

# Športové podujatie žiakov ZŠ „Mikulášske stretnutie“

## 7. ročník projektu Petržalka v pohybe 2015/16

(Organizačné zabezpečenie pohybových súťaží pre žiakov 3. a 4. ročníka základných škôl)

Termín: 04. december 2015

Čas konania: 09:30 – 11:45 h

Miesto: Športová hala na Prokofievovej ul. v mestskej časti Bratislava-Petržalka

Účastníci: 144 žiakov, 24 vedúcich, 12 dobrovoľných organizátorov

Družstvo: 12 žiakov 3. a 4. ročníka ZŠ, narodení 1.9.2005 a mladší, 2 vedúci krúžku

Organizátor: Mestská časť Bratislava-Petržalka, odd. školstva a športu

Zodpovedný: R. Schnürmacher

Spoluorganizátor: Školský športový klub B.S.C. Bratislava, Kultúrne zariadenia Petržalky, o.z. Zober loptu, nie drogy,

Ozvučenie haly: Kultúrne zariadenia Petržalky

Moderátor: M. Platznerová R. Schnürmacher

### Program :

09:00 – 09:20	Zraz účastníkov a príprava na súťažné disciplíny
09:20 – 09:30	Rozcvičenie pod vedením vedúcich skupín a kapitánov
09:30 – 09:35	Otvorenie a privítanie účastníkov
09:35 – 10:15	Súťaže I. časť - vid' príloha
10:15 – 10:20	- Prestávka, vložený program: <u>Exhibícia</u> členov klubu JUDO na ZŠ Nobelovo nám.
	občerstvenie Zober Loptu, nie drogy + Mikuláš s čertom
10:20 – 11:30	Súťaže II. časť – vid' príloha
11:30 – 11:45	Vyhodnotenie a ukončenie

### Časový rozpis

#### 09:00 – 09:20 h

- prezliekanie detí na športové súťaže – vedúci skupín
- evidencia účastníkov stretnutia – vedúci skupín , prezenčná listina,
- odovzdanie sady tričiek – zástupca ZLND
- privítanie hostí a vystupujúcich – organizátori

#### 09:20 – 09:30 h

- rozcvičenie súťažiacich detí pod vedúci skupín

#### 09:30 – 09:35

- Privítanie starostu MČ a ďalších hostí
- Príhovor starostu
- Príhovory hostí

#### 09:35 – 10:10

- Zoradenie družstiev do súťažného tvaru za kapitánov
- príprava na štart súťaží
- súťaže podľa programu ( príloha č. 1 )

#### 10:10 – 10:20

- Prestávka:
- Exhibícia členov krúžku JUDO na ZŠ Nobelovo nám.
- občerstvenie od Zober Loptu, o.z. (malá sála) – vyzve moderátor

### **10:20 – 11:30**

- súťaže vo vybíjanej (príloha č.2)
- na 3 ihriskách zohrajú medzi sebou zápasy vo vybíjanej po 4 družstvá tak, aby každé zohralo dve stretnutia bez vyhodnotenia poradia:
- rozpis zápasov – 1 proti 2, 3 proti 4, víťaz 1-2 proti víťaz 3-4, porazený 1-2 proti porazený 3-4.
- 2 rozhodcovia na každé ihrisko
- usmerňovanie hry v zmysle a duchu pravidiel
- jednotné lopty (dodané v setoch)

### **Rozpis skupín na vybíjanú**

#### **Skupina na 1. ihrisku**

1. ZŠ Turnianska
2. ZŠ Vývojová
3. ZŠ Budatínska
4. ZŠ Černyševského

#### **Skupina na 2. ihrisku**

1. ZŠ Dudova
2. ZŠ Gessayova
3. ZŠ Holíčska
4. ZŠ Lachova

#### **Skupina na 3. ihrisku**

1. ZŠ Nobelovo
2. ZŠ Pankúchova
3. ZŠ Prokofievova
4. ZŠ Tupolevova

### **11:30 – 11:45**

#### **Vyhodnotenie**

Všetci účastníci dostanú pre svoje školy sety športového náčinia a sladké odmeny

#### **Ukončenie**

rozlúčka s účastníkmi a pozvanie pre školy na Veľkonočné stretnutie 1. apríla 2016.

V Bratislave 22.10.2015

Vypracoval: Dr. R. Schnürmacher, odborný zamestnanec oddelenia školstva a športu

## I. časť

Pohybové súťaže

	Názov súťaže	Popis a pravidlá	Materiálne zabezpečenie
1.	Štafetový beh s loptou	Člnkový štafetový beh kde každý člen družstva prebehne svoju trať so švihadlom v rukách tak, že <b>beží preskakujúc švihadlo</b> k prvej méte, vráti sa k štartovej méte, ďalej beží k druhej méte, obehne ju a vracia sa k štartovej méte, beží k tretej méte, obehne ju a beží odovzdať štafetu k štartovej méte tak, že po návrate do cieľa odovzdá švihadlo nasledujúcemu súťažiacemu.	2 x kužeľ 1 x medicinbal 1 x švihadlo (2 m)
2.	Jednoduchá prekážková dráha	Štafetové preteky s prekonávaním prekážok na trati. Prekážky – 3 m od štartu – gym. kruh – obehnúť, 5 m od štartu – rýchle nohy – frekvenčný rebrík – prebehnúť, 10 m od štartu – preskok prekážky z dvoch kužeľov a priečky, 12 m – vezmi medicinbal, prebehni s ním k méte – gym. kruhu, obehni métu a vráť medicinbal na pôvodné miesto. Po ceste späť opäť opakuj všetky činnosti – preskok, rýchle nohy a obeh gym. kruhu a odovzdaj štafetu nasledujúcemu	2 x kužele s priečkou 1 x frekvenčný rebrík 1 x medicinbal 1 x gymn. kruh
3.	Štafetové prihrávky rôznymi loptami	Členovia družstva sa rozostúpia na vzdialenosť 2 m. Na štartovej čiare stojí prvý člen družstva, ostatní nasledujú po dĺžke celej plochy. Prvý člen družstva má k dispozícii 5 rôznych typov lôpt mimo siete. Vyberie prvú – loptu a prihráva ju svojmu spoluhráčovi, ten ju posúva ďalej, až kým lopta neprejde k poslednému členovi družstva. Ten potom loptu prihráva rovnakým spôsobom späť. Keď sa lopta dostane až naspäť k prvému členovi družstva, ten ju položí do siete na lopty a vezme ďalšiu loptu, ktorá putuje rovnakým spôsobom, až kým sa nevráti naspäť. Družstvo súťaž končí v momente, keď sa do siete vráti posledná lopta.	5 rôznych lôpt (minibasketbal, futbal, penová, gumená, biela vybijaná).
4.	Hod loptou na cieľ	Dvaja členovia družstva sú „chytači“ Ich úlohou je chytiť loptu do svojej siete, ktorú držia vo vzduchu. Ostatných 10 hráčov sú „triafači“. Ich úloha je hodiť loptu tak, aby trafili do siete a lopta sa nesmie dotknúť podlahy. Vzdialenosť medzi „triafačmi“ a „chytačmi“ je 5 metrov, označená 2 kužeľmi s priečkou pri chytačoch a odhodovovú čiarou na palubovke pre triafačov. Každý člen družstva má dva hody a má trafiť basketbalovou a penovou loptou do siete na lopty. Za každý úspešný pokus, ktorý „chytači“ chytia do siete získa „triafač“ pre svoje družstvo jeden bod. Celkove môže teda získať 2 body. Spolu môže družstvo získať 20 bodov. Výsledok zahlásia kapitáni	1 x terč – sieť na lopty 1 x minibasketbalová lopta 1 x penová lopta

## II. časť

### Vybíjaná

#### **Pravidlá vybíjanej pre stretnutia skupín pohybovej prípravy projektu Petržalka v pohybe**

1. Počet hráčov v poli: 11 + 1 kapitán (je za koncovou čiarou ihriska oproti svojmu družstvu)
2. Dĺžka zápasu: 10 min, resp. do vybitia všetkých hráčov v družstve (meria sa časomerom)
3. Ihrisko – 12 x 6 m
4. Pravidlá hry:
  - hru začína vždy kapitán prehodom s členmi družstva za stredovou čiarou
  - lopta je stále nabitá (súperovho hráča môže družstvo kedykoľvek vybiť)
  - vybíjať môže každý hráč v poli, ale aj vybitý hráč za postrannou čiarou a tiež kapitán
  - hráč s loptou nemôže robiť kroky, musí zostať na mieste, kde získal loptu
  - hráč s loptou môže prihrať spoluhráčovi v poli, môžu si však prihrať max. 3 prihrávky (vrátane s kapitánom aj s vybitými hráčmi), potom sa musia pokúsiť vybiť súpera
  - hráč je vybitý ak ho lopta zasiahne priamo z ruky súpera a potom spadne na zem
  - hráč je vybitý aj ak sa uhýba pred loptou a urobí „prešľap“ za čiaru ihriska
  - vybitý hráč opustí plochu cez najbližšiu postrannú čiaru a môže sa po obvode svojej polovice ihriska ľubovoľne pohybovať a zapájať do hry
5. Zvíťazí družstvo, ktorému sa podarí vybiť viac hráčov súpera, resp. všetkých vrátane kapitána
6. Ak je počet vybitých hráčov rovnaký, zvíťazí to družstvo, ktoré má po uplynutí času hry loptu v držaní.