



# SPORT TEHETSÉGPROGRAM 2021

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.  
2021. december 2. 09:30**

**Korosztályok  
(Fiú – lány)**

I. kcs 2012-ben vagy később  
születettek  
II. kcs 2010-2011-ban születettek

**Kategória**

Tanulásban akadályozott diákok. A regionális összetett versenyek 1-2. helyezettjei jutnak az országos döntőbe (régióként 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

**Igazolás,  
regisztráció**

A versenyzők, diák sportolók regisztrációja a [www.vespa.fodisz.hu](http://www.vespa.fodisz.hu) oldalon.

**Díjazás**

Versenyszámok egyéni I.- III. helyezettjei érem;  
Összetett egyéni I.-III. helyezett serleg;  
Összesített csapatverseny I.-III. helyezettek serleg.

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 regionális összetett eredmények alapján, nemenként és korcsoportonként a verseny 1-2. helyezettjei jutnak.

**Nevezési  
határidő**

**2021. november 26. 10:00**

**Nevezés**

**A versenyre való nevezés a FODISZ VESPA rendszeren keresztül automatikusan történik a megyei verseny jegyzőkönyvében szereplő eredmények alapján.**

**Nevezéssel kapcsolatos információ:**  
**Vajtó Richárd**  
**Tel: 06 70-370-4731, 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
  - 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 versenykiírás változtatásának jogát fenntartjuk
  - Mindenkinek sikeres versenyzést kívánunk

<b>A verseny tervezett időbeosztása</b>	<b>09.15-ig</b>	Csapatok, versenyzők beérkezése, nevezések ellenőrzése
	<b>09.30</b>	Megnyitó
	<b>09.40</b>	Technikai értekezlet
	<b>09.45-10.15</b>	30 m síkfutás
	<b>10.15-11.00</b>	Medicinlabda dobása előre
	<b>11.00-11.40</b>	Helyből távolugrás
	<b>11.40-12.30</b>	Szivacslabda dobása helyből
	<b>12.30-13.00</b>	4x200 m vegyes váltó
<b>13.15</b>	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.

**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 elemelkedik 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 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.

2021. november 01.