

GIMNASTIKA – Športni izziv

Gimnastični poligon, 2. triletje OŠ

Organizatorja

Zavod za šport RS Planica in Gimnastična zveza Slovenije

Informacije: Gimnastična zveza Slovenije, Koprška 29, 1000 Ljubljana

tel.: 01 256 66 22, 040 256 661, faks: 01 256 66 26

e-pošta: info@gimnasticna-zveza.si

Koordinator: Aleksander Šajn

e-pošta: aleksander.sajn@guest.arnes.si

telefon: 041 901 328

Obdobje tekmovanja

17. 03. 2021 do 10. 05. 2021

Izziv se opravlja v skladu z veljavnimi epidemiološkimi ukrepi znotraj dovoljenih skupin, ki se lahko v tistem obdobju združujejo!

Tekmovalne stopnje

Tekmovanje se odvija na nivoju šole. Tekmujejo učenci in učenke rojeni 2009 – 2011.

Starostne kategorije

2. triletje OŠ

Udeležba v izzivu

Šola v izzivu sodeluje tako, da za posamezen razred oz. skupino športni pedagog vnese rezultat v aplikaciji Športni izziv - <https://izziv.sportmladih.net/> z uporabniškim računom, ki ga ima za vašo šolo. V primeru, da v aplikaciji račun športnega pedagoga šole ni povezan s šolo se prosimo obrnite na [sst@sport.si](mailto:ssst@sport.si).

Ekipa

Posamezna ekipa je sestavljena iz 5 učenk ali učencev in je lahko mešana glede na spol. Izziva se lahko udeleži neomejeno število ekip posameznega razreda ter šole, pri čemer lahko en učenec ali učenka v posameznem izzivu sodeluje le v eni ekipi.

Opis izvedbe - Gimnastični poligon

Učenci se razdelijo v skupine po 5 učenk oz. učencev. Ekipe so lahko tudi mešane glede na spol. Ekipni izziv v obliki štafetne igre skušajo opraviti v čim krajšem času. Učitelj skrbi za pravilno izvedbo zadanega izziva. Doseženi čas posamezne ekipe zabeleži in ga vnese v aplikacijo.

OPIS IZVEDBE IZZIVA:

Tek 3m, preval naprej čez doskočno blazino debeline 25cm (postavljena po širini), tek 3m, preval naprej čez doskočno blazino debeline 25cm (postavljena po širini), tek 2m do trde doskočne blazine (lahko takšne, ki so v dvoranah obešene na letvenike) in vezani trije skoki skrčeno na mestu. Tekmovalec se nato s trebuhom ob steno postavi v položaj opore na rokah (noge na zidu, roke na blazini) in se najprej z eno in nato drugo roko dotakne zidu. Po sestopu iz opore na rokah ponovi v obratni smeri naloge do izhodiščne točke ter se dotakne sotekmovalca. Izziv ponovi 5 tekmovalcev. Vsak nastopi v gosjem redu 2x (1 in 6, 2 in 7, 3 in 8, 4 in 9, 5 in 10). Konča se ko zadnji tekmovalec prečka izhodiščno črto. Dolžina proge od začetka do zidu je 13 metrov.

Povezava do izziva: <https://izziv.sportmladih.net/challenge/view/I5goiB>

Nagrade

V namen spodbujanja udeležbe bomo praktične nagrade žrebali izmed vseh prejetih rezultatov, oddanih s strani šol v aplikaciji Športni izziv pri posameznem izzivu.

Izžrebali bomo:

- 5 ekip (5 x majica Šport mladih – Športni izziv)
- 20 ekip (5 x svetilka Šport mladih)