



# Region Slezská brána

Radniční náměstí 300, 739 34 Šenov, IČ 69609969



## Mistrovství školek Slezské brány 2019

**Termín akce: 16. 1. 2019 od 9:00 hodin**

**Cíl:** Sportovní vyžití dětí předškolního věku a jejich porovnání s ostatními předškoláky, které by mělo obohatit jejich sportovní život. Děti mají zároveň možnost si vyzkoušet sportovní disciplíny, které napomáhají jejich tělesnému rozvoji. Vzhledem k tomu, že se nejedná o individuální výkony, ale o výsledky celého týmu, zasoutěží si žáci společně s dalšími kamarády, což by mělo upevnit jejich vzájemné společenské vazby.

**Místo konání: Sportovní hala Raškovice**

**Soutěžící:** Družstvo tvoří 10 žáků ze školky. Na některých stanovištích soutěží všichni žáci, na některých jen 5 vybraných jedinců. Výsledky se sčítají, nebo se bere výsledek nejlepšího žáka, bude uvedeno vždy u každé disciplíny.

**Bodování disciplín:** Podle počtu školek bude u každé disciplíny bodování dle pořadí. Pokud bude 10 školek, bude za vítězství 10 bodů za druhé místo 9 bodů, za třetí místo 8 bodů atd. V případě rovnosti na nějakém místě se body přidělují stejně, tedy dva vítězové po 10 bodech, druhý 9 bodů atd.

Pokud bude počet soutěžících školek nižší nebo vyšší, zase se budou rozdělovat body, dle aktuálního počtu soutěžících školek.

**Program:**

1. Společné přivítání a nástup jednotlivých družstev
2. Vysvětlení jednotlivých disciplín a jejich následné plnění.
3. Vyhodnocení výsledků a předání cen.
4. Rozchod domů

**Jednotlivé disciplíny:** (pořadí disciplín se může změnit, nejsou zatím řazeny přesně za sebou, je také možné, že některé disciplíny se mohou změnit, mohou vypadnout nebo se nerealizovat, bude záležet na počtu přihlášených družstev)

1. **Slalom mezi kužely** – soutěží všichni žáci – bere se nejlepší čas jednotlivce.

Žáci běží na čas vymezenou dráhu mezi kužely postupně na pokyn startéra.

**2. Běh přes překážky** – soutěží všichni žáci – bere se nejlepší čas jednotlivce.

Žáci běží na čas vymezenou dráhu s překážkami, které musí přeskakovat, podlézat atd.

**3. Hod na cíl** – soutěží pět žáků – počítá se souhrn všech trefených košů

Pět žáků dostane po 4 míčích a budou trefovat koš, který bude stát na zemi ze vzdálenosti cca 3 – 4 metry, počítají se vstřelené koše a jejich součet.

**4. Hod na branku** – soutěží 5 žáků – žáci hází na přesnost do otvorů na brankáře. Musí trefit místo, kudy projde míček, hází se florbalovým míčem. Výsledkem je součet všech trefených míčů.

**5. Přitahy přes lavičku** – posilování – soutěží 5 žáků. Žáci překonávají lavičku, na které leží, pomocí přitahů obouruč. Vždy, když jeden žák dojede, jde další. Hodnotí se souhrnný výsledný čas všech žáků.

**6. Přeskoky přes lavičku** – soutěží 5 žáků – žáci skáčou pomocí rukou přes lavičku, musejí ji vždy přeskociť čtyřikrát, poté jede další žák. Stopuje se souhrnný čas všech žáků

**7. Přechod přes kladinu** – soutěží všichni žáci. Žáci musí přejít obrácenou lavičku – po kladině tak, aby nespadli. Jede se na čas. Počítají se pády a doteky země + 2 vteřiny. Čím méně, tím lépe.

**8. Vytrvalostní běh** – soutěží 5 žáků – žáci běží okruh cca 100 m - všichni najednou – hodnotí se čas nejrychlejšího

**9. Dřepy na čas** – soutěží 10 žáků – dohromady musí udělat 60 dřepů, které se počítají následně, kdy jeden žák dřepování skončí, jde tedy o součet dřepů. Příklad: jeden žák udělá 8 dřepů, druhý 5 dřepů, třetí 12 dřepů atd, až je jejich součet 100. Hodnotí se čas, za jakou dobu zvládnou dřepy udělat.

**10. Přenášení míčků na pálce** – soutěží 5 žáků – žáci přenášejí postupně z místa A do místa B míček na softtenisové pálce – míček je pěnový, počítá se, kolikrát jim míček spadne a výsledný čas. Za každý pád se přičítá 5 vteřin.

**11. Přeskoky snožmo s míčem** – soutěží 5 žáků – žáci musí snožmo pomocí přeskoků zvládnout určenou trasu. Jakmile jeden doskáče, vydává se na cestu druhý. Jde o výsledný čas. Za spadnutí míče se připočítávají 2 sekundy.

**12. Štafeta** – soutěží 10 žáků – žáci běhají z bodu A do bodu B, vždy si musí předat štafetový kolík. Počítá se celkový výsledný čas.

**13. Trakaře** – soutěží 6 žáků – jeden žák dělá trakař, druhý jej vede. Musí urazit danou vzdálenost – hodnotí se čas nejrychlejších.

**14. Skok v pytli** – soutěží 5 žáků, musí skákat z určeného bodu A do bodu B. Počítá se nejlepší čas.

**15. Chůdy** – soutěží 5 žáků – žáci se musí přemístit z bodu A do bodu B, jde o nejlepší čas.

**16. Hadí slalom** – soutěží všechny děti, chytanou se za ruce a musí překonat společně vymezenou dráhu – slalom – jde o čas. Pokud se děti pustí, nesmí pokračovat dále, dokud se zase nechytí všechny.

**17. Kopy na branku** – soutěží 5 žáků – kopou na florbalovou branku, počítá se počet trefených míčů

**18. Hod raketou** – hod na cíl. na přesnost do branky na kruhy, soutěží 5 žáků, počítají se trefené kruhy

**19. Bludiště** – soutěží 4 žáci – musí dostat do dvou minut všechny míčky do děr. Pokud bude lepší čas, než dvě minuty, vyhrává družstvo s nejnižším časem. Pokud to družstvo do dvou minut nestihne, píšou se dvě minuty.

Součet všech umístění v jednotlivých disciplínách nám prozradí vítěze. Čím je součet vyšší, tím lépe.

Přihlášky na akci je nutné potvrdit do **20.prosince 2018**, v případě potřeby zajištění dopravy kontaktujte prosím pana Lyska nejlépe obratem: tel. **Ing. Lysek: 602883789**