



Propozície 3. ročníka Korešpondenčnej súťaže



Organizátor: Slovenský atletický zväz
Termín: 01. máj 2017 do 31. máj 2017
Miesto: Kdekoľvek
Prihlášky: Posielať netreba

Všetky deti zapojené do korešpondenčnej súťaže musia byť členmi SAZ!!!

Priebeh súťaže:

Korešpondenčná súťaž bude prebiehať 6 mesiacov:

Prebiehať bude v nasledovných disciplínach:

Február: Skok do diaľky z miesta
Marec: Odhod penovou loptou/plnou loptou z kolien spoza hlavy
Apríl: Člnkový beh 4 x 10 m
Máj: Vytrvalostný beh – prenášanie loptičiek
Október: Prekážkový beh
November: Predklon s dosahovaním v stoju na lavičke

Vyhodnotenie:

Tréner, učiteľ, po naštudovaní popisu disciplíny usporiada v rámci atletických krúžkov preteky, v ktorých zistí výkony detí v jednotlivých disciplínach podľa vekových kategórií. Všetky merania by sa mali uskutočniť v duchu **FAIR PLAY**, teda bez prílepšovania výkonov a zľahčovania disciplín mimo popisu. Pre overenie tejto dôležitej zložky športovej etiky, môžu byť výkony najlepších pretekárov následne preverené koordinátormi Detskej atletiky. Po ukončení merania vpiše zodpovedný tréner, učiteľ dosiahnuté výsledky do systému web stránky www.detskaatletika.sk.

Prihlasovacie meno a heslo k prístupu vkladania výsledkov získate mailom. Po termíne 31. máj 2017 bude súťaž ukončená, vkladanie ďalších výsledkov nebude možné a na webovej stránke bude uverejnené konečné poradie v jednotlivých kategóriách.



Odmeny:

Všetci zapojení pretekáři do sůtaže získajú predlohu papierovej atletickej medaile, ktorú si budú môcť vyskladať na základe zapojenia sa do sůtaže v každom mesiaci. Po vyhodnotení mesačných výsledkov zašle SAZ (vždy do 10. dňa v mesiaci) konkrétny počet nálepiek danému klubu na základe počtu zúčastnených detí. Deti si tak na základe zapojenia sa do všetkých 6 kôl budú môcť vyskladať vlastnú atletickú medailu. Traja najlepší v každej kategórii získajú navyiac diplom. Ak sa dieťa zapojí do sůtaže až napr. v treťom mesiaci (kole), nemá nárok na nálepieky z predchádzajúcich kôl. Na konci sůtaže (december) získá atletická škôlka s najvyšším počtom zapojených detí (1 dieťa sa považuje za 1 pretekára po celú dobu pretekov, t.j. 6 mesiacov, 6 kôl) špeciálnu cenu v rámci ME v cezpoľnom behu 2017 v Šamoríne.

Vekové kategórie:

V každej vekovej kategórii majú možnosť pretekať chlapci i dievčatá zvlášť v nasledovných **vekových kategóriách:**

Mikropřípravka :	6 - 5 roční chlapci a dievčatá - ročníky narodenia 2011 a 2012 a ml.
Milipřípravka	7 - 8 roční chlapci a dievčatá - ročníky narodenia 2010 a 2009
Minipřípravka	9 - 10 roční chlapci a dievčatá - ročníky narodenia 2008 a 2007
Prípravka	11 - 12 roční chlapci a dievčatá - ročníky narodenia 2006 a 2005



POPIS DISCIPLÍNY NA MESIAC MÁJ
DISCIPLÍNA JE URČENÁ PRE VŠETKY VEKOVÉ KATEGÓRIE

Vytrvalostný beh – prenášanie loptičiek

Vytrvalostný beh – prenášanie 3 loptičiek platí pre nasledovné vekové kategórie:

Mikropřípravka : 6 - 5 roční chlapani a dievčatá - ročníky narodenia 2011 a 2012 a ml.

Milipřípravka 7 - 8 roční chlapani a dievčatá - ročníky narodenia 2010 a 2009

Vytrvalostný beh – prenášanie 6 loptičiek platí pre nasledovné vekové kategórie:

Minipřípravka 9 - 10 roční chlapani a dievčatá - ročníky narodenia 2008 a 2007

Prípravka 11 - 12 roční chlapani a dievčatá - ročníky narodenia 2006 a 2005

Potreby využité na meranie:

Čistá, nešmykľavá podlaha, stopky, meracie pásmo, vedrá, loptičky (môžu byť rôzne druhy), vymedzovacie kužele príp. klobúčiky.

Pokyny pre pretekárov:

Pretekár zaujme polohu polovysokého štartu a po zaznení štartového povelu beží na okruhu 100 m (pozri obrázok). Pretekár štartuje s jednou loptičkou v ruke, ktorú musí po prebehnutí okruhu odložiť do daného (prázdneho) vedra. Pred ďalším okruhom si musí vziať novú loptičku z vedra, kde sú umiestnené vopred loptičky (3 loptičky pre roč. nar. 2009, 2010, 2011, 2012 a mladší; 6 loptičiek pre roč. nar. 2005, 2006, 2007, 2008). Pretekár pokračuje dovtedy, kým neprenesie všetky loptičky. Pretekár môže vždy bežať iba s jednou loptičkou. Disciplína začína štartovým povelom a končí, akonáhle pretekár vloží do vedra poslednú loptičku. Disciplína sa vykonáva 1 krát.

Pokyny pre trénerov:

Na dostatočne veľkom priestore vyznačíme pomocou vymedzovacích kužeľov alebo klobúčikov bežecký ovál pre túto disciplínu, vid' obrázok. Štartová čiara je na úrovni vedra s loptičkami (3/6 loptičiek podľa veku pretekára, loptičky môžu byť rôzne, tenisové, florbalové, papierové, atď.), 2 m vzad je umiestnené prázdne vedro. Preteky končia, keď pretekár vloží poslednú loptičku do vedra. Dávajte pozor, aby sa pretekárom nešmykalo, lebo to negatívne vplýva na úroveň dosiahnutého výkonu. Dbajte taktiež na to, aby pretekár vždy bežal iba s jednou loptičkou. Čas meriame s presnosťou na 0,1 s. Je vhodné vykonať správnu ukážku pretekárom a vysvetliť im správne vykonanie disciplíny.

