

SOUTĚŽNÍ HRY VŠESTRANNOSTI „DĚTI NA STARTU“

Vyhlašovatel: Fit Studio Aerobiku Jany Boučkové z.s.

Termín konání: 12. 04. 2019

Zahájení her: Registrace 8:30

Slavnostní zahájení v 9:00

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

Soutěžní kategorie: PŘEDŠKOLÁCI, MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK

Soutěž je určena pro 6členné 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

Obecné 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, **koordinální žebřík** - skoky nožné.
- Hod košíčkem na badminton, výška koše 1,5 m (lze sestavit z 3-4 ks krabic od banánů: každý má 5 pokusů / vzdálenost 3 m. **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 obruče 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 fitstudiojbouckove@gmail.com. Více info na tel. č. 734 488 709

Partneři akce:



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

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.