



SPORT TEHETSÉGPROGRAM 2022

ORSZÁGOS TEREMATLÉTIKA DIÁKOLIMPIA
ÉS TEHETSÉGGKUTATÓ VERSENY

VERSENYKIÍRÁS

**Verseny
rendezője és
szakmai
megvalósítója**

Fogyatékosok Országos Diák-, Verseny- és Szabadidősport Szövetsége

**Helyszín,
időpont**

**Soroksári Sportcsarnok
1238 Budapest, Szentlőrinci út 2.
2022. december 1. 09:30**

**Korosztályok
(Fiú – lány)**

I. kcs 2013-ben vagy később születettek
II. kcs 2011-2012-ban születettek

Kategória

Tanulásban akadályozott diákok. A megyei összetett versenyek 1-2. helyezettjei jutnak az országos döntőbe (megyénként maximum 8 fő).

Versenyszámok

1. 30 m futás
2. 1 kg-os medicinlabda dobása előre
3. Helyből távolugrás
4. Szivacs labda dobása helyből
5. 4x 200 m váltófutás

Díjazás

Versenyszámok I-III. helyezettjei egyéni érem;
Összetett versenyszámok (váltófutás) I.-III. helyezettjei egyéni érem;

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)

Továbbjutás

A verseny továbbjutásos rendszerű. A verseny összetett, a versenyzőnek valamennyi egyéni számban indulnia kell. Az országos döntőbe a megyei összetett eredmények alapján, nemenként és korcsoportonként a verseny 1-2. helyezettjei jutnak.

**Nevezési
határidő**

2022. november 25. 12:00

Nevezés

**A versenyre nevezni a FODISZ VESPA rendszerében kell az intézményi
VESPA felelősnek.**

**Azon megyék, ahol nem tartottak megyei selejtezőt, a megyei
versenyigazgatónak van jogosultsága összeállítani a „megye
válogatottat”!**

Nevezéssel kapcsolatos információ:

Vajtó Richárd

Email: versenyigazgato@fodisz.hu

Költségek

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

Egyéb

- Minden csapat, vagy nevező, a verseny kezdése előtt köteles a versenyirodán jelezni indulási szándékát
- 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 nem érintett kérdésekben a központi versenykiírásában meghatározott általános szabályok az irányadók
- A versenykiírás változtatásának jogát fenntartjuk
- Mindenkinek sikeres versenyzést kívánunk

A verseny tervezett időbeosztása

09.15-ig	Csapatok, versenyzők beérkezése, nevezések ellenőrzése
09.30	Megnyitó
09.40	Technikai értekezlet
09.45-10.15	30 m síkfutás
10.15-11.00	Medicinlabda dobása előre
11.00-11.40	Helyből távolugrás
11.40-12.30	Szivacslabda dobása helyből
12.30-13.00	4x200 m vegyes váltó
13.15	Eredményhirdetés

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 történik
- 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 belülré 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 belülré, vagy belép, vagy egyik lába emelkedik talajról
- Nem egy kézzel dobja el a labdát
- Szektoron kívülre esik a labda

Helyből távolugrás:

- Az elugró vonal mögöl 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 mögöl 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 kibójázott 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