

# Pod'me spolu športovať (roč.n.2008 - 2011)

**Organizátor:** Slovenský atletický zväz v spolupráci so Sport Kids Academy

**Miesto:** Športový areál ZŠ Malokarpatské námestie 1, Bratislava

**Termín:** 18. júna 2019 (utorok)

**Riaditeľ pretekov:** Monika Ťažárová  
mail: monika.tazarova@gmail.com

**Prihlášky:** do 14. júna 2019 mailom na [monika.tazarova@gmail.com](mailto:monika.tazarova@gmail.com)

Prihlášky treba zasielať s nasledujúcimi údajmi:

- priezvisko a meno všetkých pretekárov spolu s registračným číslom zo systému Members SAZ,
- presný názov a poštovú adresu atletickej škôlky
- priezvisko, meno, e-mail adresu, číslo mobilu vedúceho/vedúcej družstva

**Formulár prihlášky, ktorý je nutné použiť, je uvedený nižšie. Nájdete ho taktiež na web stránke Detskej atletiky (vedľa propozícií).**

**Tréner musí do prihlášky vložiť i registračné číslo každého pretekára, ktoré získa po prihlásení sa do systému Members.**

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

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

**V prípade dodatočnej zmeny štartujúcich na mieste a neskoršieho zistenia, že pretekár nie je registrovaný v SAZ v čase pretekov, bude družstvo dodatočne diskvalifikované!**

<b>Program:</b>	8:15	prezentácia atletických škôlok
	9:00	začiatok súťaží
	13:00	predpokladané ukončenie súťaží
		vyhlásenie výsledkov

**Pozvané atletické škôlky:**

Pretekov sa môžu zúčastniť všetky atletické škôlky z Bratislavského kraja zapojené do projektu Detská atletika.



Detská atletika



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

Súťažiteľ 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 neuposlušnosti pokynov má riaditeľ pretekov právo narušiteľa poriadku napomenúť, príp. družstvo diskvalifikovať.

### **Zloženie družstva:**

4 členné družstvo (2 chlapci a 2 dievčatá) a 1 vedúci družstva, ktorý sprevádza 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:**

2 dievčatá - ročník narodenia 2008 až 2011

2 chlapci - ročník narodenia 2008 až 2011

### **Odmeny:**

Pretekári na prvých troch miestach budú odmenení. Odmenení budú 4 pretekári v rámci družstva.

### **Oblečenie:**

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

### **Súťažné disciplíny:**

Prikladáme zoznam atletických disciplín, v ktorých bude prebiehať súťaž:

- Skok do diaľky z miesta štafetovou formou
- Štafetový beh v kombinácii šprint a beh cez prekážky
- Odhod medicinebalom vzad cez hlavu
- Štafetový beh 4x60m
- Prekážková dráha UCR

### **Hodnotenie:**

Preteky prebiehajú na piatich atletických stanovištiach. Po odsúťžení na pridelenom stanovišti sa presúva družstvo na ďalšie stanovište. Dosiahnuté výsledky zapisujú rozhodcovia do určeného hárku pre danú disciplínu. Po odsúťžení 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 (t.j. dosiahlo viac 1. miest, príp. 2.



**Detická atletika**



miest atď.). Ak aj napriek tomu nie je možné určiť víťazné družstvo, rozhodovať bude dosiahnutý čas v disciplíne štafetový beh v kombinácii šprint a beh cez prekážky.



Formulár prihlášky:

<b>DETSKÁ P-T-S (2008-2011) PRIHLÁŠKA 18.06.2019 Atletické škôlky</b>		
Názov a adresa atletickej škôlky (píšte len ulicu, číslo, mesto/obec):		
Kontaktná osoba:		
email:		
Mobil:		
	Priezvisko	Meno
	Registračné číslo v Membery systéme SAZ	
<b>Ročník narodenia 2008 až 2011 DIEVČATÁ</b>		
1.		
2.		
<b>Ročník narodenia 2008 až 2011 CHLAPCI</b>		
4.		
5.		

Na základe čl. 13 a čl. 14 Nariadenia európskeho parlamentu a rady (EÚ) 2016/679 z 27. apríla 2016 o ochrane fyzických osôb pri spracúvaní osobných údajov a o voľnom pohybe takýchto údajov (ďalej len „Nariadenie“) vám poskytujeme informáciu o spracúvaní osobných údajov.

Informujeme vás, že počas podujatia budú Organizátorom vyhotovované obrazové a obrazovo-zvukové záznamy účastníkov. Obrazové a obrazovo-zvukové materiály budú použité výhradne na propagáciu podujatia, atletiky a práce SAZ.

Účel spracúvania je vyhotovovanie obrazového a obrazovo-zvukového záznamu zo športového podujatia. Tieto záznamy môžu byť publikované pre interné účely Slovenského atletického zväzu prostredníctvom časopisu Atletika, ako aj na verejnú propagáciu športového podujatia, na webstránke SAZ a Detská atletika a prostredníctvom sociálnych médií: Facebook, Twitter, Instagram a Youtube, ktoré Slovenský atletický zväz a Detská atletika využíva k propagácii svojich aktivít.

Organizátor športového podujatia neberie žiadnu právnu zodpovednosť za obrazové a obrazovo-zvukové záznamy vyhotovené a uverejnené inými osobami ako je Slovenský atletický zväz alebo projekt Detská atletika.

-----  
Podpis vedúceho družstva

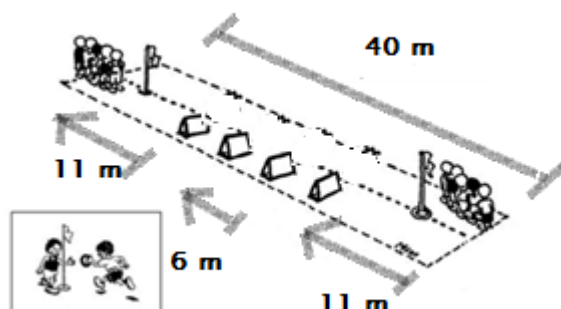


Detská atletika



## Popis disciplín:

### Štafetový beh v kombinácii šprint a beh cez prekážky



## Popis

Disciplína prebieha v dvoch dráhach, jedna dráha s prekážkami, druhá dráha bez prekážok. Vzďialenosť medzi prekážkami je znázornená na obrázku vyššie. Prvý súťažiaci stojí pripravený na štarte pred štartovou čiarou, kým 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 zaradí sa na koniec. V rámci štafetového behu prekoná najprv 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 (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).

Disciplína prebieha cez žltomodré prekážky, ktoré obsahuje súprava Detskej atletiky.

Na dráhe sú rozmiestnené 4 prekážky so vzdialenosťou 6,0 m medzi sebou. Vzďialenosť medzi štartovou čiarou a prvou prekážkou je 11 m a vzdialenosť medzi poslednou prekážkou a cieľovou čiarou je 11 m. Je nutné, aby pretekári bežali cez prekážky oboma nohami, nie mimo prekážok. Každá neprebehnutá prekážka znamená + 2 s k víťaznému času družstva.

Každé družstvo má jeden pokus.

## Hodnotenie

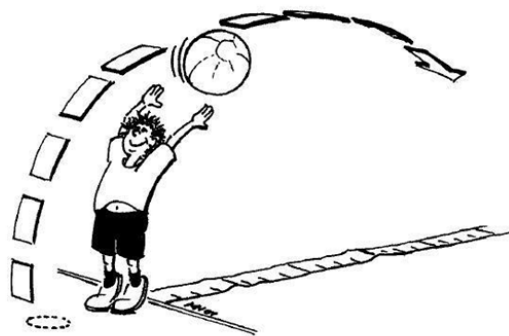
Poradie je vyhodnotené podľa času. Víťazí družstvo s najlepším časom. Ďalšie družstvá sú zoradené podľa dosiahnutého času.



Detská atletika



## Hod medicinbalom vzad cez hlavu



### Popis

Súťažiaci stojí s rovnobežnými chodidlami, päty sú pred čiarou a chrbát je natočený smerom k hodu. Medicinbal (1 kg) drží oboma vystretými rukami dole. Súťažiaci vykoná drep dole (pre napnutie stehenných svalov), rýchlo vystrie nohy, paže dvíhajú medicinbal dozadu ponad hlavu pre maximálnu vzdialenosť do oblasti hodu. Po hode môže súťažiaci prekročiť čiaru max. 2 krokmi vzad (nie je dovolené padať na zem). Každý súťažiaci má dva pokusy.

### Hodnotenie

Meranie sa vykonáva v 90° uhle (kolmo) na čiaru a v 20 cm intervaloch (ak medicinbal pristane medzi meranými hodnotami, vždy sa ráta vyššia nameraná hodnota). Lepší z dvoch pokusov z každého člena družstva je započítavaný do celkového výkonu družstva. Ak súťažiaci vykoná po odhode viac ako 2 kroky vzad, pokus bude považovaný za platný nevydarený.

## 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



Detská atletika



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.

### **Prekážková dráha UCR**

#### **Popis**

Približne 30-metrová vzdialenosť je rozdelená do nasledovných úsekov: beh maximálnou rýchlosťou, prebeh cez kladinu, slalomový beh, prebeh cez kruhy (vždy 1 noha v kruhu), beh cez prekážky, preskok švédskej bedne. Ako štafetový kolík bude slúžiť mäkký krúžok.

Prekážková dráha UCR je súťaž družstiev, v ktorom každý člen družstva musí dokončiť celý okruh. Každé nesprávne prekonanie jednotlivých úsekov sa trestá pripočítaním trestných sekúnd. 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.



**Detická atletika**

