

**SPORT TEHETSÉGPROGRAM 2019**

**ORSZÁGOS TEREMATLÉTIKA DIÁKOLIMPIA**

**ÉS TEHETSÉGKUTATÓ VERSENY**

**VERSENYKIÍRÁS**

|  |  |
| --- | --- |
| **Verseny rendezője és szakmai megvalósítója** | Fogyatékosok Országos Diák-, Verseny- és Szabadidősport Szövetsége |
|  |  |
| **Helyszín,időpont** | **Soroksári Sportcsarnok****1238 Budapest, Szentlőrinci út 2.****2019. december 5. 09:30** |
| **Korosztályok****(Fiú – lány)** | I. kcs. - 2010-ben vagy később születettekII. kcs. - 2008-2009-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. Szivacslabda dobása helyből
5. 4x 200 m váltófutás
 |
| **Igazolás, regisztráció** | A versenyzők, diák sportolók regisztrációja a 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 megfelelő̋ ponttáblázat alapján történik. (I.-7; II.-5; III.-4; IV.-3; V.-2; VI.-1 pont)  |
| **Nevezési határidő****Nevezés** | **2019. november 21. 23:00****A versenyre való nevezés a FODISZ VESPA rendszeren keresztül automatikusan történik a megyei verseny jegyzőkönyvében szereplő eredmények alapján.****Nevezéssel kapcsolatos információ:****Vajtó Richárd országos versenyigazgató****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 versenybírósággal 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 irányadóak
* 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.
* 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 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.

2019. november 14. |
|  |
|  | Fogyatékosok Országos Diák-, Verseny- és Szabadidősport Szövetsége |