



SPORT TEHETSÉGPROGRAM 2016

ORSZÁGOS TEREMATLÉTIKA
DIÁKOLIMPIA
ÉS TEHETSÉGKUTATÓ VERSENY

VERSENYKIÍRÁS

**Verseny rendezője
és szakmai
megvalósítója**

Fogyatékosok Országos Diák- és Szabadidősport Szövetsége

Helyszín, időpont

**Wekerle Sándor Szabadidőközpont
8060 Mór, Táncsics M. u. 25.
2016. március 5. 11:00**

**Korosztályok
(Fiú – lány)**

I. kcs 2006-ban vagy később születettek
II. kcs 2004-2005-ben születettek

Kategória

Tanulásban akadályozott diákok

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

**Igazolás,
regisztráció**

A versenyzők, diák sportolók regisztrációja a www.fodisz.hu oldalon.

Díjazás

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)

Nevezési határidő

2016. március 1. 24:00

**Nevezés és
információ**

A diákolimpia versenyekre nevezni a FODISZ VESPA rendszerben kell!

Nevezéssel kapcsolatos információ:

Kapás Róbert országos versenyigazgató

Tel: 20-555-0100, 70-370-4734, Email: kapas.robert@fodisz.hu

Költségek

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

Egyéb

- A versenyen a résztvevők számára étkezést biztosítunk.
- 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 versenykiírásban a változtatás jogát fenntartjuk.
- Mindenkinek sikeres versenyzést kívánunk.

A verseny tervezett időbeosztása	11.30-ig	Csapatok, versenyzők beérkezése, nevezések ellenőrzése
	11.45	Technikai értekezlet
	12.00	Megnyitó
	12.15-12.45	30 m síkfutás
	12.45-13.30	Medicinlabda dobása előre
	13.30-14.10	Helyből távolugrás
	14.10-15.00	Szivacslabda dobása helyből
	15.10-15.50	4x200 m vegyes váltó
	16.00	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.
- 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.

Szivacs labda 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 mögöl, 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.

2016. január 25.

Fogyatékosok Országos Diák- és Szabadidősport
Szövetsége