

GIMNASTIKA – Športni izziv

Gimnastični poligon, 3. 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 2006 – 2008.

Starostne kategorije

3. 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, 2 vezana prevala naprej po dveh doskočnih blazinah debeline 5cm (postavljeni po dolžini 4m), tek 2m, preval naprej, skok stegnjeno z obratom za 180 stopinj, preval nazaj po dveh doskočnih blazinah debeline 5cm (postavljeni po dolžini 4m). 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/5dZzud>

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)