



## Detská atletika

# PROPOZÍCIE Detská P-T-S (roč.n.2011-2013 a mladší)

**Organizátor:** Slovenský atletický zväz v spolupráci s AC Nové Zámky

**Miesto:** AC Nové Zámky, Štadión Sihot' 5781, Nové Zámky

**Termín:** **01.06.2018**

**Riaditeľ pretekov:** Peter Komora  
[peter.komora@maxfinreal.sk](mailto:peter.komora@maxfinreal.sk)

**Prihlášky:** do **28.05.2018** mailom na [peter.komora@maxfinreal.sk](mailto:peter.komora@maxfinreal.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 priať 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. Nájdete ho taktiež na web stránke Detskej atletiky (vedľa propozície).**

**Všetky pretekajúce deti musia byť registrované v SAZ-e!!!**

**Pretekári smú štartovať iba za ten klub, v ktorom sú registrovaní!!!**



**TESCO**

**TIPOS**

<b>Program:</b>	<b>9.00 -9:20</b>	prezentácia atletických škôlok
	<b>9:30</b>	začiatok súťaží
	<b>12:00</b>	predpokladané ukončenie súťaží vyhlásenie výsledkov

### **Pozvané atletické škôlky:**

Pretekov sa môžu zúčastiť všetky atletické škôlky z Nitrianskeho kraja zapojené do projektu Detská atletika.

### **Organizácia a priebeh pretekov:**

Súťažiť môže viac družstiev z jednej atletickej škôlky. Podľa počtu včas prihlásených družstiev schvaľuje riaditeľ pretekov ich štart a časový program. Iba vedúci družstva (príp. tréner) smie sprevádzať svoje družstvo na súťažnej ploche po celý čas súťaže. Rodičia a iní sprievod sa smie zdržiavať iba mimo súťažnej plochy. V prípade neuposlúchnutia pokynov má riaditeľ pretekov právo narušiteľa poriadku napomenúť, príp. družstvo diskvalifikovať.

Víťazi postupových kôl Detskej P-T-S, roč.nar. 2011-2013 a mladší, **nepostupujú** na finále Detská P-T-S.

### **Zloženie družstva:**

6 členné družstvo (3 chlapci a 3 dievčatá) a 1 vedúci družstva, ktorý doprevádzza svoje družstvo na ploche po celý čas súťaže. Je nutné priniesť so sebou kópiu zdravotných preukazov detí a mať ich k dispozícii v prípade potreby.

**Všetky zúčastnené deti musia byť registrované v Slovenskom atletickom zväze.**

### **Vekový limit:**

3 dievčatá - ročník narodenia 2011 až 2013 a mladší

3 chlapci - ročník narodenia 2011 až 2013 a mladší

### **Odmeny:**

Pretekári na prvých troch miestach budú odmenení. Odmenených bude 6 pretekárov v rámci družstva.

### **Oblečenie:**

Športové oblečenie, športové tenisky. Členovia každej zúčastnenej atletickej škôlky by mali súťažiť v jednotných tričkách. K dispozícii budú šatne.

### **Súťažné disciplíny:**

Prikladáme zoznam atletických disciplín, v ktorých bude prebiehať súťaž:

- Skok do diaľky z miesta štafetovou formou
- Štafetový beh v kombinácii sprint a beh cez prekážky
- Odhad penovou loptou z kolien spoza hlavy
- Prekážková dráha „Formula“
- Hod vortexom na vzdialenosť z miesta
- 3- minútový vytrvalostný beh

### **Hodnotenie:**

Preteky prebiehajú na šiestich atletických stanovištiach. Po odsúťažení na pridelenom stanovišti sa presúva družstvo na ďalšie stanovište. Dosiahnuté výsledky zapisujú rozhodcovia do

určeného hárku pre danú disciplínu. Po odsúťažení na stanovišti prinesie rozhodca výsledky hlavnému rozhodcovi, ktorý ich vpíše do tabuľky na celkové hodnotenie. V konečnom hodnotení pridelujeme 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 (t.j. dosiahlo viac 1. miest, príp.2. miest atď.).

Formulár prihlášky:

**DETSKÁ P-T-S (2011-2013 a mladší)  
PRIHLÁŠKA 01.06.2018**

**Prihlášky zaslat' do 28.5.2018 na peter.komora@maxfinreal.sk**

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

Kontaktná osoba:

email:

Mobil:

	Priezvisko	Meno	Dátum narodenia (deň,mesiac,rok)
--	------------	------	-------------------------------------

**Ročník narodenia 2011 až 2013 a mladší DIEVČATÁ**

1.			
2.			
3.			

**Ročník narodenia 2011 až 2013 a mladší CHLAPCI**

4.			
5.			
6.			

## **Popis disciplín:**

### **1. Skok do diaľky z miesta štafetovou formou**



#### **Popis**

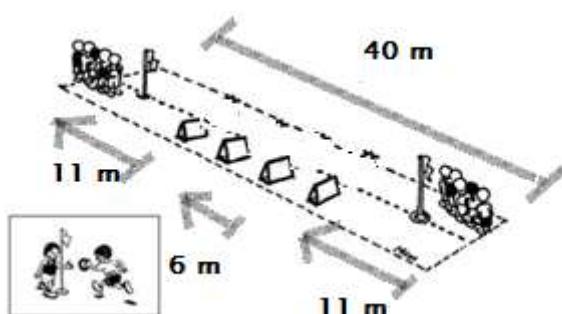
Od štartovej čiary vykonávajú členovia tímov „žabí skok“ (skok do diaľky z miesta) jeden po druhom. Prvý člen tímu stojí špičkami prstov pred štartovou čiarou. Potom zníži t'ažisko tela a skočí vpred najďalej, ako sa dá, s dopadom na obe nohy. Rozhodca disciplíny označí najbližší bod dopadu k štartovej čiare (päty). Pokial' 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**

Disciplína prebieha v dvoch dráhach, jedna dráha s prekážkami, druhá dráha bez prekážok. Vzdialenosť medzi prekážkami je znázornená na obrázku vyššie. Prvý súťažiaci stojí pripravený na štarte pred štartovou čiarou, kym nezaznie štartový signál. Súťažiaci vybieha z polovysokého štartu. Po absolvovaní 40 m prekážkového behu odovzdáva štafetový kolík (ringo) ďalšiemu členovi tímu, pripraveného na druhej strane, vždy ľavou rukou a zaraď sa na koniec. V rámci štafetového behu prekoná najprv jeden člen družstva trať s prekážkami a potom ďalší člen družstva prekoná 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 cielovú čiaru, kedy sa meria výsledok celého družstva (nie je potrebné umiestniť štafetový krúžok, ringo, na slalomovú tyč). Disciplína prebieha cez žlto-modré prekážky, ktoré obsahuje súprava Detskej atletiky.

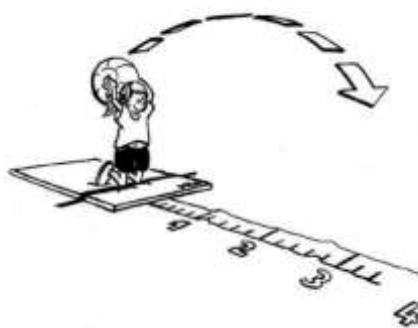
Na dráhe sú rozmiestnené 4 prekážky so vzdialenosťou 6,0 m medzi sebou. Vzdialosť medzi štartovou čiarou a prvou prekážkou je 11 m a vzdialosť medzi poslednou prekážkou a cielovou čiarou je 11 m.

Každé družstvo má jeden pokus.

### **Hodnotenie**

Poradie je vyhodnotené podľa času. Víťazí družstvo s najlepším časom. Ďalšie družstvá sú zoradené podľa dosiahnutého času.

### **3. Odhod penovou loptou z kolien spoza hlavy**



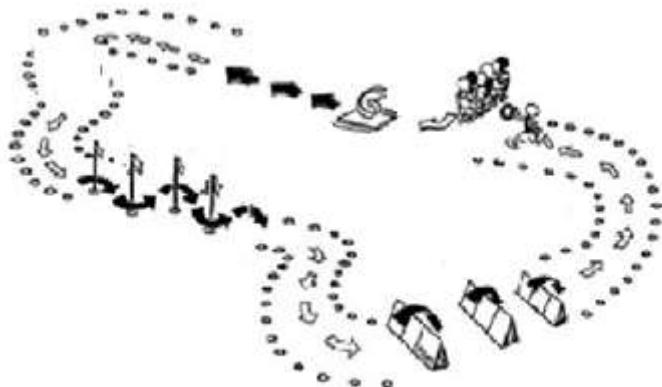
### **Popis**

Pretekár kl'ačí na žinenke v jej prednej časti (alebo na inom type mäkkého povrchu). Pretekár sa zakloní dozadu a zdvihne penovú loptu pomocou oboch rúk hore nad hlavu a vykoná odhod z kolien čo najďalej, ako vie. Po odhode môže pretekár prepadnúť vpred na mäkkú podložku, ktorá je pred ním, bez posunu kolien vpred.

### **Hodnotenie**

Každý pretekár má dva pokusy. Výkon je zaznamenávaný v 20 cm v intervaloch (pri dopade medzi dve označené vzdialosti 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 priestoru) je rozdelená do nasledovných úsekov: beh maximálnou rýchlosťou, 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.

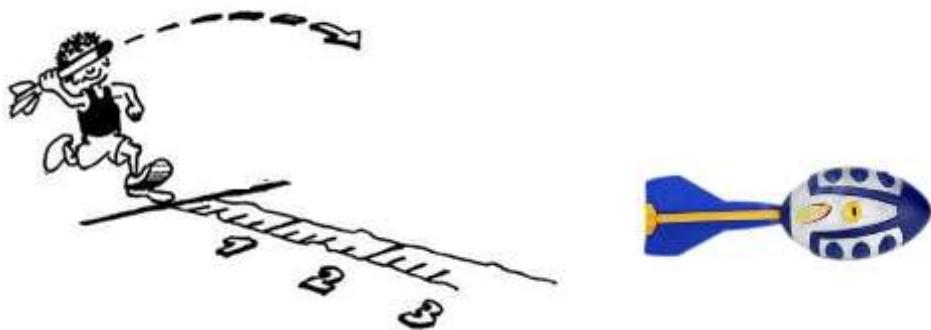
Každé nesprávne prekonanie jednotlivých úsekov sa trestá pripočítaním trestných sekund (nevykonanie kotúľu vpred = 3 s, zlé obiehanie počas slalomu /1 tyč = 1 s/, úmyselné zhadzovanie prekážok počas behu cez prekážky /1 prekážka = 1s/). Napr. ak člen družstva nevykoná kotúľ vpred a nesprávne vykoná slalomový beh cez 1 tyč, 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. Hod vortexom na vzdialenosť z miesta**



### **Popis**

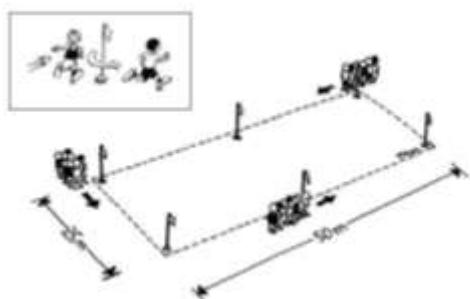
Hod vortexom je vykonaný z miesta (bez rozbehu). Pretekári hádžu vortex raketu z pred čiary odhadu smerom do zóny dopadu. Každý pretekár má dva pokusy.

Bezpečnostné upozornenie: Vzhľadom k bezpečnosti počas tejto disciplíny sa môžu v zóne dopadu pohybovať len rozhodcovia. Je prísne zakázané hádzať vortex raketu späť na čiaru odhadu.

### **Hodnotenie**

Každý hod je meraný v  $90^\circ$  (pravom) uhle k odhadovej čiare a zaznamenáva sa v 20 cm vzdialenosťach (pri dopade medzi dve označené vzdialosti započítavame vyššiu, lepšiu hodnotu). Lepší z dvoch pokusov každého člena tímu sa započítava do celkového výkonu tímu.

### **6. 3 - minútový vytrvalostný beh**



#### **Popis**

Každý člen tímu beží okruh 100 - 150 m dlhý (podľa priestorových možností) po zaznení štartového povelu, členovia tímu vybiehajú spoločne. Každý člen tímu sa snaží prebehnúť 150 m okruh čo najviac krát, ako sa dá počas 3 minút. Každý člen štartuje s jednou loptičkou, ktorú musí po prebehnutí okruhu vložiť do vlastného bodovacieho kužeľa tímu. Pred ďalším okruhom si musí vziať novú loptičku z kužeľa, kde sú vopred umiestnené loptičky. Ak mu pri vkladaní loptičky do kužeľa loptička vyskočí von, musí sa budť vrátiť a vložiť ju späť do kužeľa alebo to musí vykonať iný člen družstva. Loptičky, ktoré pri vkladaní do kužeľa vyskočia von a nachádzajú sa mimo, sa nebudú do celkového počtu zrátavať (rozhodca ich nebude vkladať do kužeľa).

#### **Hodnotenie**

Poradie je vyhodnotené podľa počtu loptičiek v bodovacom kuželi, po uplynutí časového limitu. Nezarátavajú sa loptičky, ktoré má dieťa v ruke v čase ukončenia a ktoré sa nachádzajú mimo kužeľa (vedra). Vyhráva ten tím, ktorý má na konci troch minút najviac loptičiek v bodovacom kuželi.