



# SPORT TEHETSÉGPROGRAM 2022-23

CSONGRÁD MEGYEI TEREMATLÉTIKA  
DIÁKOLIMPIA DÖNTŐ

## VERSENYKIÍRÁS

<b>Verseny rendezője</b>	Fogyatékosok Országos Diák- és Szabadidősport Szövetsége Csongrád Megyei Fogyatékkal Élők Sportegyesülete
<b>Szakmai megvalósító</b>	Szeged és Térsége Bárczi Gusztáv Ált.Isk.,Óvoda, és Ped. Szakszolgálat Csongrád Megyei Fogyatékkal Élők Sportegyesülete
<b>Helyszín, időpont</b>	<b>2022. november 15. Szegedi József Attila Általános Iskolája és Szakiskolája</b> 6723 Szeged, Gyík u. 3.
<b>Korosztályok (Fiú – lány)</b>	<b><i>I. kcs 2013-01.01.-2017.12.31.-ben születettek</i></b> <b><i>II. kcs 2011.01.01.-2012.12.31.-ben születettek</i></b>
<b>Kategóriák</b>	Tanulásban akadályozott Hallássérültek
<b>Versenyszámok</b>	1. 30 m futás 2. 1 kg-os medicinlabda dobása előre 3. Helyből távolugrás 4. Szivacslabda dobása helyből 5. 4x 200 m váltófutás
<b>Igazolás, regisztráció</b>	A versenyzők, diák- és szabadidő sportolók regisztrációja a <b><u><a href="http://www.fodisz.hu">www.fodisz.hu</a></u></b> oldalon, a VESPA rendszeren történik.
<b>Díjazás</b>	Versenyszámok egyéni I.- III. helyezettei érem; Összetett egyéni I.-III. helyezett trófea; Összesített csapatverseny I.-III. helyezettek trófea. Az összesítés az iskolák/megyei csapatok által megszerzett egyéni I. – VI. helyezéseknek és a csapat váltóban elért eredménye alapján egy megfelelő ponttáblázat alapján történik. (I.-7; II.-5; III.-4; IV.-3; V.-2; VI.-1 pont)  I.-II. helyezett tovább jut az országos döntőbe.

**Nevezési határidő  
Nevezés**

**Nevezési határidő: 2021. november. 8. 24- óráig.**

**A diákolimpia versenyekre nevezni a FODISZ VESPA rendszerben kell!**

**Nevezéssel kapcsolatos információ:  
Patkós Győző, patkosgyozo@freemail.hu**

**Információ**

**Lebonyolítással kapcsolatos információ. Erdeiné Domonkos Anikó  
erdeineaniko@gmail.com címen kérhető!**

**Költségek**

A versennyel kapcsolatos rendezési-díjazási költségeket a rendező biztosítja. Az utazási, szállás és egyéb költségek a résztvevőket terhelik.

**Egyéb**

- Kérünk minden csapatot, hogy a versenyzők TAJ kártyáját és diákigazolványát hozzák magukkal! A diákigazolványokat a versenyirodán jelentkezéskor szíveskedjenek bemutatni!
- A diákolimpián a versenyzők saját felszerelésüket használhatják, **követelmény a sportágnak megfelelő sportruházat.**
- **Minden induló versenyzőnek érvényes orvosi (iskolaorvosi) igazolással kell rendelkeznie.**
- A versenybíróssággal kizárólag a csapatvezető tarthat kapcsolatot.
- Az elveszett értéktárgyakért, felszerelésért a rendezőség felelősséget nem vállal.
- A versenykiírásban a változtatás jogát fenntartjuk.
- Mindenkinnek sikeres versenyzést kívánunk.

**A verseny  
tervezett  
időbeosztása**

**08.30-ig** Csapatok, versenyzők beérkezése, nevezések ellenőrzése  
**08.45** Technikai értekezlet  
**09.00** Megnyitó  
**09.15-09.45** 30 m síkfutás  
**09.45-10.30** Medicinlabda dobása előre  
**10.30-11.10** Helyből távolugrás  
**11.10-12.00** Szivacs labda dobása helyből  
**12.10-12.50** 4x200 m vegyes váltó  
**13.00** Eredményhirdetés

## **Alapvető szabályok**

### **Alapvető szabályok**

#### **30 m-es futás:**

- Csak a kijelölt pályán lehet futni.
- Az indító bíró „rajthoz-vigyázz” vezényszavai után az indító jelre (indítócsapó) lehet, álló helyzetből elindulni.
- Szabálytalan rajt esetén hosszú sípszó jelzi a futam leállítását.
- A rajtnál mindkét lábnak a rajtvonal mögött kell lenni.

#### **Kizárásra kerül az a versenyző:**

- aki kétszeri szabálytalan rajtot vét;
- aki kijelölt pályáját elhagyja és akadályozza társait;
- aki a célvonalon nem halad át;
- sportszerűtlen magatartást tanúsít;

#### **Medicinlabda dobása előre:**

- Álló helyzetből.
- Eldobáskor mindkét lábnak a dobóvonal mögött kell lenni a talajon, de a labda elengedése után megengedett az előrelépés.
- A labdát két kézzel fogva, láb közötti lendületvétellel lehet mozgásba hozni.
- I. korcsoportosok 1kg-os, II. korcsoportosok 2 kg-os medicinlabdával dobnak.
- Egy versenyzőnek 1 bemelegítő és 3 mért dobásra van lehetősége.

#### **Érvénytelen dobásnak minősül:**

- Ha a versenyző a versenybíró engedélye nélkül végzi el a dobást.
- Ha a dobás előtt, lába becsúszik a dobóvonalon belülre vagy felemelkedik a talajról.
- Ha a labdát nem két kézzel fogja a dobáskor.
- Ha a labda a dobószektort elhagyja leérkezés előtt.

#### **Szivacslabda dobása helyből:**

- Csak két lábon álló helyzetből lehet egy kézzel a labdát eldobni.
- Dobás alatt mindkét lábnak a dobóvonal mögött kell lennie, a labda elengedése után az előre lépés engedélyezett.
- A szektoron belül kell a labdának a talajt érintenie.
- 1 bemelegítő és 3 mért dobása van 1 versenyzőnek.

#### **Érvénytelen dobásnak minősül:**

- Ha a versenyző a versenybíró engedélye nélkül dobja el a labdát.
- Ha a dobás alatt (a labda elengedése előtt) a versenyző lába becsúszik a vonalon belülre, vagy belép, vagy egyik lába emelkedik talajról.
- Nem egy kézzel dobja el a labdát.
- Szektoron kívülre esik a labda.

### **Helyből távolugrás:**

- Az elugró vonal mögül két lábról kell az ugrást megkezdeni.
- Az elugró vonalhoz legközelebbi talajérintésnél kell az ugrás hosszát mérni.
- Érkezéskor mindkét lábnak érinteni kell a talajt.
- Az ugróhelyet előre felé lehet elhagyni.

Érvénytelen ugrásnak minősül:

- Ha a versenybíró engedélye nélkül ugrik.
- Ha a versenyző nem az elugró vonal mögül kezdi meg ugrását.
- Ha nem két lábról indítja a mozgását.
- Ha elugrás után nem a lába érinti először a talajt.
- Ha a versenyző az elugró vonal felé visszalépve hagyja el a színhelyet.

### **4x200 m vegyes váltó:**

- A váltó tagjai egy-egy I. korcsoportos és egy-egy II. korcsoportos leány és fiú.

- Az indulás és váltás sorrendjét a csapatok határozzák meg.

- A rajtvonal mögül, egymás mellé felállított versenyzőkkel, álló rajttal indítják a futamokat.

- A „rajthoz” vezényszó után az indító jelre (indító csapó)rajtol a futam, de szabálytalan rajt

esetén az indítóbíró hosszú sípszóval jelzi a futam érvénytelenítését.

- A rajt után minden versenyző törekedhet az ideális pozíció megszerzésére a másik

versenyző akadályozása nélkül.

- A pálya előre kibővízett vonal mentén felel meg a táv hosszának.

- Váltásnál az előrébb lévő csapat váltótársa kerül az ideálisabb pozícióba.

- Váltás kézráütéssel, kézérintéssel.

- Váltás után törekedni kell arra, hogy a másik csapat (csapatok) versenyzőit ne zavarják a

versenyzésben.

- A futóváltó versenyszám akkor ér véget egy csapatnak, ha a 4. versenyző áthaladt a

célvonalon.

Kizárásra kerül a váltó:

- Ha kétszer vét a rajtszabályok ellen.

- Ha a váltó valamelyik tagja szándékosan akadályozza versenytársát a rajtnál, a

váltásnál vagy a futás ideje alatt.

- Ha a csapat bármely tagja elhagyja (lerövidíti) a kijelölt pályát.

- Szabálytalan váltás esetén.

- Ha a csapat 4. tagja (befutó) nem halad át a célvonalon.

**A verseny állami  
támogatói**

Magyar Olimpiai Bizottság  
Emberi Erőforrások Minisztériuma  
KLIK

**A verseny  
támogatói**

·  
FÉCSOM SE

Szeged 2022-10-25

Vajtó Richárd  
FODISZ Országos Versenyigazgató

Patkós Győző  
FODISZ Csongrád Megyei Versenyigazgató