

SOUTĚŽNÍ HRY VŠESTRANNOSTI „DĚTI NA STARTU“

Vyhlašovatel: Fit Studio Aerobiku Jany Boučkové z.s.

Termín konání: 12. 4. 2019

Zahájení her: Registrace 8:30h

Slavnostní zahájení v 9:00hod.

Místo konání: SC Železný Brod 468 22, Masarykova 500.

Soutěžní kategorie: PŘEDŠKOLÁCI, MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK

Soutěž je určena pro 6 členné týmy (3 dívky a 3 chlapce - není však podmínkou) ve dvou věkových kategoriích dle uvedených ročníků.

Věkové kategorie:

- **NADŠENCI:** ročníky 2015 (4 roky), 2014 (5 let), 2013(6 let),2012(7 let)
- **BOJOVNÍCI:** ročníky 2012 (7 let), 2011(8 let), 2010(9 let),2009(10 let)

Disciplíny:

1. HOD MEDICIMBALEM 1 kg
2. ČLUNKOVÝ BĚH 20m
3. VĚJÍŘOVÝ BĚH
4. RAKETA + MÍČEK slalom mezi kužely na vzdálenost 20m , kužely ve vzdálenosti 60cm od sebe.
5. PŘEKÁŽKOVÁ DRÁHA
6. HOD BADMINTONOVÝM KOŠÍČKEM
7. CVIČENÍ S TYČÍ určeno pro **BOJOVNÍKY**
MŠ- slalom mezi kužely na vzdálenost 10m , kužely ve vzdálenosti 60cm - pro **NADŠENCE**
8. SKOK Z MÍSTA
9. VÍČKA
10. KUŽELKY / KOULENÍ

Obečné informace k soutěži:

Všechna stanoviště s disciplínami budou řádně označena, stejně tak jako zdravotní dozor, stanice s pitným režimem atd.

- Od 9:00hod je možné začít soutěžit na jednotlivých stanovištích s disciplínami.

Každý tým obdrží kartičku, na kterou mu rozhodčí u každé disciplíny napíše změřený čas nebo délku. Po absolvování všech disciplín, je nutné kartičku odevzdat na určeném místě, v takzvaném cíli ke zpracování výsledků.

Čas, kdy se budou jednotlivá stanoviště s danou disciplínou uzavírat bude upřesněn na začátku soutěže dle počtu přihlášených, nebo moderátorem během soutěže.

Disciplíny a hodnotící kritéria:

- Hod medicinbalem: týmu měříme společnou délku (kam dohodí předchozí člen týmu, tam začíná házet další člen, atd.) **Výsledek součet vzdálenosti.**
- Člunkový běh: týmu měříme čas/ jedná se o běh od kuželky ke kuželce 10m tam a 10m zpět.
- Vějířový běh: týmu měříme čas/ jedná o běh ke třem různě vzdáleným kuželkám, kdy jeden z členů týmu postupně umístí kroužek na kuželku (zleva doprava) a druhý postupně kroužky odebírá (zleva doprava).
- Slalom: týmu měříme čas/ první část slalomu posouváme míček raketou na líný tenis po zemi a na konci dráhy vezmeme molitanový míček do ruky a běžíme slalomem zpět...Děti si předávají raketu i míček.
- Překážková dráha: měříme čas/ **lavička**- přeběhnout, **žíněnka**-kotoul vpřed, **lavička**-6x vyskočit na lavičku, kdy je cvičenec ve vzporu a lavičku má mezi nohama, ruce na lavičce (vyskočí nohama na lavičku, seskočí a posune ruce), **žíněnka**- válení sudů 6x převal, **koordinační žebřík**-skoky nožné .
- Hod košíčkem na badminton, výška koše 1,5m (lze sestavit z 3-4 ks krabic od banánů: každý má 5 pokusů/ vzdálenost 3m. **Výsledek součet bodů(umístěných košíčků v krabici).**
- Cvičení s tyčí: tyč nad hlavou, hluboký předklon, překroč tyč vpřed, sed, kolébka a protáhneme nohy zpět, tyč opět před tělem a stoj, předáme tyč dalšímu...Kdo tyč pustí, opakuje cvik znovu.
- Skok z místa: sčítáme vzdálenost všech skoků / každý jeden pokus
- Víčka: měříme čas/ co nejrychleji musíme vyplnit obrys kruhu o průměru 60cm víčky (víčka nosíme po jednom kuse v každé ruce)

- Koulení: snažíme se dokoulet tenisáky na dané místo v délce 10m (každý má dva tenisáky v P,LR), člen týmu se vrací na své místo a vybíhá další člen týmu, který tenisáky koulí zpět. Postupně se takto vystřídá každý člen týmu.

Závazné přihlášky:

Název školy, školky.....

Třída.....

Kategorie: (nehodící škrtni)

NADŠENCI

BOJOVNÍCI

Vlastní název týmu:

Přihlášky zašlete na adresu bouckova@tfnet.cz. Více info na tel.č. 602 252 677

Partneři akce:



Časový program bude upřesněn dle přihlášek (jména účastníků lze doplnit na místě), akce by měla být ukončena do 13h.



FITSTUDIO SPORTOVNÍCH AKTIVIT
Železný Brod | Semily

Vyhlášení výsledků proběhne bezprostředně po skončení soutěže.

Každý účastník obdrží účastnický list, drobné dárky, diplom a medaile nebo poháry získají týmy na 1. - 4. místě.

Děkujeme, že děti přijdou soutěžit v tričkách DĚTI NA STARTU.