

**2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK**

Magyar Diáksport Szövetség Játékos Sportverseny Albizottsága 2013. július 15-én tartott munkabizottsági értekezletén kisorsolta a 2013/2014. tanévi feladatokat az új Játékgyűjteményből.

A feladatok a következők:

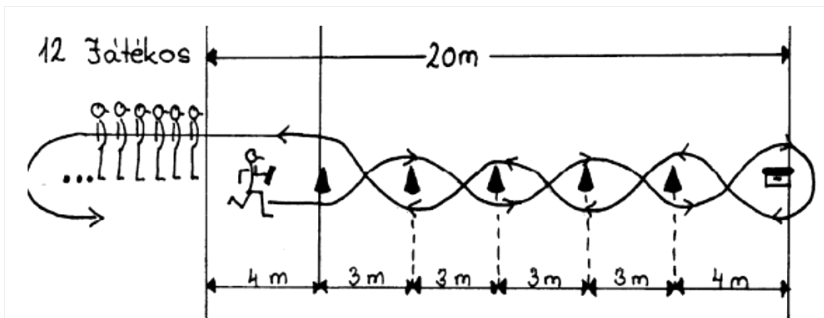
- | | |
|-----------------------------|-------------------------------|
| 1/2 – Futás váltóbottal | 1/3 – Társhordás karikával |
| 2/2 – Pókjárás-rákjárás | 2/3 – Talicska váltó |
| 3/1 – Akadálypálya | 3/3 – Gátakadály |
| 4/2 – Floorball-váltó | 4/3 – Labdás ügyességi váltó |
| 5/1 – Kötélhajtás | 5/2 – Várfoglaló |
| 6/1 – Labdahordás | 6/3 – Bújj, és karikában fuss |
| 7/1 – Karika kirakó | 7/2 – Kalapos váltó |
| 8/1 – Szlalomozz a labdával | 8/3 – Ügyeskedj a labdával |
| 9/2 – Akadályon át | 9/3 – Alagút-akadály |
| 10/1 – Kötélhúzás | 10/2 – Bombázó |

**2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK**

1/2 – FUTÁS VÁLTÓBOTTAL

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A pálya végén zsámoly van keresztben. A pályán 5 db bóját helyezünk el. Az első bója 4 m-re van a rajtvonaltól, a többi attól 3 méterenként helyezzük el. A 12 játékos a rajtvonal mögött, oszlopban helyezkedik el. A játékhoz 1 db váltóbotra van szükség.

A pálya rajza:



Szerek: 5 db bója, 1 db zsámoly, 1 db váltóbot.

A játék leírása: Indító jelre az első játékos oda-vissza szlalom futással halad. Visszafelé miután teljesítette a feladatot oszlopkerülés után a rajtvonal és az első bója közötti területen váltja társát. A következő játékos az induló vonal és az első bója közötti területen veheti át a váltó botot. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos váltóbottal a kezében a rajt-célvonalon áthalad.

Szabályok:

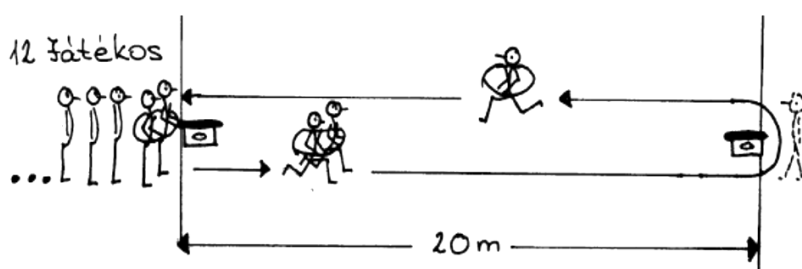
- Az utolsó bója és a zsámoly közötti területen is szlalomozni kell – hiba esetén: 2 sec. büntetés.
- Az oszlop kerületekor a versenyző a sor végébe nem kapaszkodhat, és a sor végén álló versenyző sem segítheti az oszlopkerülést – hiba esetén: 2 sec. büntetés.
- Váltózónán kívüli váltás esetén – váltási hiba: 1 sec büntetés.
- A váltóbot elejtése nem számít hibának.



1/3 – TÁRSHORDÁS KARIKÁVAL

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A pálya két végére egy-egy zsámolyt helyezünk el keresztben. A játékhoz 1 db tornakarikára van szükség. A csapat tagjai a rajtvonal mögött, oszlopban helyezkednek el. Az első két játékos derekukon egy karikával állnak, melyet kézzel tartanak.

A pálya rajza:



Szerek: 1 db tornakarika, 2 db zsámoly.

A játék leírása: Indító jelre az első két játékos karikába bújva átfutnak a pálya túloldalára. Amikor átlépi a pálya végén lévő vonalat, az egyik játékos kibújik a karikából, és ott marad. A másik zsámolykerülés után visszafut, szintén zsámolyt kerül, majd a harmadik játékos bebújik a karikába, ketten futnak a túloldalra, ott a második játékos bújik ki a karikából, és a harmadik játékos fut vissza. És így tovább. A játék akkor ér véget, amikor a csapat 11. játékosa a 12. embert átvízi a túloldalra.

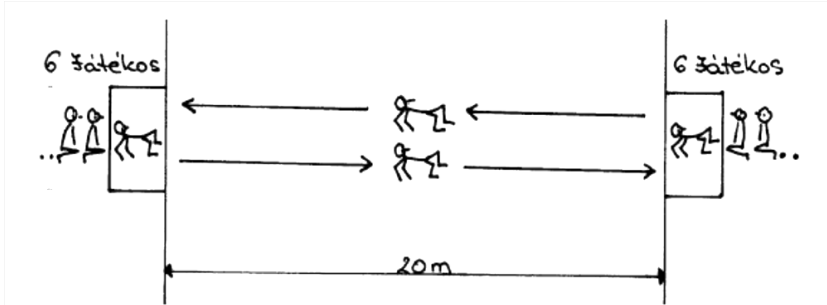
Szabályok:

- A karikának végig a derék és a váll vonala között kell lennie – hiba esetén – 2 sec. büntetés.
- Futás közben nem bújhatnak ki a karikából – hiba esetén – 2 sec. büntetés.
- A karikába bebújni csak a rajtvonal mögött lehet – váltási hiba – 1 sec. büntetés.
- A karikából kibújni csak a túloldali célvonal után lehet – váltási hiba – 1 sec. büntetés.

2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
2/2 – PÓKJÁRÁS - RÁKJÁRÁS

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A pálya két végére egy-egy 2 x 1 m-es tornaszőnyeget teszünk a vonalon kívülre. A csapat fele az egyik oldalon, a másik fele a másik oldalon helyezkedik el. Az induló ember a szőnyegen kiinduló helyzetben van.

A pálya rajza:



Szerek: 2 db szőnyeg.

A játék leírása: Indító jelre a kezdő játékos pókjárással halad a túloldalra. Lábbal érinti a szőnyeget, ezzel váltja társát, aki rákjárással halad vissza, és kézzel érinti a rajtoldali szőnyeget. Mindenki csak egyszer szerepel. Tehát vagy a pókjárást, vagy a rákjárást végez. A játék akkor ér véget, amikor a 12. ember rákjáráásban a rajtvonalnál lévő szőnyeget kézzel érinti.

Szabályok:

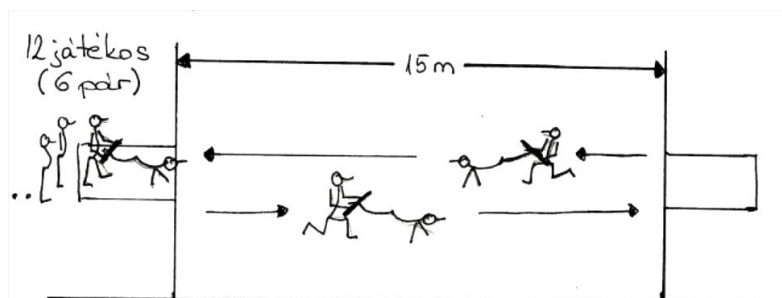
- Váltani csak szőnyegérintéssel szabad - váltási hiba - 1 sec. büntetés.
- A feladatot a játék jellegének megfelelő mozgással kell végrehajtani - hiba esetén - 2 sec. büntetés.
- Induláskor, mindkét oldalon, a kéz és a láb is a szőnyegen van – váltási hiba – 1 sec. büntetés.



2/3 – TALICSKAVÁLTÓ

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossz 15 m. A pálya két végére a vonalon kívülre egy-egy szőnyeget teszünk, hosszában. A játékhoz egy tornabotra van szükség. A csapat tagjai a szőnyeg mögött helyezkednek el párokban az induló oldalon. Az első páros a szőnyegen kiinduló helyzetben. Az egyik játékos talicska helyzetben van, mindkét keze a szőnyegen, lábát a társa által kézben tartott tornabotra teszi.

A pálya rajza:



Szerek: 1 db szőnyeg, 1 db tornabot.

A játék leírása: Indító jelre az első pár talicskázva halad a túloldalra, úgy hogy a talicskázó társ lába a tornaboton van. A talicskázó társ kézzel érinti a szőnyeget. Majd vissza szerep cserével a szőnyegről indulva végzik a feladatot. Visszaérkezve a talicskázó kézzel érinti a szőnyeget, a másik versenyző átadja a botot. Váltani csak a szőnyegen lehet. A játék akkor ér véget, amikor az utolsó páros talicskázó tagja visszafelé a szőnyeget kézzel érinti.

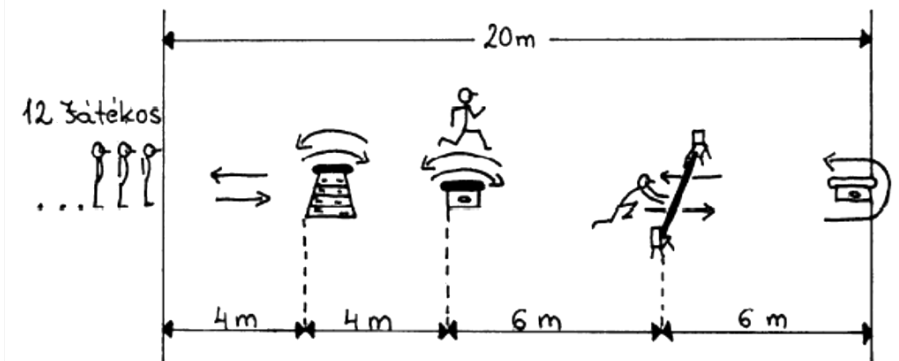
Szabályok:

- A feladatot csak a mozgás jellegének megfelelően lehet végezni – hiba esetén 2 sec.
- A talicskázó társ lábát megfogni nem lehet – hiba - esetén 2 sec.
- Induláskor mindkét tanuló a szőnyegen tartózkodik, cserénél is – váltási hiba – 1 sec. büntetés.
- Váltani csak a szőnyegen lehet – váltási hiba – 1 sec. büntetés.

**2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
3/1 – AKADÁLYPÁLYA**

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A rajtvonaltól 4 m-re egy 4 részes szekrényt teszünk keresztben. A szekrénytől 4 m-re egy zsámolyt helyezünk el keresztben. A zsámolytól 6 m-re két széket teszünk egymással szemben, melyre egy 2 m hosszú, 10 cm széles deszkalapot rakunk. A pálya végére zsámolyt teszünk keresztben. A 12 játékos a rajtvonal mögött helyezkedik el oszlopban.

A pálya rajza:



Szerek: 1 db 4 részes szekrény, 2 db zsámoly, 2 db szék, 1 db deszkalap.

A játék leírása: Indító jelre az első játékos tetszőleges módon átjut a szekrényen, tovább fut, átugrik a zsámoly fölött, átbújik az akadály alatt, majd megkerüli a zsámolyt. Visszafelé a teljes feladatot megismétli. Váltás kézráütéssel. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos a rajt-célvonalon áthalad.

Szabályok:

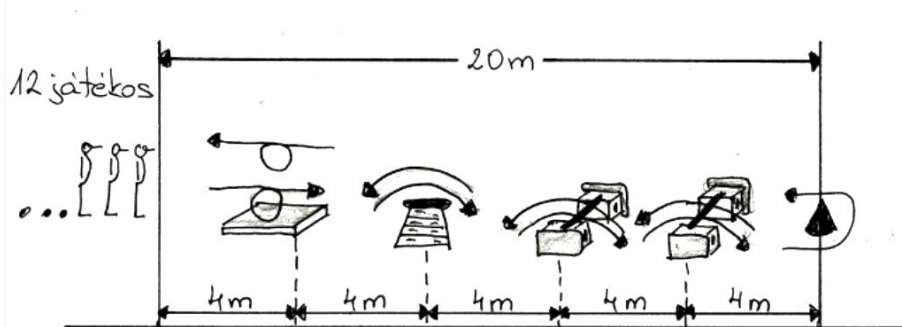
- Minden részfeladatot, akadályt teljesíteni kell – nem korrigált hiba – 5 sec. büntetés.
- A zsámolyra rálépni nem lehet – hiba esetén - 2 sec. büntetés
- Ha a versenyző a deszkalapot leveri, neki kell visszatennie a helyére - nem korrigált hiba - 5 sec. büntetés.
- A testnevelő/felkészítő a szekrényhez odaállhat biztosítani, de nem segíthet a feladatrész végrehajtásában



3/3 - GÁTAKADÁLY

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20m. A szőnyeget úgy helyezzük el, hogy a távolabbik vége a rajt-célvonalától 4 m-re legyen. A szőnyegtől 4 m-re egy 4 részes tornaszekrény keresztben helyezünk el. A szekrénytől 4 m.-re, és 8 m-re két hosszabbik élére állított zsámolyra tornabotot helyezünk. A pálya végére bóját teszünk. A csapatok a rajt-célvonal mögött, oszlopban helyezkednek el.

A pálya rajza:



Szerek: 1db szőnyeg, 1db 4 részes tornaszekrény, 4 db zsámoly, 2 db tornabot, 1db bója.

A játék leírása: Indító jelre az első játékos a tornaszőnyeghez fut, gurulóátfordulást végez előre, tovább futva tetszőleges módon átjut a szekrényen, futás közben átugrik a zsámolyokra helyezett tornabotok fölött, bójakerülés után visszafelé megismétli a teljes feladatot. Váltás kézráütéssel. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos a rajt-célvonalon áthalad.

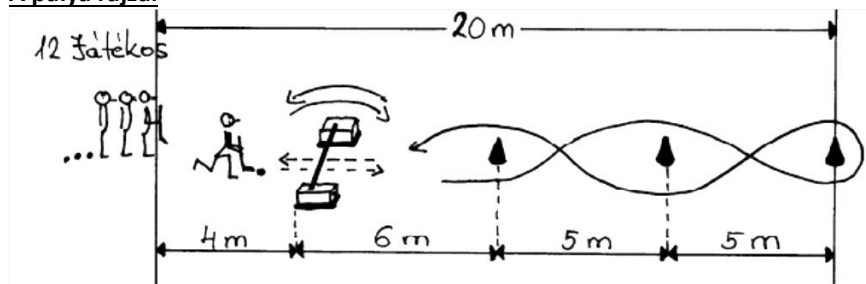
Szabályok:

- Minden részfeladatot, akadályt teljesíteni kell – nem korrigált hiba - 5 sec. büntetés.
- Testnevelő/felkészítő a szekrényhez odaállhat biztosítani, de a feladat végrehajtásában nem segíthet.
- Ha versenyző a botot leveri, neki kell visszatennie – nem korrigált hiba 5 sec. büntetés.

2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
4/2 – FLOORBALL-VÁLTÓ

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. Az induló vonaltól 4 m-re két számolyból és egy 2 m hosszú, 10 cm széles deszkalapból kaput alakítunk ki. A számolyokat hosszában helyezük el, egymástól 1,6 m távolságra. A pálya közepétől 5 méterenként 3 db bóját helyezünk el. A játékhoz 2 db floorball ütőre, és 1 db floorball labdára van szükség. A csapatok a rajt-célvonal mögött helyezkednek el, oszlopban.

A pálya rajza:



Szerek: 2 db számoly, 1 db deszkalap, 3 db bója, 2 db floorball ütő, 1 db floorball labda (saját ütő használható).

A játék leírása: Indító jelre az első játékos a labdát átüti a kapun, majd utána fut. A kaput oldal irányban ki kell kerülni. A bóják között szlalom

labdavezetés van oda-vissza. A játékos visszafelé újra átüti a labdát a kapun, és szintén oldal irányba kerüli azt. Váltás a labdával történik, a rajtvonalon túl. A beérkező játékos az ütőt a sorban következő játékosnak adja, akinél nincs ütő. A játék akkor ér véget, amikor a labda és a 12. játékos kezében az ütővel a rajtvonalon áthalad.

Szabályok:

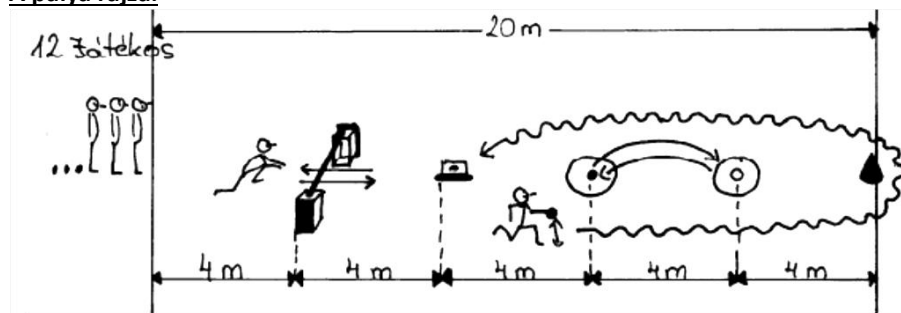
- A labda csak a kapun keresztül, a deszkalap alatt haladhat kifelé, és visszafelé is – nem korrigált hiba - 5 sec. büntetés.
- Szlalom labdavezetésnél a játékosnak, a labdának és az ütőnek is, ugyanazon oldalról kell kerülnie a bóját - hiba esetén – 2 sec. büntetés.
- A kaput átugrani tilos – hiba esetén 2 sec. büntetés.
- Amennyiben a labda a másik pályára át, vagy a küzdőtérrel kigurul, a versenyző kézzel visszahozhatja oda, ahonnan a labda elgurult. Más esetben kézzel nem érhet a labdához – hiba esetén 2 sec. büntetés.
- A labdához lábbal egyszer hozzá lehet érni, de folyamatosan vezetni lábbal nem lehet – hiba esetén 2 sec. büntetés.
- Váltásnál a labdának a rajtvonal mögé kell gurulni, és azt tetszőleges módon meg lehet állítani, társ nem segíthet – váltási hiba – 1 sec. büntetés
- Saját ütő használható.



4/3 – LABDÁS ÜGYESSÉGI VÁLTÓ

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A rajtvonaltól 4 m-re két rövidebb élére állított számolyból, és egy 2 m hosszú 10 cm széles deszkalapból akadályt alakítunk ki. Az akadálytól 4 m-re egy felfordított számoly kerül keresztben, benne egy mini kosárlabda. A rajtvonaltól 12 és 16 m-re egy-egy karikát teszünk, az elsőbe egy 2 kg-os medicinlabdát helyezünk. A pálya végén bója van. A csapatok a rajt-célvonal mögött oszlopban helyezkednek el.

A pálya rajza:



Szerek: 3 db számoly, 1 db deszkalap, 2 db karika, 1 db 2 kg-os medicinlabda, 1 db bója, 1 db mini kosárlabda.

A játék leírása: Indító jelre a kezdő játékos kifut, átbújja az akadály alatt, a számolyból kiveszi a mini kosárlabdát, folyamatos labdavezetéssel

megkerüli a pálya végén lévő bóját. Labdavezetéssel visszafut, a számolyba beleteszi a labdát. Ezután a medicinlabdát az első karikából áthelyezi a második karikába, majd visszafelé az akadály alatt újra átbújva, kézrátétellel váltja társát. A következő versenyző ugyanezt a feladatot végzi, annyi módosítással, hogy a medicinlabdát a második karikából visszahelyezi az elsőbe. És így tovább. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos a rajt-célvonalon áthalad.

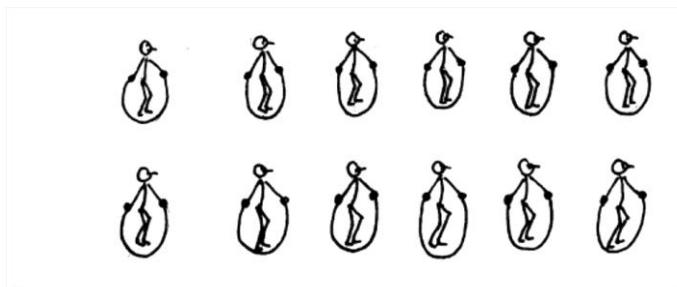
Szabályok:

- Ha a versenyző a deszkalapot leveri, neki kell azt visszahelyezni - nem korrigált hiba – 5 sec. büntetés.
- A labdavezetést a számoly és az első karika között meg kell kezdeni, és ott is kell befejezni – labdavezetési hiba 2 sec. büntetés.
- A feladatot addig nem lehet folytatni, amíg a labdák a meghatározott helyre nem kerülnek – nem korrigált hiba – 5 sec. büntetés.

2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
5/1 – KÖTÉLHAJTÁS

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A feladat végre hajtásához minden versenyzőnek egy darab ugrálókötélre van szüksége. A csapatok tagjai szétszórtnan, vagy alakzatban is elhelyezkedhetnek.

A pálya rajza:



Szerek: 12 db ugráló kötél (saját ugráló kötél használható).

A játék leírása: Indító jelre a csapatok tagjai kötélahajtást végeznek páros lábon, másfél (1,5) percen át.

Szabályok:

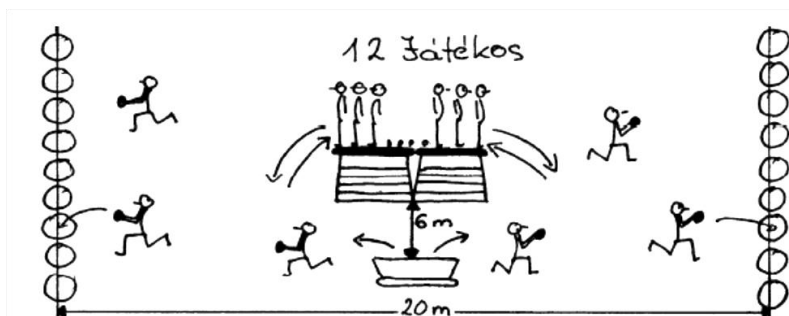
- Duplázni, kivárással szökdelni nem lehet. Szabálytalan kötélahajtás esetén a versenyző kiesik.
- Aki fél perc letelte előtt esik ki, ülésben, aki fél perc és egy perc között esik ki, térdelésben, aki egy perc után esik ki, guggolásban helyezkedjen el.
- Egyszerre egy csapat végezze a feladatot.
- **Értékelés:**
 - 0,5 perc – 1 pont
 - 1,0 perc – 2 pont
 - 1,5 perc – 3 pont
- Egy csapat maximálisan 36 pontot szerezhethet.



5/2 – VÁRFOGLALÓ

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20m. A pálya közepén két egymás mellé hosszában elhelyezett ötrészes szekrényből várat építünk. A vártól 6 m-re a pálya közepére egy felfordított szekrény felsőben 18 db labdát helyezünk el. (3-3 db kézilabda, kosárlabda, focilabda, gumilabda, maroklabda, 2 kg-os medicinlabda). A pálya két végére vonalban 9-9 db karikát helyezünk el egymástól egyenlő távolságra. A karikák közötti távolság 0,5 méter. A csapatok a szekrényen helyezkednek el állásban.

A pálya rajza:



Szerek: 2 db ötrészes szekrény, 1 db szekrény felsőrész, 3 db kézilabda, 3 db kosárlabda, 3 db focilabda, 3 db gumilabda, 3 db maroklabda, 3 db 2 kg-os medicinlabda, 18 db karika (80 cm átmérőjű).

A játék leírása: Indító jelre a csapat tagjai leugranak a szekrényekről, a felfordított szekrény felső részéhez

szaladnak, kiveszik a labdákat, és tetszőleges sorrendben a karikákban elhelyezik azokat. Ezután visszafutnak a „várhoz”, és valamennyien felállnak a szekrények tetejére. A játék akkor ér véget, amikor mind a 12 játékos a szekrény tetején mindkét lábbal, kiegyenesedve áll.

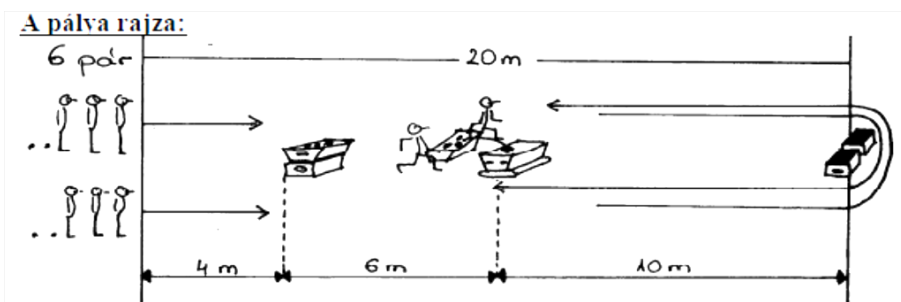
Szabályok:

- A labdákat kiborítani nem lehet.
- Egy versenyző egyszerre csak egy labdát vihet. Aki két vagy több labdát visz egyszerre, a pályabíró visszaküldi – nem korrigált hiba 5 sec. büntetés.
- A csapat addig nincs kész, amíg a 18 db labda nincs a karikákban.
- Mindenkinek a szekrények tetején kell állnia, két lábbal, kiegyenesedve. Térdelni, guggolni nem lehet.
- **Értékelés:** A feladatot végrehajtását három időmérő méri. A legjobb, és legrosszabb mért idő kiesik, a középső mért idő a csapat eredménye.

2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
6/1 – LABDAHORDÁS

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. Az indulóvonaltól 4 m-re egy zsámolyt helyezünk el keresztben. A zsámolyra egy kosarat teszünk, benne nyolc db labda: 2 db kézilabda, 2 db 1 kg-os medicinlabda, 2 db nagyméretű gumilabda, 1 db mini kosárlabda, 1 db focilabda. A pálya közepére egy felfordított szekrény felsőrészét teszünk, szintén keresztben. A pálya végén két zsámoly van, egymás mellett keresztben. A csapatok tagjai párokban a rajt-célvonal mögött helyezkednek el.

A pálya rajza:



Szerek: 1 db szekrény felsőrész, 3 db zsámoly, 1 db kosár (kb. 60x40 cm az alja) 2 db kézilabda (l-es), 2 db 1 kg-os medicinlabda, 2 db nagyméretű gumilabda, 1 db mini kosárlabda, 1 db focilabda.

A játék leírása: Indító jelre a kezdő pár kifut a zsámolyhoz,

együtt felveszik a kosarat, majd a szekrény felső részéhez futnak. A kosárban lévő labdákat a szekrény felső részébe rakják, vagy öntik. Valamennyi labdának a szekrény felső részébe kell kerülni. A kosarat a szekrény felső részénél hagyják, elfutnak a pálya végére, és a két zsámolyt ellentétes irányból megkerülik. Visszafutnak, a labdákat a kosárba visszapakolják. A kosarat a zsámolyra visszateszik. Váltás kézrátétellel. A játék akkor ér véget, amikor az utolsó páros a rajt-célvonalon áthalad, úgy hogy valamennyi labda a kosárban, a kosár a zsámolyon van.

Szabályok:

- Amíg a labdák a meghatározott helyen nincsenek, addig a feladatot folytatni nem lehet. A pályabíró a versenyzőt visszaküldi – nem korrigált hiba 5 sec. büntetés.
- Szabálytalan zsámoly kerülés - 2 sec. büntetés.
- A kosarat a két ember együtt viszi – hiba esetén 2 sec. büntetés.
- Váltani csak akkor lehet, amikor a zsámolyon lévő kosárban valamennyi labda benne van – nem korrigált hiba – 5 sec. büntetés.
- Váltáskor a páros mindkét tagja vált kézrátétellel –váltási hiba – 1 sec. büntetés.

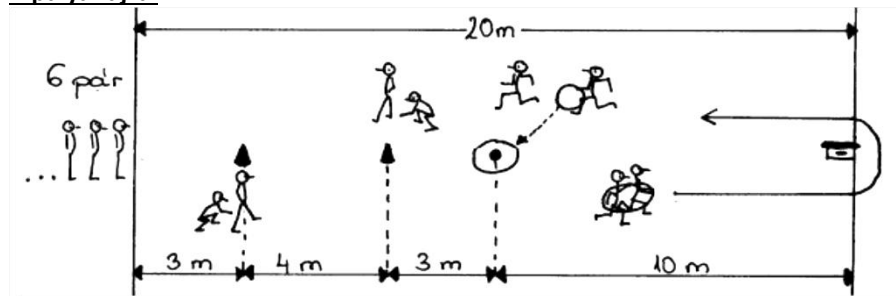


**2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK**

6/3 – BÚJJ, ÉS KARIKÁBAN FUSS

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A rajtvonaltól 3 m-re és 7 m-re egy-egy bóját teszünk. A pálya közepén egy karika van, benne egy 2 kg-os medicinlabda. A karika átmérője 80 cm. A pálya végére egy számolyt helyezünk keresztben. A csapatok a rajt-célvonal mögött páronként, oszlopban helyezkednek el.

A pálya rajza:



Szerek: 2 db bója, 1 db karika, 1 db 2 kg-os medicinlabda, 1 db számoly.

A játék leírása: Indító jelre az első páros egyik tagja kifut az első bójához, ott terpeszállásban helyezkedik el. Társa átbújja a lába között. A másik bójánál a feladatot szerepcserével ismétlik.

Ezután mindketten beleállnak a karikába, majd együtt alulról felveszik derékmagasságig. Futással megkerülik a számolyt. Számolykerülés után visszafelé, a karikát fölfelé levehetik a derekukról. Az egyik játékosnak vissza kell helyeznie a karikát az eredeti helyére. A bójáknál a leírt módon ismétlik az átbújásokat. Váltásnál az egyik versenyző az induló páros egyik játékosát, másik befutó a másik indulót váltja kézrátétellel. A játék akkor ér véget, amikor az utolsó páros mindkét tagja a rajt-célvonalon áthalad.

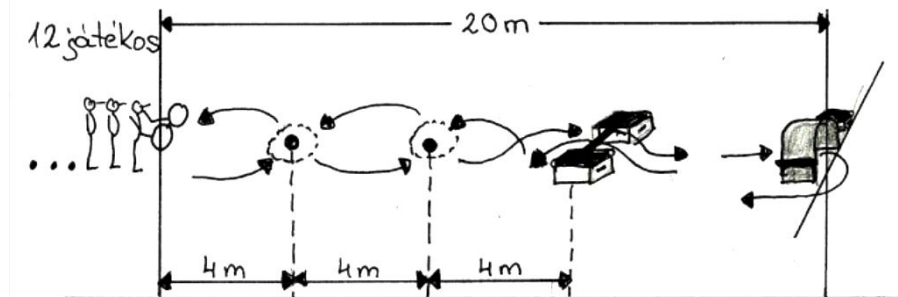
Szabályok:

- Az elgurult medicinlabdát a pályabíró igazítja meg.
- Átbújásnál a terpeszben álló versenyző mindkét lábának a talajon kell lennie – hiba esetén - 2 sec. büntetés.
- A karikát csak a számoly kerülése után lehet levenni – hiba esetén 2 sec. büntetés.
- Amíg a karika nincs a kijelölt helyén, a feladatot tovább folytatni nem lehet – nem korrigált hiba – 5 sec. büntetés.
- A páros mindkét tagjának kézrátétellel váltania kell – váltási hiba – 1 sec. büntetés.

2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
7/1 – KARIKA KIRAKÓ

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A rajt-célvonaltól 4 és 8 m-re egy-egy 2 kg-os medicinlabdát teszünk. A rajt-célvonaltól 12 m-re egy akadályt képezünk két db számolyból és egy 1 m-es tornabotból. A pálya végére két számolyból és egy 2x1 m-es tornaszőnyegből alagutat építünk. A csapatok a rajt-célvonal mögött oszlopban helyezkednek el. Az első játékos kezében 2 db 80 cm átmérőjű karika van.

A pálya rajza:



Szerek: 2 db 2 kg-os medicinlabda, 2 db karika, 4 db számoly, 1 db tornabot, 1 db szőnyeg.

A játék leírása: Indító jelre a kezdő játékos kezében a két karikával kifelé haladva a két karikát úgy helyezi le a földre, hogy a medicinlabdák a karikán belül helyezkedjenek el. Ezután tovább fut, átugrik a tornabot fölött, és átbújik a pálya végén lévő alagút alatt. Visszafelé ismét átugrik a bot felett, összeszedi a karikákat, majd a karikák átadásával váltja társát. A játék akkor véget, amikor a 12. játékos kezében a karikákkal a rajt-célvonalon áthalad.

belül helyezkedjenek el. Ezután tovább fut, átugrik a tornabot fölött, és átbújik a pálya végén lévő alagút alatt. Visszafelé ismét átugrik a bot felett, összeszedi a karikákat, majd a karikák átadásával váltja társát. A játék akkor véget, amikor a 12. játékos kezében a karikákkal a rajt-célvonalon áthalad.

Szabályok:

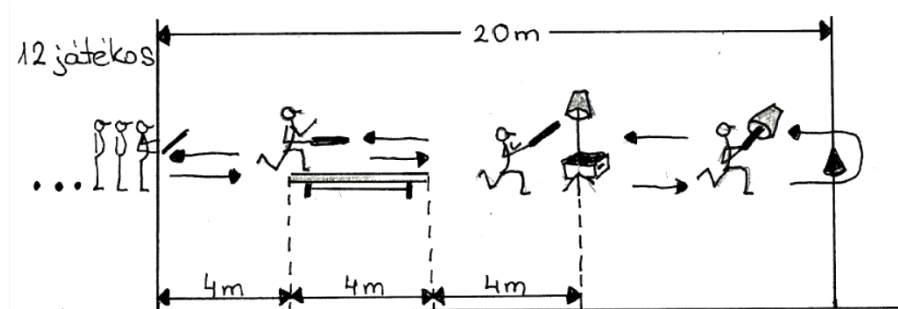
- Ha a karika nincs a megfelelő helyen a feladatot folytatni nem lehet – nem korrigált hiba – 5 sec. büntetés
- Ha a versenyző a tornabotot leveri, neki kell azt visszatennie - nem korrigált hiba 5 sec. büntetés.
- Az alagút alatt tetszőleges az átbújás.
- A váltásnál harmadik versenyző nem segíthet –váltási hiba – 1 sec. büntetés.



7/2 – KALAPOS VÁLTÓ

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20m. A rajt-célvonaltól 4 m-re egy tornapadot (4 m-es) teszünk. A pad végétől 4 m-re egy 2 m magas magasugró állványt helyezünk, rajta egy műanyag vödör van (kb 10 l-es). Az állvány mellé egy darab számolyt teszünk. A pálya végén bója legyen. A játékhoz egy db tornabotra van szükség. A csapatok a rajt-célvonal mögött helyezkednek el oszlopban, a kezdő játékos kezében tornabotot tart.

A pálya rajza:



Szerek: 1 db tornapad (4 m), 1 db magasugró állvány (2 m), 1 db műanyag vödör (kb. 10 l), 1 db tornabot, 1 db számoly.

A játék leírása: Indító jelre a kezdő játékos tornabotot a kezében kifut, végig szalad a padon, majd a bot segítségével a vödört a magasugró állványról leemeli. A feladatrész végrehajtásához a számolyt használhatja. Továbbfut, megkerüli a bóját, majd szintén a tornabot segítségével visszahelyezi a vödört a magasugró állványra. Újra végig fut a padon, és a tornabot átadásával váltja társát. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos kezében a tornabotot a rajt-célvonalon áthalad.

leemeli. A feladatrész végrehajtásához a számolyt használhatja. Továbbfut, megkerüli a bóját, majd szintén a tornabot segítségével visszahelyezi a vödört a magasugró állványra. Újra végig fut a padon, és a tornabot átadásával váltja társát. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos kezében a tornabotot a rajt-célvonalon áthalad.

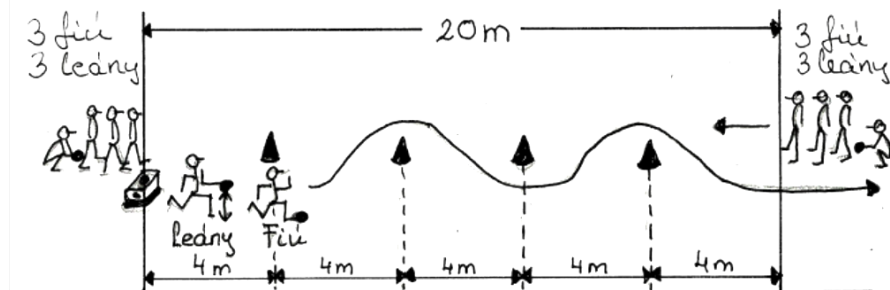
Szabályok:

- Ha a versenyző a padról oldal irányba lelép /leesik, a feladatrészt ismételni kell – nem korrigált hiba 5 sec. büntetés.
- A vödör levétele, felhelyezése közben a játékos kézzel nem érhet a vödörhöz – hiba esetén 2 sec. büntetés.
- A magasugró állványt a versenyző megfoghatja.
- Ha a vödör, futás közben esik le a botról, a versenyző azt kézzel visszateheti, de közben meg kell állnia, nem haladhat előre – hiba esetén – 2 sec. büntetés.
- Ha az állvány eldőli, a versenybíró állítja vissza
- Váltás a bot átadásával történik.

**2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
8/1 – SZLALOMOZZ A LABDÁVAL**

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A pályán 4 db bóját helyezünk el, egymástól 4 – 4 m távolságra. A rajt-célvonalra egy db számolyt teszünk felfordítva. A játékhoz egy db foci (4 –es) és egy db kosárlabdára (5-ös) van szükség. A csapatok elhelyezkedése: a rajtvonal felőli oldalon 3 fiúversenyző, mögöttük 3 leányversenyző. A túloldalán ugyan így, egymás mögött oszlopban, terpeszállásban. A kezdő fiú játékos előtt a rajtvonalon van a focilabda. A kosárlabda a rajt-célvonalon lévő számolyban van.

A pálya rajza:



Szerek: 4 db bója, 1 db számoly, 1 db focilabda, 1 db kosárlabda.

A játék leírása: A kezdő fiú játékos indító jelre szlalom labdavezetést végez a focilabdával, lábbal. A túloldalán a vonal mögött a labdát kézbe veszi és átgurítja a lábak között. A következő elől

álló fiúversenyző visszafelé végzi ugyan ezt a feladatot. Az első leányversenyző a focilabdát kicseréli kosárlabdára, és szlalom labdavezetést végez kézzel a túloldalra, átgurítja a kosárlabdát az alagút alatt. Társa visszafelé végzi a szlalom labdavezetést. A játék akkor ér véget, amikor az utolsó leányversenyző a labdával a rajt-célvonalon áthalad.

Szabályok:

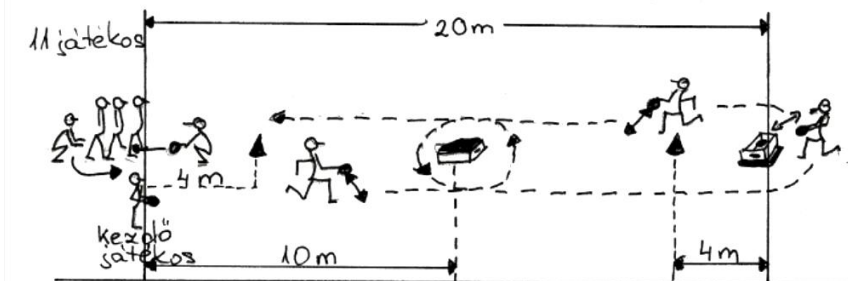
- Szlalomozásnál a versenyzőnek és a labdának a bóját ugyanazon oldalról kell kerülnie – labdavezetési hiba – 2 sec. büntetés.
- A fiúknak a labdája előre gurulhat, de a versenyzőnek az első bójáig lábbal érintenie kell – hiba esetén - 2 sec. büntetés.
- A lányoknak a labda nem gurulhat ki a vonalon túl – nem korrigált hiba – 5 sec. büntetés.
- Lányoknak a labdavezetést az első bójáig meg kell kezdeni – hiba esetén - 2 sec. büntetés.
- Fiúk esetében, ha a labda másik pályára átgurul, vagy a küzdőtérrel kigurul, a versenyző kézzel visszahozhatja, és onnan lábbal kell folytatnia. Egyéb más esetben a pályán, fiúversenyző, a focilabdát kézzel nem érintheti. – hiba esetén 2 sec. büntetés.
- A labdát csak a rajt-célvonal, illetve a túloldali vonal mögött lehet kézbe fogni – hiba esetén - 2 sec. büntetés.
- A labdacseré után a feladatot csak akkor lehet folytatni, ha a focilabda a számolyban van – nem korrigált hiba 5 sec. büntetés.



8/3 – ÜGYESKEDJ A LABDÁVAL

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A rajtvonaltól, valamint a túloldali vonaltól 4 m-re egy-egy bóját helyezünk el. A pálya közepén egy számoly van hosszában, a pálya végén egy számoly keresztben, felfordítva, benne egy darab kézilabda. A csapatok a rajt-célvonal mögött oszlopban, terpeszállásban helyezkednek el. A kezdő játékos a rajtvonal mögött kezében egy kosárlabdával helyezkedik el, az oszlop mellett állva.

A pálya rajza:



Szerek: 2 db számoly, 1 db kosárlabda, 1db kézilabda.

A játék leírása: Indító jelre a kezdő játékos labdavezetéssel haladva körbe kerüli a pálya közepén lévő számolyt, tovább fut labdavezetéssel. A pálya végénél lévő számoly kerülése közben

kicseréli a labdát, majd visszafelé is teljesíti a feladatot. Az oszlophoz érve a terpesz-alagút alatt a sor végén lévő tanulóknak gurítja a labdát, és beáll a sor elejére, a rajt-célvonal mögé. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos a rajt-célvonalon a kosárlabdával áthalad.

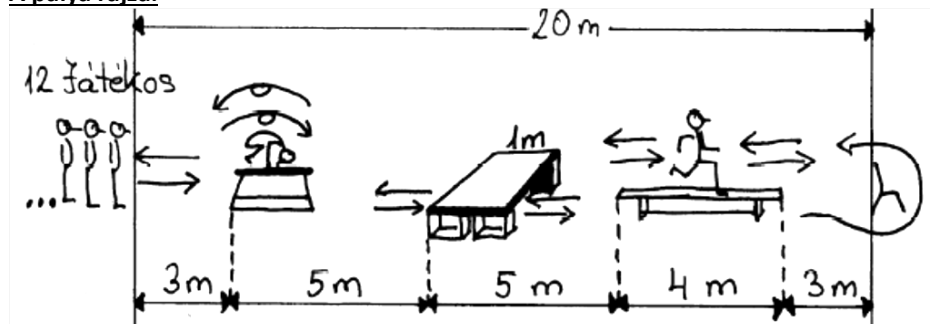
Szabályok:

- Az első és az utolsó labdaleütésnek a rajt-célvonal, a túloldali vonal és a bóják közötti területen meg kell történnie – hiba esetén 2 sec. büntetés.
- Labdacseré után a labdavezetés csak akkor folytatható, ha a másik labda a számolyban benne van - nem korrigált hiba 5 sec. büntetés.
- Ha a labda az alagútban elakad, a csapatársak segíthetnek.

**2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
9/2 – AKADÁLYON ÁT**

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. A rajtvonaltól 3 m-re egy két részes szekrényt teszünk hosszában. A rajt-célvonaltól 8 m-re 4 db zsámolyból és egy 2x1 m-es szőnyegből alagutat képezünk. A zsámolyokat hosszabb élükre állítjuk úgy, hogy a bőr borítása befelé nézzen. Az alagút szélessége min.1 méter legyen. Rajt-célvonaltól 13 m-re egy 4 m-es tornapadot teszünk hosszában. A pálya végén egy szék van. A csapatok a rajt-célvonal mögött oszlopban helyezkednek el.

A pálya rajza:



Szerek: 1 db két részes szekrény, 4 db zsámoly, 1 db szőnyeg, 1 db 4 m-es tornapad, 1 db szék.

A játék leírása: Indító jelre a kezdő játékos a szekrényhez fut, azon gurulóátfordulást végez előre. Átbújja az alagút alatt, végig fut a padon, megkerüli a széket, és

visszafelé a teljes feladatot ismétli. Váltás kézzel. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos a rajt-célvonalon áthalad.

Szabályok:

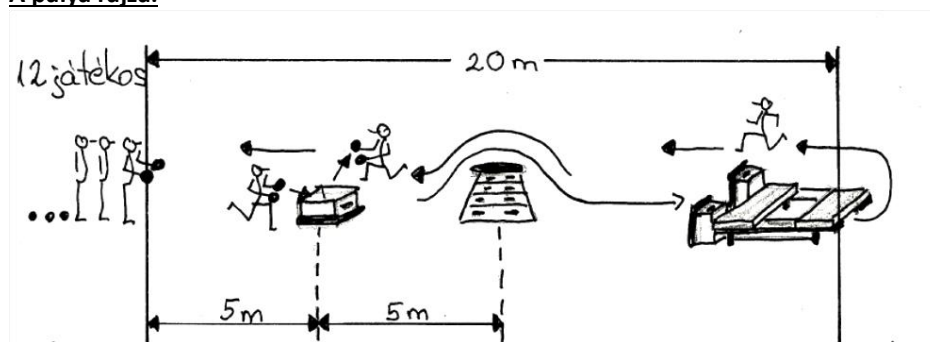
- Ha a tanuló a szekrényről leesik, a feladatrészt ismételni nem kell.
- A szekrényhez a felkészítő odaállhat, de a feladat végrehajtásában nem segíthet.
- Ha a szőnyeg elmozdul a versenybíró igazítja meg.
- Ha a versenyző a padról oldal irányba leesik, vagy lelép, a feladatrészt ismételni kell – nem korrigált hiba 5 sec. büntetés



9/3 – ALAGÚT-AKADÁLY

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya hossza 20 m. Az induló vonaltól 5 m-re egy felfordított zsámolyt teszünk hosszában. A pálya közepére egy négyrészes szekrényt teszünk keresztben. A pálya végére 2 db 4 m-es tornapadból és két db 2x1 m-es szőnyegből alagutat építünk. A padok végéhez egy-egy zsámolyt teszünk, a rajz szerint. A feladathoz 2 db 1 kg-os medicinlabdára van szükség. A csapatok a rajt-célvonal mögött helyezkednek el oszlopban, az első játékos kezében kettő 1 kg-os medicinlabda van.

A pálya rajza:



Szerek: 2 db 1 kg-os medicinlabda, 3 db zsámoly, 1 db négyrészes szekrény, 2 db 4 m-es tornapad, 2 db 2x1 m-es tornaszőnyeg.

A játék leírása: Indító jelre a kezdő játékos kifut, és a zsámolyba helyezi a két

medicinlabdát. Tovább fut tetszőleges módon átjut a szekrény felett. A pálya végén elhelyezett alagút alatt átcúszik/kúszik. Visszafelé ismét átjut a szekrény felett, majd kiveszi a két medicinlabdát a zsámolyból, és a medicinlabdák átadásával váltja társát. A játék akkor ér véget, amikor a 12. játékos kezében a medicinlabdákkal

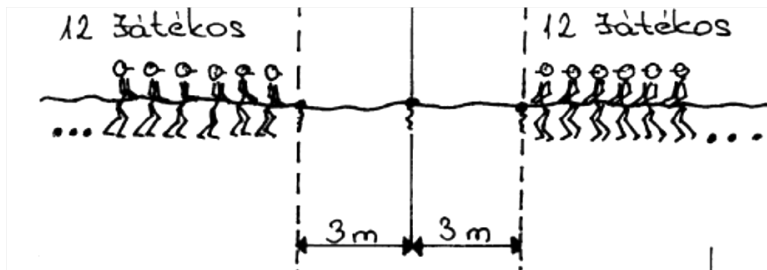
Szabályok:

- A medicinlabdáknak a zsámolyba kell maradnia – nem korrigált hiba 5 sec. büntetés.
- A szekrényhez a testnevelő/felkészítő odaállhat biztosítani, de a feladat végre hajtásában nem segíthet.
- Az alagút alatti átbújás/kúszás tetszőleges.
- Váltásnál harmadik versenyző nem segíthet – váltási hiba – 1 sec. büntetés.

2013/2014. TANÉVI
JÁTÉKOS SPORTVERSENY DIÁKOLIMPIA
KISORSOLT FELADATOK
10/1 - KÖTÉLHÚZÁS

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A játékhoz egy szabvány 25 mm vastag, 15 méter hosszú húzókötéltre van szükség. A kötéltre egy középjelet, és attól mindkét irányban 3-3 méterre egy-egy fogójelet teszünk. A pálya közepére és attól 3-3 méterre egy-egy segédvonalat húzunk. Egyszerre két csapat játszik. A csapatok 12-12 embere tetszőleges sorrendben áll fel a kötélt két oldalán, úgy hogy a fogójelénél beljebb fogni nem lehet.

A pálya rajza:



Szerek: 1 db húzókötel.

A játék leírása: Sípszóra a csapatok húzni kezdik a kötelet. A cél, hogy az ellenfél csapatát elhúzzák úgy, hogy az ellenfél fogójele a saját oldalon lévő segédvonalon áthaladjon. A játék maximum 1 percig tart.

Szabályok:

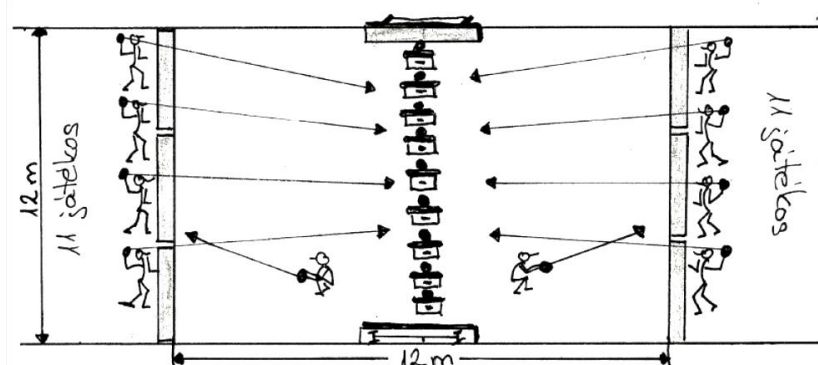
- Abban az esetben, ha a játék egy perc alatt nem ér véget, az a csapat nyer, akinek a térfelén a középjel van.
- A kötéltre csomót kötni nem lehet.
- Ha a játék egy perc előtt véget ér, a játék idejét fel kell jegyezni.
- Pontozás: ha a játék egy percnél hamarabb fejeződik be, a győztes három pontot kap, a vesztes nem kap pontot. Ha a játék egy perc alatt nem fejeződik be, a győztes kettő, a vesztes egy pontot kap.
- Pontazonosság esetén az a csapat végez előbb, akinek kevesebb a felhasznált ideje.
- A csapatokat a technikai értekezleten két csoportba kell sorsolni. A csoporton belül körmérkőzés van, ezután a helyezéseket keresztbejátszással kell eldönteni.



10/2 - BOMBÁZÓ

A pálya berendezése, a csapatok elhelyezkedése: A pálya 12 m hosszú. A pálya közepére 9 db számolyt teszünk, olyan távolságra egymástól, hogy a kosárlabda ne tudjon két számoly közé leesni. A számolyok tetejére 1-1 mini kosárlabdát teszünk. A pálya két végére a rajz szerint 3-3 db 4 m-es tornapadot teszünk. A pálya közepén, annak két szélére, a rajz szerint, ha szükséges 1-1 db 4 m-es tornapadot teszünk. A játékhoz csapatonként 11 db 120 mm átmérőjű pvc játéklabdára van szükség. A két csapat egymással szemben a tornapadok mögött helyezkedik el. Csapatonként 1-1 labdaszedő a számolyok és a padok közötti területen van, a saját térfelén. A 11 játékos kezében 1-1 pvc labda van.

A pálya rajza:



Szerek: 8 db 4 m-es tornapad, 9 db számoly, 9 db mini kosárlabda, 22 db pvc labda (120 mm átmérőjű)

A játék leírása: Indító jelre a csapatok a pálya közepén lévő kosárlabdákra dobznak. Cél: minél több kosárlabdát dobjanak le a számolyról, úgy, hogy az ellenfél térfelére essen. Az a csapat nyer, aki több találatot ér el. A saját térfelén elgurult, vagy a saját térfélről kigurult labdát a labdaszedő a csapatához

jutathatja, tetszőleges módon.

Szabályok:

- A pad mögött állók a pad mögül nem léphetnek ki.
- A pad mögül a játékos benyúlhat a felé guruló, vagy pattanó labdáért, és azt kiveheti, de közben a talajon nem támaszkodhat.
- A labdaszedő az ellenfél térfelére nem mehet át.
- A pattanó találat is érvényes.
- A labdaszedők nem dobhatnak a labdákra.
- A sorozatosan szabálytalankodó csapatot a zsűri 9:0-ás vereséggel bünteti.
- A csapatokat a technikai értekezleten két csoportba kell sorsolni. A csoporton belül körmérkőzés van, ezután a helyezéseket keresztbejátszással kell eldönteni. Minden játéknál a találatarányt fel kell jegyezni. Pontazonosság esetén a találatarányt dönt. Ha az is azonos, az egymás elleni eredmény számít.