

PROPOZÍCIE

DETSKÉ ATLETICKÉ HRY



Organizátor: Mesto Šahy, Olympijský klub Alojza Szokolyho v spolupráci so Slovenským atletickým zväzom

Miesto: Šahy, štadión

Termín: 19.9.2018 /v prípade dažďa termín preložený na 27.9.2018

Riaditeľ pretekov: Simona Blanárová

Technické zabezpečenie: PaedDr. Angelika Révész

Prihlášky: zasielajte emailom na adresu blanarova@atletika.sk najneskôr 3 dni pred začiatkom súťaže s nasledujúcimi údajmi:
- priezvisko, meno a rok narodenia všetkých pretekárov
- presný názov a poštovú adresu školy/atletickej škôlky
- priezvisko, meno, e-mail adresu, číslo mobilu vedúceho/vedúcej družstva

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

Na preteky je potrebné priniesť formulár prihlášky potvrdený riaditeľom školy.

Program:

08:00 – 08:50 hod	prezentácia škôl
09:00 hod	slávnostné otvorenie
09:10 hod	začiatok súťaží
12:00 hod	predpokladané ukončenie súťaží
12:30 hod	vyhlásenie výsledkov



TESCO

TIPOS

Organizácia a priebeh pretekov:

Zúčastniť sa môžu atletické škôlky zapojené do projektu Detská atletika i základné školy z mesta Šahy a okolia, ktoré budú spoločne vyhodnotené. Súťažiť bude môcť prvých 24 prihlásených družstiev.

V prípade prihlásenia vyššieho počtu družstiev, sa súťaž môže konať na dve kolá. O tejto možnosti budeme zúčastnené družstvá včas informovať.

Zloženie družstva:

6 členné družstvo (3 chlapci a 3 dievčatá) zložené zo žiakov 1. stupňa ZŠ (1. – 4. ročník ZŠ) a 1 vedúci družstva, ktorý doprevádzia 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.

Vekový limit a obmedzenia:

Deti narodené v roku 2008 a mladšie:

3 dievčatá – žiačky 1. – 4. ročníka ZŠ

3 chlapci – žiaci 1. – 4. ročníka ZŠ

Odmeny:

Prvé tri družstvá získajú diplomy, odznaky a vecné ceny.

Občerstvenie:

Počas súťaže bude zabezpečený pitný režim a desiatové občerstvenie.

Oblečenie:

Športové oblečenie, športové tenisky. Členovia každej zúčastnenej školy by mali súťažiť v jednotných tričkách školy.

Súťažné disciplíny:

- 3 – min vytrvalostný beh
- štafetový beh v kombinácii šprint a beh cez prekážky
- 3-skok znožmo
- odhad z kolien plnou loptou cez hlavu
- hod detským oštepotom do kruhu
- skoky cez švihadlo

Hodnotenie:

Preteky prebiehajú na maximálne šiestich 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 rozhodcovovi, ktorý ich vpíše do tabuľky na celkové hodnotenie. V konečnom hodnotení prideľujeme 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:

DETSKÉ ATLETICKÉ HRY 19.09.2018
PRIHLÁŠKA

odoslať na adresu blanarova@atletika.sk do 14.09.2018

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

Kontaktná osoba:

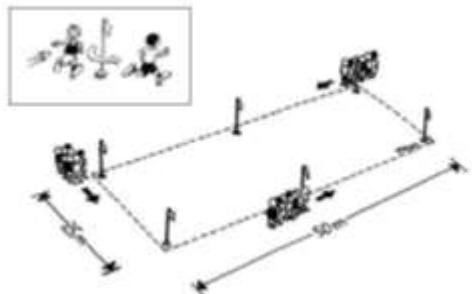
email:

Mobil:

	Priezvisko	Meno	Rok narodenia	Ročník ZŠ
3 DIEVČATÁ				
1.				
2.				
3.				
3 CHLAPCI				
1.				
2.				
3.				

Popis disciplín:

1. 3 – minútový vytrvalostný beh



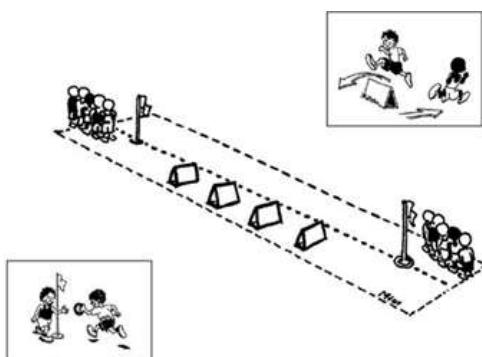
Popis

Každý člen tímu beží okruh 100 - 150 m dlhý (podľa priestorových možností) po zaznení štartového povetu, 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 bud' 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.

2. Štafetový beh v kombinácii šprint a beh cez prekážky



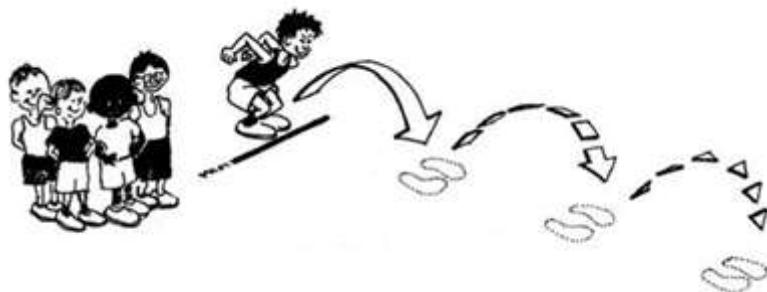
Popis

Disciplína prebieha v dvoch dráhach, jedna dráha s prekážkami, druhá dráha bez prekážok. V rámci štafetového behu prekoná jeden člen družstva trať s prekážkami a potom ďalší člen družstva prekonáva maximálnou rýchlosťou trať bez prekážok. Disciplína je skončená, ako náhle každý člen družstva absolvoval šprint aj beh cez prekážky. Štafetová odovzdávka sa vykonáva vždy ľavou rukou. Každé družstvo má jeden pokus.

Hodnotenie

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

3. 3 – skok znožmo



Popis

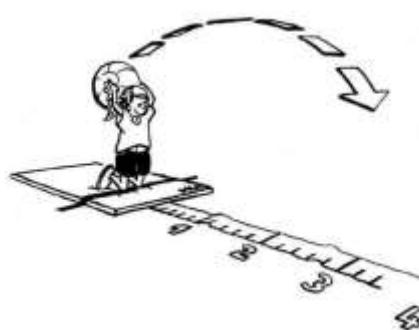
Od startovej čiary vykonáva každý člen tímu 3-skok znožmo („tri žabacie skoky za sebou“). Je to tímová súťaž, v ktorej každý súťažiaci skáče samostatne. Každý člen tímu stojí špičkami prstov pred startovou čiarou. Potom zníži ťažisko tela a skočí vpred najďalej, ako sa dá, s dopadom na obe nohy tri krát za sebou. Rozhodca disciplíny označí najbližší bod dopadu k startovej čiare (päty) a skok odmeria. Pokial pretekár prepadne dozadu, meria sa miesto dotyku rúk. Je dovolené medzi skokmi zastaviť a pripraviť sa na ďalší, nie je nutné vykonávať všetky tri skoky súvisle za sebou.

Každý člen tímu má dva pokusy.

Hodnotenie

Súťaží každý člen tímu. Lepší z dvoch pokusov každého súťažiaceho sa zarátava do celkovej dĺžky tímu. Poradie je založené na súčte 3 znožmých skokov všetkých súťažiacich jedného tímu: víťazný tím je tím s najlepším súčtom skokov a ich dĺžkou. Ďalšie tímy sú zoradené podľa výslednej vzdialenosťi. Meranie pokusov zaznamenávame s presnosťou na 1 cm.

4. Odhod z kolien plnou lopou cez hlavu



Popis

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

Hodnotenie

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

5. Hod detským oštepm do kruhu



Popis

Úlohou členov družstva je hodíť detský oštep pred čiarou odhodu do kruhu. Hádže sa od odhodovej čiary, ktorá je vzdialenosť 3 metrov od kruhu. Každý člen družstva má tri pokusy.

Hodnotenie

Spočítajú sa všetky pokusy členov družstva, za každý pokus do kruhu je 5 bodov.
Víťazí tím s najvyšším počtom bodov.

6. Skoky cez švihadlo



Popis

Pretekár stojí chodidlami paralelne v štartovej pozícii držiac švihadlo za telom v oboch dlaniach. Na štartový povel pretekár presúva švihadlo vpred cez hlavu a dole pred telom skáče cez švihadlo. Tento cyklický proces je opakovaný 10 krát. Deti skáču znožné skoky.

Hodnotenie

Súťaží každý člen tímu. Každý preskok cez švihadlo sa počítá. Stopuje sa čas, ako náhle člen družstva odskáče 10 skokov. Čas každého člena družstva sa zarátava do celkového výkonu družstva.

Sprievodné akcie:

Okrem súťažných disciplín budú prebiehať i sprievodné nesúťažné disciplíny. Za absolvovanie všetkých disciplín získa každý pretekár odznak Detskej atletiky.

1. Beh na 30 m**Popis:**

Pretekár sa snaží maximálnou rýchlosťou prekonať vzdialenosť 30 m na mobilnej atletickej dráhe. Pretekári štartujú z nízkeho alebo polovysokého štartu. Po štarte bežia maximálnou rýchlosťou 30 m po cieľ.

**2. Odhad detským diskom/gul'ou na vrhačskom sektore****Popis:**

Pretekár sa snaží odhodiť detský disk, guľu čo najďalej ako dokáže.



3. Prekážková dráha

Popis:

Približne 100-metrová vzdialenosť je rozdelená do nasledovných úsekov: beh maximálnou rýchlosťou, beh cez prekážky, slalomový beh, skok do diaľky a iné. Každý pretekár by mal začať (podľa možnosti) svoj štart kotúľom vpred na žinenke.