenie. V konečnom hodnotení prideliťujeme body podľa umiestnenia v jednotlivých disciplínach, (napr. súťaží 10 družstiev → 1. miesto v disciplíne 1 bod, 2. miesto 2 body... posledný tím na 10. mieste 10 bodov) Po ukončení pretekov rozhodcovia spoločne pridelia body, spočítajú ich a tým stanovia konečné poradie družstiev. Vyhráva to družstvo, ktoré má najnižší bodový súčet. V prípade bodovej rovnosti vyhráva družstvo, ktoré malo hodnotnejšie výsledky v jednotlivých disciplínach (získalo viac prvých, príp. druhých miest atď.).

Doprava

Všetkým zúčastneným družstvám bude preplatené cestovné. V prípade využitia osobného automobilu budú náklady na dopravu preplatené v počte maximálne troch osobných automobilov/8-členné družstvo. V prípade využitia iného dopravného prostriedku, napr. mikrobusu, bude cestovné preplatené iba do výšky troch osobných automobilov/8-členné družstvo.

Poistenie

Účastníci štartujú na vlastné – individuálne poistenie. Každý účastník musí mať so sebou kartu poistenca.

Formulár prihlášky:

**BAVME DETI ŠPORTOM 15.03.2018– atletické škôlky
PRIHLÁŠKA
odoslať na adresu svachova@atletikasvk.sk do 09.03.2018**

Názov a adresa atletickej škôlky (píšte len ulicu, číslo, mesto/obec):

Kontaktná osoba:

email:

Mobil:

	Priezvisko	Meno	Rok narodenia
--	------------	------	---------------

Ročník narodenia 2008 alebo 2009 DIEVČATÁ a mladší

1.			
2.			

Ročník narodenia 2008 alebo 2009 CHLAPCI a mladší

3.			
4.			

Ročník narodenia 2006 alebo 2007 DIEVČATÁ

5.			
6.			

Ročník narodenia 2006 alebo 2007 CHLAPCI

7.			
8.			

Popis disciplín:

1. Skok do diaľky z miesta štafetovou formou



Popis

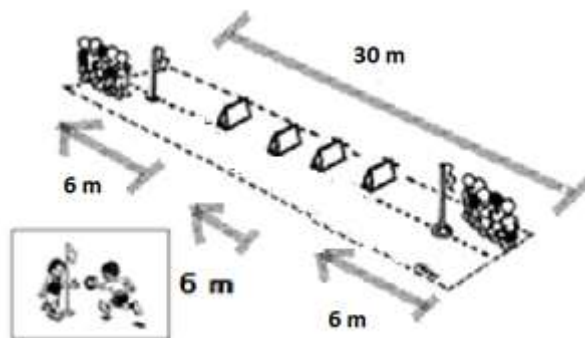
Od štartovej čiary vykonávajú členovia tímov „žabí skok“ (skok do diaľky z miesta) jeden po druhom. Prvý člen tímu stojí špičkami prstov pred štartovou čiarou. Potom zníži ťažisko tela a skočí vpred najďalej, ako sa dá, s dopadom na obe nohy. Rozhodca disciplíny označí najbližší bod dopadu k štartovej čiare (päty). Pokiaľ pretekár prepadne dozadu, meria sa miesto dotyku rúk. Toto miesto dopadu sa stáva štartovacou čiarou pre ďalšieho člena tímu, ktorý vykoná ďalší skok do diaľky z miesta. Tretí člen tímu vykonáva skok opäť z bodu dopadu druhého člena tímu atď. Disciplína je ukončená, ak všetci členovia tímu uskutočnia skok do diaľky z miesta a posledný bod dopadu je označený.

Každý tím má dva pokusy.

Hodnotenie

Súťaží každý člen tímu. Celková dĺžka skokov všetkých členov tímu znamená výsledok tímu. Zarátava sa lepší výsledok z dvoch pokusov. Meranie pokusov zaznamenávame s presnosťou na 1 cm.

2. Štafetový beh v kombinácii šprint a beh cez prekážky



Popis

Vzdialenosť medzi prekážkami je znázornená na obrázku vyššie. Disciplína prebieha v dvoch dráhach, jedna dráha s prekážkami, druhá bez prekážok. Disciplína prebieha cez žltomodré prekážky, ktoré obsahuje súprava Detskej atletiky.

Upozornenie: vzdialenosti medzi prekážkami môžu byť upravené podľa priestorových možností priestoru, telocvične.

Prvý súťažiaci stojí pripravený na štarte pred štartovou čiarou, kým nezaznie štartový signál. Súťažiaci vybieha z polovysokého štartu. Po absolvovaní 30 m prekážkového behu odovzdáva štafetový kolík (ringo) ďalšiemu členovi družstva, pripraveného na druhej strane, vždy ľavou rukou, a zaraď sa na koniec. Ďalší člen družstva prekonáva maximálnou rýchlosťou trať bez prekážok. Disciplína je skončená, ako náhle každý člen družstva absolvoval šprint aj beh cez

prekážky (musí sa dostať na svoju východiskovú polohu) a posledný člen prekročí cieľovú čiaru, kedy sa meria výsledok celého družstva (nie je potrebné umiestniť štafetový krúžok, ringo, na slalomovú tyč).

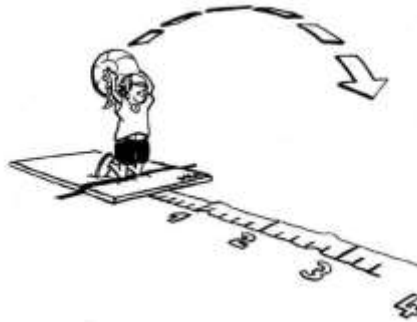
Na dráhe sú rozmiestnené 4 prekážky so vzdialenosťou 6,0 m medzi sebou. Vzdialenosť medzi štartovou čiarou a prvou prekážkou je 6 m a vzdialenosť medzi poslednou prekážkou a cieľovou čiarou je 6 m.

Každé družstvo má jeden pokus.

Hodnotenie

Poradie je vyhodnotené podľa času. Pokiaľ pretekár zhodí prekážku, celkový výkon družstva nie je nijako ovplyvnený. Pokiaľ pretekár neprebehne cez prekážku, obehne ju, k celkovému výkonu družstva sú pripočítané 3 trestné sekundy za každú neprebehnutú prekážku. Víťazí družstvo s najlepším časom. Ďalšie družstvá sú zoradené podľa dosiahnutého času.

3. Odhod z kolien plnou loptou spoza hlavy



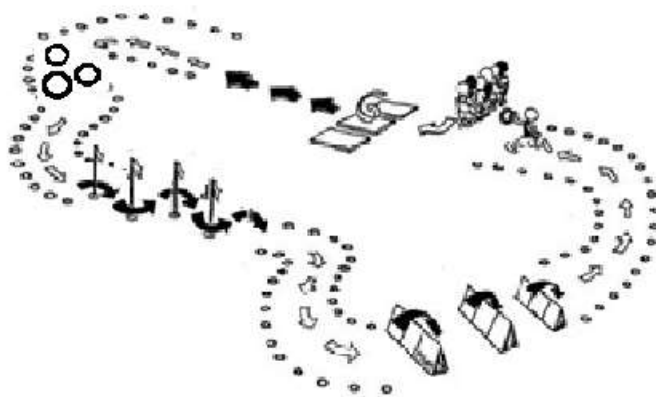
Popis

Pretekár kľučí na žinenke v jej prednej časti (alebo na inom type mäkkého povrchu). Pretekár sa zakloní dozadu a zdvihne medicinbal (1kg) pomocou oboch rúk hore za hlavu a vykoná odhod z kolien čo najďalej, ako vie. Po odhode pretekár môže rukami prepadnúť vpred na mäkkú podložku, ktorá je pred ním, avšak bez posunu kolien.

Hodnotenie

Každý pretekár má dva pokusy. Výkon je zaznamenávaný v 20 cm v intervaloch (pri dopade medzi dve označené vzdialenosti započítavame vyššiu, lepšiu hodnotu). Lepší z dvoch pokusov z každého člena družstva je započítavaný do celkového výkonu družstva.

4. Prekážková dráha „Formula“



Popis

Približne 30-metrová vzdialenosť (závisí od veľkosti telocvične) je rozdelená do nasledovných úsekov: beh maximálnou rýchlosťou, prebeh cez kruhy (vždy 1 noha v kruhu), slalomový beh, beh cez prekážky (pozri obrázok). Ako štafetový kolík bude slúžiť mäkký krúžok. Každý súťažiaci musí začať svoj štart kotúľom vpred na žinenke.

Prekážková dráha "Formula" je súťaž družstiev, v ktorom každý člen družstva musí dokončiť celý okruh.

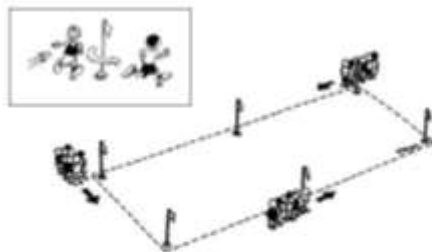
Každé nesprávne prekonanie jednotlivých úsekov sa trestá pripočítaním trestných sekúnd (nevykonanie kotúľu vpred = 3 s, nesprávne prebehnutie cez kruhy /1 kruh = 1 s/, zlé obiehanie počas slalomu /1 tyč = 1 s/, úmyselné zhadzovanie prekážok počas behu cez prekážky /1 prekážka = 1s/). Napr. ak člen družstva nesprávne vykoná slalomový beh cez 1 tyč a nesprávne prebehne cez kruhy (celkovo 3 kruhy), do celkového výkonu družstva budú zarátané 4 trestné sekundy. Ak si súťažiaci počas behu uvedomí nesprávne vykonanie jednotlivého úseku, môže sa vrátiť na začiatok daného úseku, vykonať ho odznova a ak bude vykonaný správne, žiadna trestná sekunda nebude pripočítaná k celkovému výkonu družstva.

Disciplína je ukončená akonáhle posledný člen družstva prebehne cieľovou čiarou, ktorá je na úrovni začiatku žinenky (nie je potrebné umiestniť štafetový krúžok, ringo, na slalomovú tyč).

Hodnotenie

Poradie je hodnotené podľa času: víťazí družstvo s najlepším časom. Ďalšie družstvá sú zoradené podľa dosiahnutého času.

5. Trojminútový vytrvalostný beh



Popis

Každý člen tímu beží na okruhu cca 80 m (pozri obrázok) po zaznení štartového povelu. Každý člen tímu sa snaží prebehnúť 80 m okruh čo najviac krát ako sa dá počas 3 minút. Každý člen štartuje s jednou loptičkou, ktorú musí po prebehnutí okruhu odložiť do vlastného bodovacieho kužela tímu. Pred ďalším okruhom si musí vziať novú loptičku z kužela, kde sú vopred umiestnené.

Hodnotenie

Poradie je vyhodnotené podľa počtu loptičiek v bodovacom kuželi, po uplynutí časového limitu. Nepočítajú sa loptičky, ktoré má dieťa v ruke v čase ukončenia. Vyhráva ten tím, ktorý má na konci troch minút najviac loptičiek v bodovacom kuželi.

Upozornenie: táto disciplína môže byť vzhľadom k priestorovým možnostiam telocvične nahradená inou disciplínou, a to štafetovým behom na 30 m.

6. Skoky cez švihadlo



Popis

Súťažiaci stojí chodidlami paralelne v štartovej pozícií držiac švihadlo za telom v oboch dlaniach. Na štartový povel súťažiaci presúva švihadlo vpred cez hlavu a dole pred telom skáče cez švihadlo. Tento cyklický proces je opakovaný 10 krát. Všetci súťažiaci skáču znožné skoky. Ak sa napr. pri piatom skoku pomýli a švihadlo nepreskočí, pokračuje ďalej od čísla štyri (nie od úplného začiatku).

Hodnotenie

Súťaží každý člen družstva. Každý preskok cez švihadlo sa počíta, avšak iba znožmé skoky. Stopuje sa čas, ako náhle člen družstva odskáče 10 znožmých skokov. Čas každého člena družstva sa zarátava do celkového výkonu družstva. Ak družstvo nie je schopné splniť disciplínu, pri čase 5:00 min strácajú možnosť ju dokončiť a do výsledného hárku sa im zapíše výkon 5:00 min.