

## Mistrovství školek Slezské brány

**Termín akce:** 30. 1. 2018 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, 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)

**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.

**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 přeskocit 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 nepadli. Počítají se pády a doteky země. Čím méně, tím lépe.

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

**9. Dřepy na čas** – soutěží 10 žáků – dohromady musí udělat 100 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** – soutěží 5 žáků – žáci musí snožmo pomocí přeskoků zvládnout určenou trasu. Jakmile jeden doskáče, vydává se na cestu druhý. Jde o výsledný čas.

**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.

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