

INTERNATIONAL ASSOCIATION OF ATHLETICS FEDERATIONS



IAAF DEČJA ATLETIKA[©]

- DEČJA EKIPNA TAKMIČENJA -



PRAKTIČNI VODIČ ZA ANIMATORE DEČJE ATLETIKE



IAAF

DEČJA ATLETIKA®

- DEČJA EKIPNA TAKMICENJA -

Prvo izdanje: 2002

Charles Gozzoli (FRA)

Elio Locatelli (IAAF)

Dieter Massin (GER)

Bjorn Wangemann (IAAF)

Drugo pregledano i prerađeno izdanje 2006:

Charles Gozzoli (FRA); Jamel Simohamed (IAAF); Abdel Malek El-Hebil (IAAF)

© International Association of Athletics Federations

Bilo koji deo ove knjige može biti fotokopiran za potrebe neprofitnog učenja u okviru institucija obrazovanja ili za potrebe obrazovanja trenera. Pored gore taksativno navedenih slučajeva za koje je dato odobrenje, nijedan deo ove knjige se ne može koristiti u bilo kojoj publikaciji, časopisu, biltenu ili novinama, niti je dozvoljeno njegovo čuvanje i ponovno pretraživanje, kao ni njihov prenos u bilo kom obliku, na bilo koji način: elektronski, mehanički, fotokopiranjem, snimanjem ili na neki drugi način bez prethodne pismene dozvole.

Međunarodne Asocijacije Atletskih Federacija (IAAF).

Sadržaj

1. Uvod	6
2. Koncept "IAAF Dečje atletike"	7
2.1 Ciljevi	7
2.2 Ekipni princip	8
2.3 Starosne grupe i program takmičenja	9
2.4 Materijali i oprema	11
2.5 Lokacija i vreme trajanje	11
Instrukcije o korišćenju i bezbednosti	12
3. Takmičenja	13
- Takmičenja za starosnu grupu 7/8 godina	13
3.1 Sprint/prepone i štafeta u kombinaciji	13
3.2 Trka "8' izdržljivosti"	15
3.3 Formula jedan	17
3.4 Skok unapred iz čučnja	19
3.5 Brzinsko savladavanje lestvi	21
3.6 Unakrsno skakanje	23
3.7 Preskakanje konopca	25
3.8 Trokok unutar ograničenog prostora	27
3.9 Bacanje koplja za decu	29
3.10 Bacanje iz klečećeg položaja	31
3.11 Gađanje mete preko prepreke	33

- Takmičenja za starosnu grupu 9/10 godina	35
3.12. Progresivna trka izdržljivosti	35
3.13 Sprint/prepone/slalom i štafeta u kombinaciji	37
3.14 Skok u dalj s motkom	39
3.15 Precizan skok u dalj	41
3.16 Rotaciono bacanje	43
3.17 Bacanje unazad preko glave	45
 - Takmičenja za starosnu grupu 11/12 godina	 47
3.18 "Bends Formula": Sprint/prepone	47
3.19 "Bends Formula": Sprint štafeta	49
3.20 Trka s preponama	51
3.21 1000m izdržljivosti	53
3.22 Bacanje koplja za tinejdžere	54
3.23 Bacanje diska za tinejdžere	55
3.24 Skok u dalj s motkom preko jame s peskom	57
3.25 Skok u dalj s kratkim zaletom	59
3.26 Troskok s kratkim zaletom	60
 4. Bodovanje takmičenja	 61
4.1 Sistem bodovanja	61
4.2 Bodovanje trkačkih takmičenja	61
4.3 Bodovanje igrališnih takmičenja	61
4.4 Merenje igrališnih takmičenja	62
4.5 Konačno rangiranje	62

5. Organizacija	63
5.1 Plan organizacije	63
5.2 Prijave za učešće i takmičenje	63
5.2.1 Ekipne prijave za učešće	63
5.2.2 Takmičarski formulari	64
5.3 Semafor	66
5.4 Identifikacija ekipa/plan mesta takmičenja	68
5.5 Organizaciona ekipa/Osoblje i pomoćnici	68
5.6 Zvanično objavljivanje rezultata	69
 6. Formulari i tabele	 70
6.1 Lista opreme (9 ekipa)	70
6.2 Organizacija takmičarskih stanica	72
6.3 Formulari i dodatna dokumenta	73
6.4 Spisak organizacionog osoblja	77
 Dodatak	 78
1. Rotacija grupa u dečjim atletskim takmičenjima	78
2. Bezbednost učesnika	81
3. Primerak sertifikata	82

1. Uvod

Još od davnina deca su bila zainteresovana da se takmiče međusobno i da se upoređuju jedni sa drugima. Atletika, sa svojim različitim disciplinama, pruža izvanrednu priliku za tu vrstu vršnjačke interakcije. Pošto je atletika bila i ostala posebna mogućnost za takvu sportsku razmenu, čuvari našega sporta su morali da razviju (osmisle) posebna takmičenja koja u potpunosti odgovaraju deci.

U najvećem broju slučajeva dečja takmičenja u ovom sportu su svedeni modeli takmičenja za odrasle. Ovakva neadekvatna standardizacija često dovodi do rane specijalizacije koja je svakako u suprotnosti sa potrebom dece da se harmonično razvijaju. To, istovremeno, dovodi i do rane pojave elitizma koji je štetan za većinu dece.

Posle mnogobrojnih inicijativa i posle proučavanja sadašnjeg stanja, IAAF se suočila sa izazovom da formuliše novi koncept atletike koji je isključivo napravljen za potrebe razvoja dece.

Svaki predlog u skladu sa gore zacrtanim (a tiče se takmičenja, organizacije i sl.) mora stalno da vodi računa o sledećim zahtevima:

- da ponudi deci **privlačnu** atletiku
- da ponudi deci **pristupačnu** atletiku
- da ponudi deci **poučnu** atletiku

Pored ovih zateva, Projekat IAAF-a mora u potpunosti da ispunji zahteve organizatora takmičenja, odnosno da obezbedi sistemsku izvodljivost onih formi takmičenja koje se nude.

U proleće 2001.godine, radna grupa "IAAF Dečje atletike" je pokrenula inicijativu i razvila jedan koncept takmičenja za decu koji je bio potpuno drugačiji od modela takmičenja u atletici za odrasle. Taj koncept se od tada naziva "IAAF DEČJA ATLETIKA" i opisan je na stanicama ovog dokumenta.

Potom je IAAF 2005. godine kreirala globalnu politiku atletike za omladinu uzrasta od 7 do 15 godina. Ova politika ima dva cilja:

- da učini atletiku sportom koji se najviše trenira u školama u celom svetu
- da omogući deci iz federacija, kao i drugima da se pripremaju za bavljenje atletikom u budućnosti na najefikasniji mogući način.

Ovakav pristup se oslanja na forme takmičenja koje su prilagođena svim starosnim grupama i svim institucijama koje ovaj program sprovode. Ovakva takmičenja predstavljaju organizacionu strukturu koja obezbeđuje deci da se dalje bave atletikom – trenira atletičare, obrazuje trenere, sudije i sl...

2. Koncept "IAAF DEČJA ATLETIKA"

"IAAF DEČJA ATLETIKA" je koncept koji je zamišljen tako da unese zabavu u bavljenje atletikom. Nove discipline i inovativna organizacija treba da obezbede deci da otkriju neke od osnovnih aktivnosti: sprint, izdržljivost u trčanju, skakanje, bacanje/dizanje i to na svim mogućim mestima (sportskom stadionu, igralištu, u fiskulturnoj sali, bilo kom mestu pogodnom za sport i sl.)

Ove atletske igre će pružiti deci mogućnost da u najvećoj mogućoj meri iskoriste prednosti bavljenja atletikom a sa ciljem unapređenja njihovog zdravlja, obrazovanja i samoispunjenja.

2.1 Ciljevi

Ovo su **organizacioni ciljevi** koncepta "IAAF DEČJA ATLETIKA":

- Da se obezbedi da istovremeno veliki broj dece bude aktivan
- Da se iskuse različite forme kretanja svojstvene atletici
- Da ne samo snažnija i brža deca daju doprinos postizanju dobrih rezultata
- Da stepen umešnosti varira u zavisnosti od starosti i potrebne sposobnosti koordinacije
- Da duh avanturizma prevlada ovim programom nudeći tako deci pristup atletici koji njima odgovara
- Da je struktura i bodovanja takmičenja jednostavno i zasnovano na redosledu ekipa
- Da je potrebno samo nekoliko sudija i pomoćnika
- Da se nudi atletika sa mešovitim ekipama (dečaci i devojčice zajedno)

Sadržajni ciljevi takmičenja "IAAF DEČJA ATLETIKA" su:

Promocija zdravlja – Jedan od glavnih ciljeva svih sportskih aktivnosti mora da bude da podstakne decu da se igraju i koriste obilato svoju energiju radi očuvanja zdravlja na duge staze. Atletika je u tom pogledu jedinstvena jer odgovara na taj izazov raznolikom prirodom svojih aktivnosti kao i fizičkim odlikama koje praktične aktivnosti atletike zahtevaju.

Sve veći zahtevi koje različite forme igara postavljaju deci imaju za cilj da doprinesu harmoničnom opštem razvoju dece.

Društvena interakcija - "IAAF DEČJA ATLETIKA" je koristan faktor integracije dece u društvenu sredinu. Ekipna takmičenja tokom kojih svako daje sopstveni doprinos igri, predstavljaju mogućnost da se deca sretnu i prihvate spostvenu različitost. Jednostavnost pravila i bezopasna priroda takmičenja koja se nude omogućavaju deci da igraju uloge trenera ekipa i sportskih zvaničnika kao na pravim takmičenjima za odrasle. Takve odgovornosti koje oni preuzimaju na sebe su posebni trenuci kada mogu da osećaju na pravi način šta je to status građanina jedne zemlje.

Duh avanturizma - Da bi bili stimulisani, deci je potrebno da imaju osećaj da mogu da pobeđu u takmičenju u kome učestvuju. Odabrana formula (ekipa, takmičenja, organizacija) imaju za cilja da rezultat takmičenja ostane neizvestan sve do poslednje runde. To je onaj podsticajni element koji motiviše decu.

2.2 Ekipni princip

Timski rad je osnovni princip "IAAF DEČJA ATLETIKA". Svaki od članova ekipe daje svoj doprinos rezultatima prilikom trke (na primer u štafeti) ili svoj individualni doprinos sveukupnom rezultatu ekipe. Individualno učešće doprinosi stvaranju krajnjeg rezultata ekipe i učvršćuje koncept da je učešće svakog pojedinačnog deteta vredno za ekipu. Evako dete učestvuje u svim takmičenjima, čime se sprečava rana specijalizacija. Ekipe su mešovite (čine ih po 5 devojčica i po 5 dečaka, ako je to moguće).

2.3 Starosne grupe i program takmičenja

"IAAF DEČJA ATLETIKA" se odvija u tri starosne grupe:

- Grupa I: deca uzrasta između 7 i 8 godina
- Grupa II: deca uzrasta između 9 i 10 godina
- Grupa III: deca uzrasta između 11 i 12 godina

- Sva takmičenja za starosne grupe I i II se odvijaju kao ekipna takmičenja

- Za starosnu grupu III, takmičenja se odvijaju kao trke/štafete ili kao individualna takmičenja u kojima se takmiče grupe koje sačinjavaju dve polovine jednog tima. Da bi se prešlo sa konfiguracije tima na individualnu konfiguraciju omladinskih takmičenja, formiraju se grupe koje se sastoje od nekoliko članova dva tima radi takmičenja. Organizacija ove značajne promene je sasvim neposredna.

- Sva deca moraju da se takmiče po nekoliko puta u svakoj od grupnih disciplina.

- Takmičenje se organizuje u skladu sa principom rotacije, tako da se timovi smenjuju na svakoj od stanica. Za svaku od stanica, svaki od članova tima ima na raspolaganju 1 minut za takmičenje (10 dece = 10 minuta). Posle završetka različitih disciplina za grupna takmičenja (sprin/trčanje/prepone, bacanje/dizanje i skakanje), svi timovi učestvuju zajedno na kraju u disciplini Izdržljivost.

Predlog novih disciplina za tri starosne grupe 7/8, 9/10 i 11/12 godina

Ovi predlozi za svaku od starosnih kategorija su prilagodljivi. Deca mogu da prelaze u druge disciplinske grupe (naročito u mlađim kategorijama, kada su u pitanju početnici). Sve discipline moraju da budu pokrivene tokom različitih mitinga koji će biti ponuđeni deci. Dodatni takmičarski programi garantovaće da deca u celosti iskuse različite forme atletskih pokreta i da imaju koristi od sveobuhvatnog fizičkog obrazovanja.

Starosna grupa (godine)	7 – 8	9 - 10	11 - 12
<i>Sprint/trkačke discipline</i>			
Sprint/prepone u kombinaciji sa štafetom	X	X	
Bends Formula: Sprint/trka s preponama			X
Bends Formula: Sprint štafeta			X
Sprint/Slalom		X	X
Prepone			X
Formula Jedan (Sprint-, Prepone- i slalom trka)	X	X	
8' Trka izdržljivosti	X	X	
Progresivna trka izdržljivosti		X	X
1000m Trka izdržljivosti			X
<i>Skakačke discipline</i>			
Skok u dalj s motkom		X	X
Skok u dalj s motkim preko peščane prepreke			X
Preskakanje konopca	X		
Troskok s kratkim zalatom			X
Skok unapred iz čučnja	X	X	
Unakrsno skakanje	X	X	X
Skok u dalj s kratkim zaletom			X
Trčanje-lestve	X	X	
Troskok unutar ograničenog prostora	X	X	X
Precizan skok u dalj		X	X
<i>Bacačke discipline</i>			
Bacanje u metu	X	X	
Bacanje koplja za tinejdžere			X
Bacanje koplja za decu	X	X	X
Bacanje na koleima	X	X	X
Bacanje diska za tinejdžere			X
Bacanje unazad preko glave		X	X
Rotaciono bacanje		X	X
Ukupan preporučeni broj disciplina	8	9	10

2.4 Materijali i oprema

U nekim slučajevima, posebno dizajnirani komadi opreme su potrebni za program "IAAF DEČJA ATLETIKA". Oprema može vrlo brzo da se postavi, transportuje se bez ikakvih problema, montira i demontira brzo.

Ako iz nekog razloga ova oprema ne može da se nabavi, program može da se organizuje sa opremom napravljenom od lokalnih materijala i ručno napravljenih delova. Najvažniji kriterijum je da odlike i karakteristike materijala koje je definisao program "IAAF DEČJA ATLETIKA" budu ispoštovane.

2.5 Lokacija i vreme trajanja

Problem prostora za "IAAF DEČJU ATLETIKU" se jednostavno rešava. Ravna površina (na pr. travnjak, obična zemljana površina, dvorište ili asfaltirani teren – 60m x 40m) je sve što je potrebno.

Takmičenje se odvija unutar jasno definisane satnice i rasporeda. Na primer: Dečje atletsko takmičenje (= 9 ekipa sa po 10 članova u svakoj) može da se završi u nekih dva sata, uključujući i izvanično objavljivanje rezultata. U isto vreme, pored glavnog događaja, kraća takmičenja mogu da se odvijaju sa kombinacijom od 6 ekipa u 7 disciplina (3 trkačke, 2 skakačke i 2 bacačke discipline). U tom slučaju, celokupno takmičenje neće trajati duže od 1h:15min, uključujući i uručivanje nagrada.

Instrukcije o korišćenju i bezbednosti

Različita takmičenja su napravljena za određene starosne kategorije. One su prikladne za starosnu grupu koja je definisana u ovom dokumentu kao prioritet. Međutim, animator ili omladinske vođe treba da procene koji je stvarni standard dece i da budu spremni za najadekvatnije aktivnosti. Organizovanje prvog mitinga sa početnicima koji su u starosnoj grupi 9/10 godina sa disciplinama koje su namenjene mlađoj kategoriji (7/8 godina) je nešto što treba uzeti u obzir.

Ova preporuka se odnosi na sve starosne kategorije.

U svakom slučaju, preporuka je da se proširi opseg disciplina u bilo kojoj starosnoj kategoriji disciplinama za mlađu starosnu grupu.

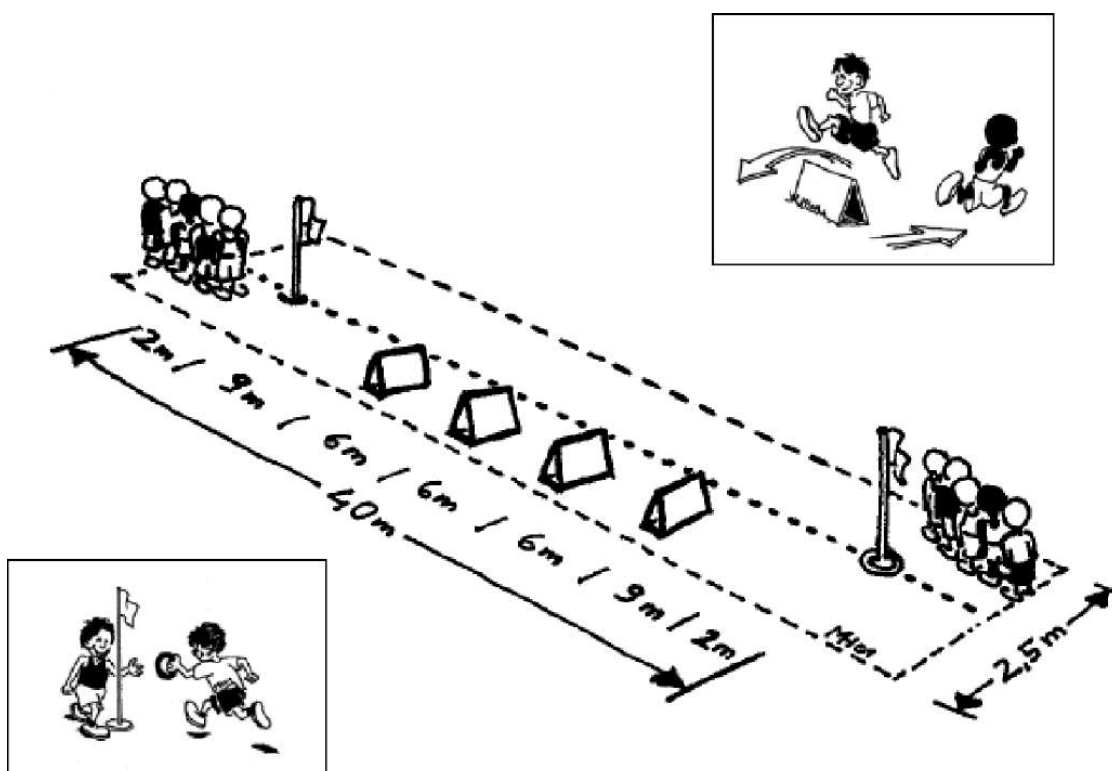
Na pr.: "Formula jedan", unakrsno skakanje, bacanje iz klečećeg položaja - mogu biti predloženi starosnoj grupi od 9/10 godina starosti i sl.

3. Takmičenja

- Takmičenja za starosnu grupu 7/8 godina

3.1 Sprint/prepone u kombinaciji sa štafetom

Kratak opis: Štafeta sa kombinacijom jedne dužine sprinta i jedne dužine s preponama



Procedura

Oprema se montira kao na gornjoj slici. Potrebne su dve staze za svaki tim: jedna staza sa preponama i druga bez prepona. Prva dužina je sa preponama, a onda član ekipe trči sprint dužinu kao uobičajenu štafetu. Trka je završena kada je svaki od članova ekipe istrčao sprint dužinu i dužinu s preponama. Štafeta se trči tako da se štafeta predaje levom rukom.

Bodovanje

Rangiranje se vrši na osnovu vremena: pobednički tim je onaj koji je postigao najbolje vreme. Ostali timovi se rangiraju na osnovu redosleda vremena koje su postigli.

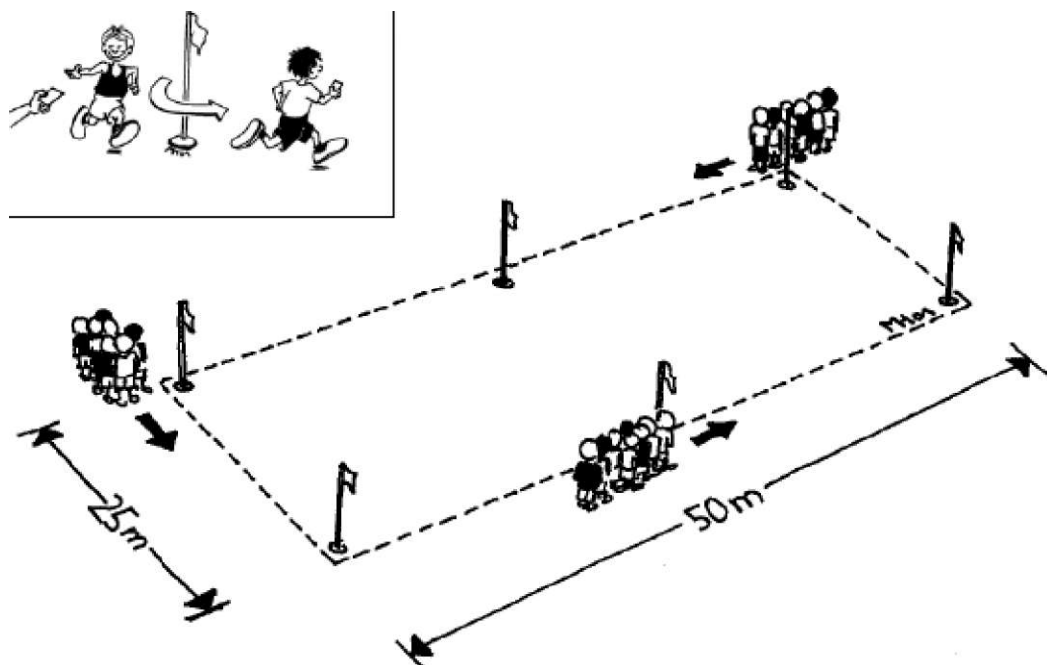
Pomoćnici

Da bi se obezbedila efikasnost organizacije potreban je jedan pomoćnik po timu. Ta osoba ima sledeće obaveze:

- Da kontroliše regularnost takmičenja.
- Da meri vreme.
- Da boduje i beleži bodove na takmičarskoj karti.

3.2 Trka "8' izdržljivosti"

Kratak opis: Trka u trajanju od 8 minuta. Koristi se staza od oko 150m.



Procedura

Svaka od ekipa treba da trči oko staze od 150m (vidi sliku gore) počev od polazne tačke. Svaki član ekipe pokušava da oprtrči stazu što je više puta moguće za 8 minuta. Znak za start se daje svima istovremeno (duvanjem u pištaljku ili pucnjem iz startnog pištolja, i sl.). Svaki član tima startuje trku s jednom kartom (loptom, komadom papira, zapušačem ili nečim slično) i on/ona treba da to donese natrag svome timu po završetku svakog kruga i da uzmu isto pri početku novog kruga i tako svaki naredni put. Posle sedam minuta, poslednji minut se najavljuje još jednom pištaljkom ili pucnjem iz startnog pištolja. Posle 8 minuta kraj trke se označava završnim signalom.

Bodovanje

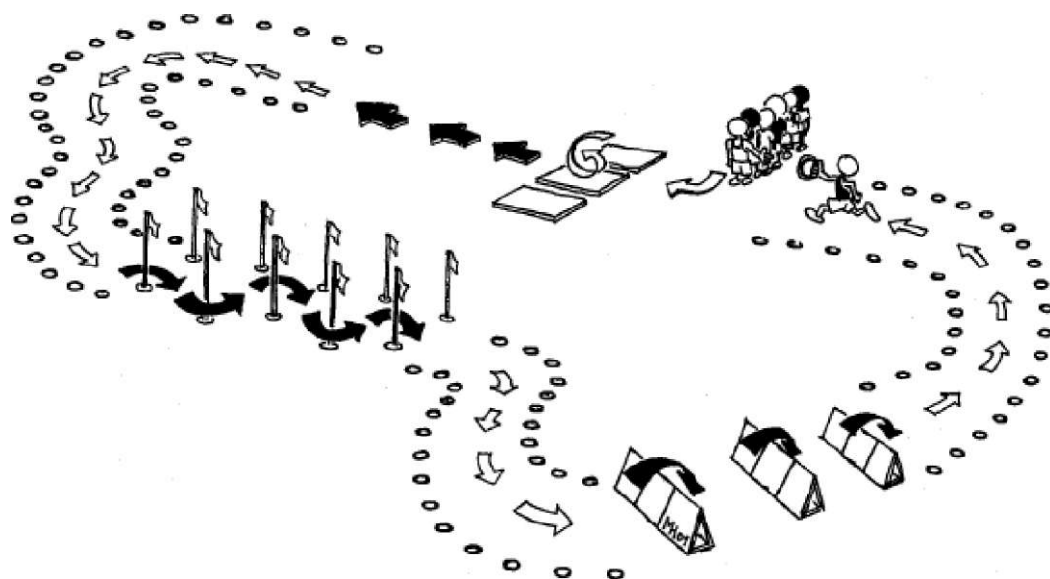
Posle završetka trke, svi učesnici daju pomoćniku karte koje su sakupili koji ih prebrojava radi bodovanja. Računaju se samo do kraja istrčani krugovi; oni koji nisu istrčani do kraja se ne računaju.

Pomoćnici

Da bi se obezbedila efikasnost organizacije potreban je jedan pomoćnik po timu. Oni su odgovorni za označavanje startne linije, kao i za izdavanje, sakupljanje i brojanje karata. Oni, takođe, moraju da ubeleže i bodove na takmičarsku kartu. Pored toga, neophodan je i starter da meri vreme i daje potrebne signale (poslednji minut i finalni signal).

3.3 Formula jedan

Kratak opis: Štafeta kao kombinacija pravolinijskog trčanja, prepona, slaloma i sprints.



Procedura

Dužina staze je oko 60m ili 80m i podeljena je na deo za pravolinijski sprint, za sprint sa preponama i za sprint oko slalom štapova (vidi sliku). Mekani prsten se koristi kao štafetna palica. Svaki učesnik startuje kolutom unapred na strunjači.

"Formula-jedan" je timsko takmičenje u kome svaki član tima treba da oprči stazu do kraja. Najviše šest timova može da se takmiči istovremeno na jednom trkalištu.

Bodovanje

Rangiranje se vrši na osnovu postignutog vremena: pobednički tim je onaj koji je osvojio najbolje vreme. Ostali timovi se ređaju po redosledu postignutog vremena.

Pomoćnici

Za svaku od deonica (prepone, slalom) najmanje dvoje pomoćnika je potrebno da bi postavili opremu kako je predviđeno. Pored pratilaca timova, potrebno je još dvoje dodatnih pomoćnika koji rade kao sudije u zoni razmene. Potrebna je još jedna osoba kao starter. Konačno, potrebno je onoliko merača vremena koliko je timova koji se takmiče. Merači vremena su zaduženi i za beleženje bodova na takmičarskim kartama.

3.4 Skok unapred iz čučnja

Kratak opis: Skok skupljenim stopalima unapred iz čučnja.



Procedura

Počev od linije prestupa, takmičari kreću “žablji skokovima” jedan za drugim (“žablji skok”: stopala zajedno i skok iz čučnja unapred). Prvi takmičar stoji sa vrhovima prstiju na liniji prestupa. On/ona se onda spušta u čučanj i skače unapred što je dalje moguće sa doskokom na obe noge. Pomoćnik obeležava mesto doskoka najbliže liniji prestupa (linija pete). Ako takmičar padne unazad, kao mesto doskoka se obeležava, na primer, otisak šake. Mesto doskoka onda postaje startna pozicija za sledećeg skakača u timu, koji izvodi svoj “žablji skok” sa te tačke. Treći član tima skače sa mesta doskoka drugog skakača i tako dalje. Takmičenje je završeno kad i poslednji član tima završi svoj skok i mesto njegovog doskoka se obeleži. Celokupan postupak se ponavlja i drugi put (drugi pokušaj).

Bodovanje

Svaki član tima se takmiči. Ukupna dužina svih izvedenih skokova se smatra rezultatom tima. Bodovi jednog tima se zasnivaju na boljem rezultatu od dva pokušaja. Merenja se beleže u intervalima od 1cm.

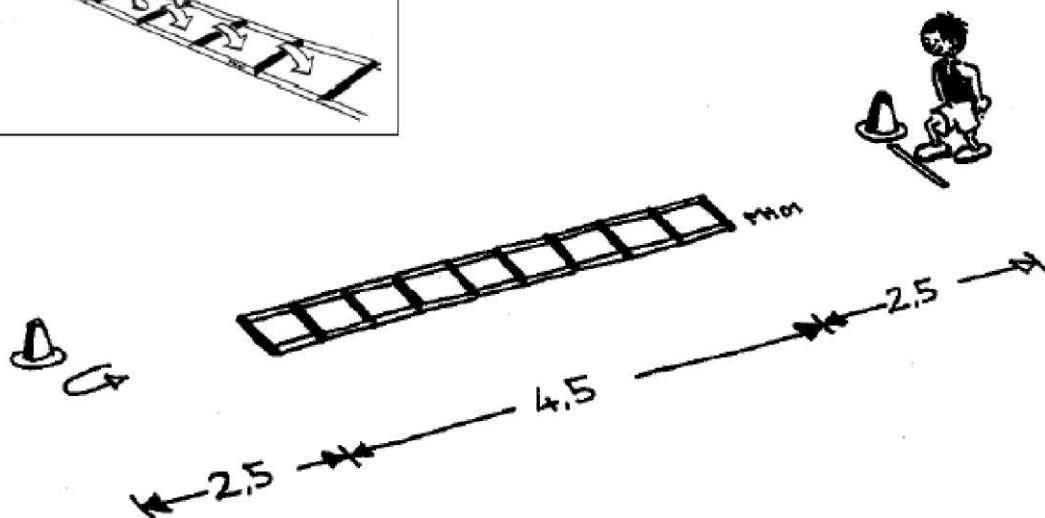
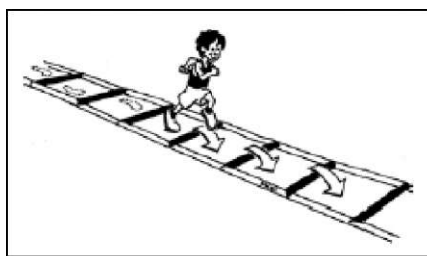
Pomoćnici

Za ovo takmičenje potreban je jedan pomoćnik po timu. On ili ona treba da:

- kontrolišu i regulišu propisanu proceduru (linija prestupa, doskok)
- Mere ukupnu dužinu svakog pokušaja
- Registruju bodove na takmičarskoj karti

3.5 Brzinsko savladavanje lestvi

Kratak opis: Trčanje kroz lestve, s jednog kraja do drugog i nazad



Procedura

Između dva čunja na rastojanju od 9.5m smeštene su koordinacione lestve na tlo na podjednakom odstojanju od markiranih čunjeva (vidi sliku gore). Na početku takmičenja takmičar stoji u raskoraku (stojeći start) sa vrhovima stopala na startnoj liniji koja je u visini prvog čunja. Posle startne komade, takmičar trči do lestvi, trči kroz lestve preskačući prečke (razmak između prečki je 50cm) što brže može i dolazi do drugog čunja. Pošto rukom dodirne čunj, takmičar se brzo okreće i trči nazad kroz lestve do prvog čunja. Kada ga dodirne rukom, merač vremena zaustavlja sat.

Ako takmičar napusti prostor lestvi ili skoči preko njih, pomoćnik produžava dužinu za 1m kod najbližeg čunja (po jedan pomoćnik se nalazi kod svakog od čunjeva). Na taj način takmičar se kažnjava dodatnom dužinom za trčanje jer je prekršio pravila za ovu disciplinu. Ako načini dve greške, dužina se povećava na 2m itd.

Bodovanje

Boduje se bolji pokušaj od dva.

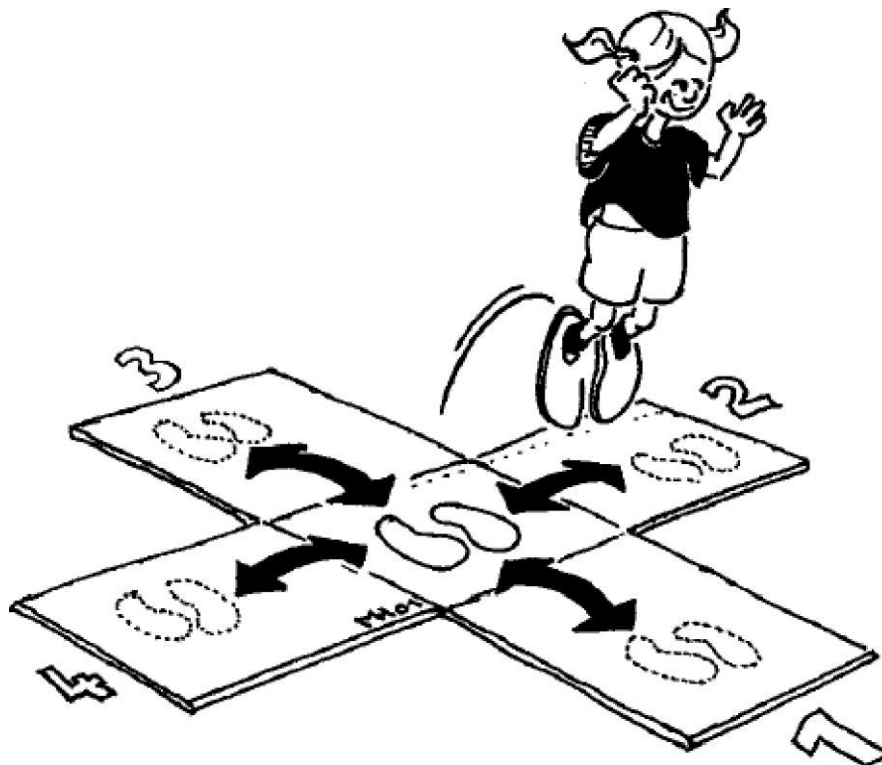
Pomoćnici

Potrebna su dva pomoćnika da bi organizacija bila efikasna. Oni imaju sledeće dužnosti:

- Da daju start za početak.
- Da kontrolišu i regulišu takmičenje.
- Da mere vreme.
- Da registruju bodove na takmičarskoj karti.

3.6 Ukršteni skok

Kratak opis: Skok s dve noge uz promenu smera



Procedura

Iz centra obeleženog prostora u obliku krsta, učesnik skače napred, nazad i (levo i desno) u stranu. Izričito, početak je iz sredine pa napred; onda se skače unazad do sredine; onda u desno i nazad u centar; zatim u levo i nazad u centar; konačno unazad i nazad u centar.

Bodovanje

Svaki od članova tima ima na raspolaganju 15 sekundi vremena za izvedbu, tokom koji nastoji da načini što veći broj skokova sa obe noge. Svaki kvadrat (prednji, centralni, desni, levi i zadnji) se boduje sa po jednim poenom, tako da tokom jedne ture najviše može da se osvoji osam poena. Boduje se bolji od dva pokušaja.

Pomoćnici

Za ovu disciplinu potreban je jedan pomoćnik po timu. Njegove dužnosti su sledeće:

- Da da komandu za start.
- Da kontroliše i reguliše procedure.
- Da meri vreme i broji skokove.
- Da registruje bodove na takmičarskoj karti.

3.7 Preskakanje konopca

Kratak opis: Preskakanje konopca (15 sekundi)



Procedura

Učesnik stoji sa stopalima paralelno postavljenim u startnoj poziciji i drži konopac za skakanje iza sebe sa obe ruke. Na komandu, konopac se prebacuje unapred preko glave, spušta nadole i učesnik preskače preko konopca. Ovaj ciklični proces se ponavlja što je više puta moguće za 15 sekundi. Ova disciplina je namenjena isključivo starosnoj grupi I. Deca treba da skaču sa obe noge. Svako dete ima pravo na dva pokušaja.

Bodovanje

Svak član tima učestvuje. Broji se svaki put kad konopac dodirne površinu zemlje. Najbolji rezultat svakog člana tima se računa da bi se dobio ukupan rezultat za tim.

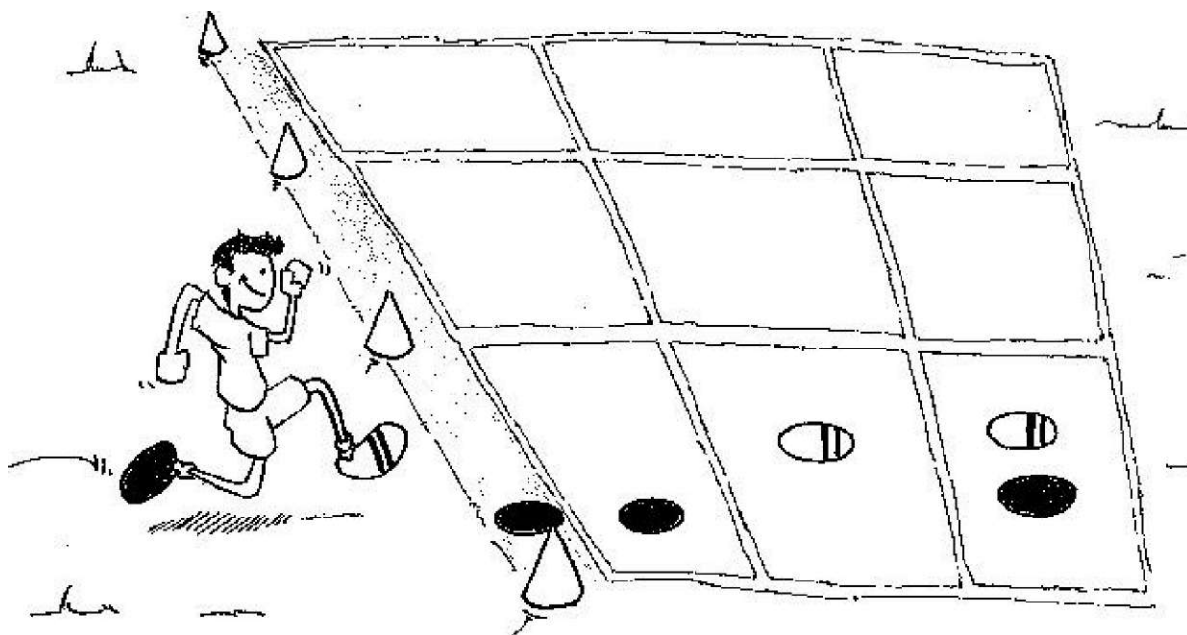
Pomoćnici

Potreban je jedan pomoćnik da bi organizacija takmičenja bila efikasna. Njegove dužnosti su sledeće:

- Da da znak za start.
- Da reguliše preskakanje i obezbedi da se to obavlja na ispravan način.
- Da meri vreme.
- Da boduje i registruje bodove na takmičarskoj karti.

3.8 Troskok unutar ograničenog prostora

Kratak opis: Troskok izveden unutar ograničenog prostora



Rešetka se može zameniti obručima: bodovi se računaju od centra svake ograđene oblasti ili iz centra svakog od obruča

Procedura

Atletičar izabere prostor za troskok koji odgovara njegovom nivou. Posle uzimanja zaleta od najviše 5m, on/ona izvodi hop, korak i skok. Boduje se bolji pokušaj od dva. Svako bodovanje se registruje i najbolji rezultat se čuva za ukupan rezultat tima.

Za starosnu grupu 7/8 godina, takmičenje se mora održati unutar dve jasno definisane staze.

Prostor za skakanje (bodovna tabela): 1m = 1 poen, 1.25m = 2 poena, 1.5m = 3 poena.

Za starosnu grupu 9/10 godina, takmičenje se može održati u bilo kojoj stazi. Prostor za skakanje (bodovna tabela): 1,50m = 1 poen, 1,80m = 2 poena, 2,15m = 3 poena.

Bodovanje

Rangiranje se vrši na osnovu rezultata: pobjednički tim je onaj koji ima najbolji ukupni rezultat. Ostali timovi se rangiraju na osnovu redosleda njihovih rezultata. Poeni se dodeljuju prema regularnosti procedure (9 timova: 1. dobija= 9 poena, 2. dobija= 8 poena, itd.).

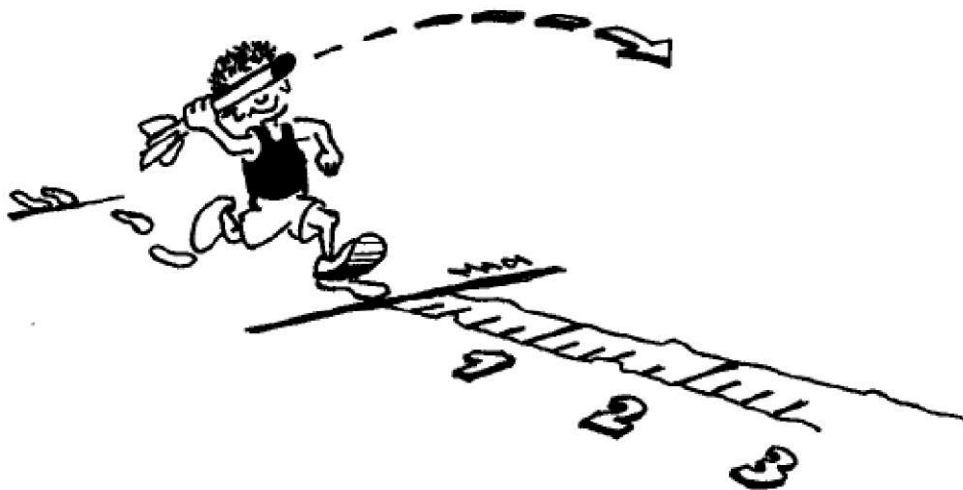
Pomoćnici

Potreban je jedan pomoćnik za efikasnu organizaciju ovog takmičenja. Njegove dužnosti su sledeće:

- Da kontroliše regularnost toka takmičenja.
- Da beleži rezultate.
- Da daje bodove i registruje bodove na takmičarskoj karti.

3.9 Bacanje koplja za decu

Kratak opis: Bacanje koplja za decu na daljinu jednom rukom



Procedura

Bacanje koplja za decu se odvija na prostoru 5m dužine. Posle kratkog zaleta, takmičar baca koplje u prostor za bacanje sa linije prestupa (starosne grupe I i II bacaju meko koplje, dok starosna grupa III baca TURBO-JAV). Svaki učesnik ima pravo na po dva bacanja.

Bezbednosna napomena: Pošto je takmičenje u bacanju koplja za decu kritično sa bezbednosne tačke gledišta, samo pomoćnicima je dozvoljeno da budu u prostoru za bacanje. Najstrože je zabranjeno da se koplje baca unazad prema liniji prestupa.

Bodovanje

Svako bacanje se meri pod uglom od 90° (pravim uglom) u odnosu na liniju prestupa i beleži se u intervalima od po 20cm (beleži se viša cifra kada je bacanje između linija). Bolje bacanje od dva moguća se računa kao rezultat koji se uzima u obzir kod obračuna ukupnog rezultata tima.

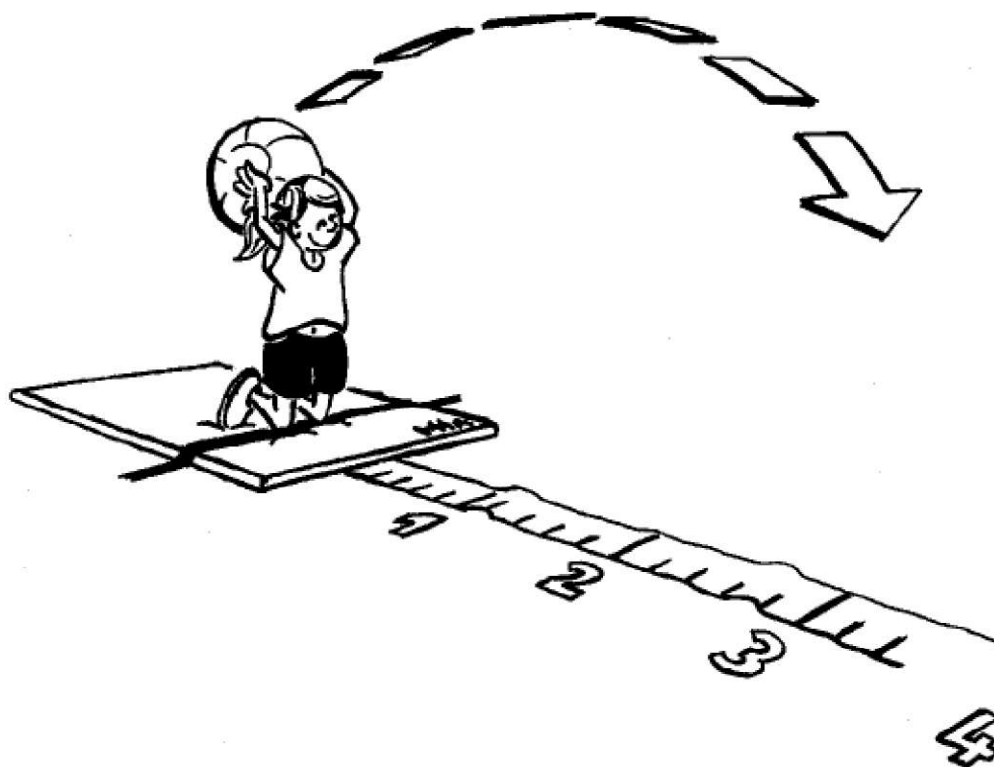
Pomoćnici

Za ovu disciplinu potrebna su dva pomoćnika po timu. Njihove dužnosti su sledeće:

- Da kontrolišu i regulišu proceduru.
- Da utvrde daljinu gde koplje padne (90° merenje od linije prestupa).
- Da odnesu koplje nazad do linije prestupa .
- Da boduju i beleže bodove na takmičarskoj karti.

3.10 Bacanje iz klečećeg položaja

Kratak opis: Bacanje u dalj medicine sa dve ruke iz klečećeg položaja



Procedura

Učesnik kleči na prostirci (ili nekoj drugoj vrsti meke površine) ispred uzdignutog, mekanog predmeta (na pr. mekana strunjača ili spužvaste prostirke). Učesnik se izvija unazad (pre nego što zategne telo) i diže medicinku (1kg) koristeći se sa obe ruke i zamahujući iznad glave da bi u klečećem položaju ostvario najveću moguću daljinu. Posle bacanja, učesnik može da padne na mekani uzdignuti jastuk koji se nalazi ispred njega/nje.

Bezbednosna napomena: Najstrože je zabranjeno bacati medicinku nazad ka učesnicima. Uputno je da se lopta nosi ili kotrlja nazad do linije prestupa za sledećeg takmičara.

Bodovanje

Svaki učesnik ima pravo na dva pokušaja. Merenje se vrši u intervalima od po 20cm (registruje se veća dužina ako je medicinka pala između linija) i vrši se pod uglom od 90° (pravim uglom) u odnosu na liniju prestupa. Bolji rezultat od dva dobijena svakog člana tima biva registrovan za ukupan rezultat tima.

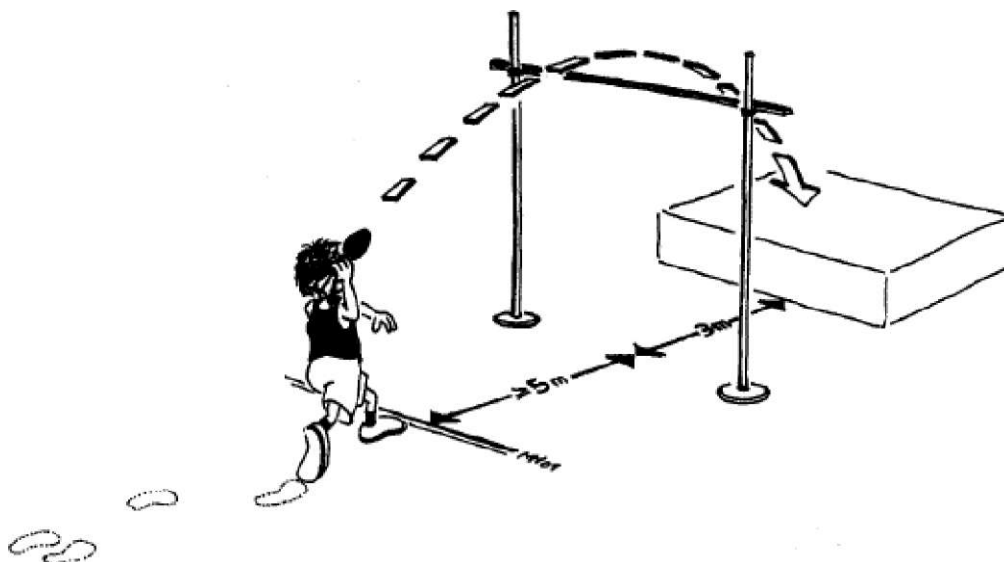
Pomoćnici

Ova disciplina zahteva dva pomoćnika po timu. Njihove dužnosti su sledeće:

- Da kontrolišu i regulišu proceduru.
- Da odrede dužinu bacanja – mesto gde je medicinka pala (pod uglom od 90° u odnosu na liniju prestupa)
- Da odnesu ili otkotrljaju medicinku nazad do linije prestupa.
- Da boduju i registruju bodove na takmičarskoj karti.

3.11 Gađanje mete preko prepreke

Kratak opis: Gađanje mete jednom rukom



Procedura

Gađanje mete se odvija sa udaljenosti od 5m. Prepreka je postavljena visinu od 2.5m od tla i na 2.5m od mete (vidi sliku gore). Određeni predmet se baca ka meti preko prepreke pri čemu takmičar vrši bacanje sa odabrane udaljenosti od prepreke. Potrebno je obeležiti četiri linije bacanja: 5m, 6m, 7m ili 8m udaljenosti od visoke prepreke. Svaki učesnik ima pravo na po tri pokušaja pogađanja mete određenim predmetom. Pri svakom pokušaju, učesnik može da izabere da baca sa bilo koje od četiri linije: više poena može da se dobije što je udaljenost od prepreke veća.

Bodovanje

Pogađanje oblasti mete – ili bar neke njegove ivice – smatra se uspešnim pokušajem. Poeni se dobijaju za svaki pogodak (bacanje sa 5m = 2 poena, 6m = 3 poena, 7m = 4 poena, i 8m = 5 poena). Ako je predmet bačen preko prepreke ali nije pogodio oblast mete, dobija se 1 poen. Svaki učesnik ima pravo na tri pokušaja, njihov zbir doprinosi ukupnom zbiru tima.

Pomoćnici

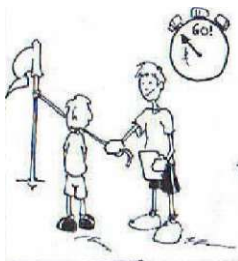
Da bi se organizovalo ovo takmičenje potreban je jedan pomoćnik. Njegove obaveze su:

- Da kontroliše i reguliše proceduru ove discipline (bacanje u dalj i pogodci).
- Bodovanje i beleženje bodova na takmičarskoj karti.

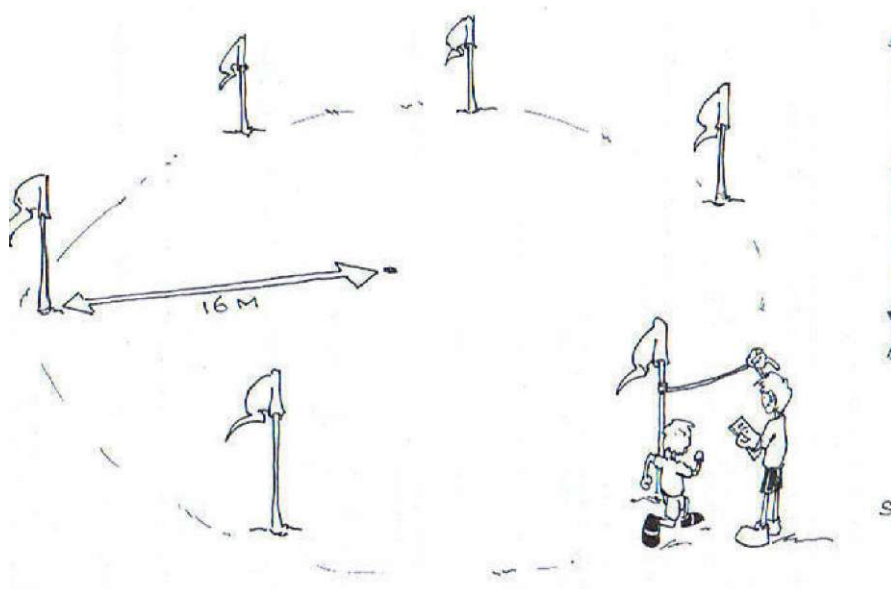
- Takmičenje za starosnu grupu 9/10 godina

3.12 Trka progresivne izdržljivosti

Kratak opis: Duga trka na kratkoj, obeleženoj stazi sa progresivnom brzinom.



Zatvorena kapija: 5' prema planu takmičenja



Procedura

Svak član ekipe treba da optrči stazu od oko 100m što više puta može uz progresivno povećanje brzine (vidi sliku gore i tabele brzina/vreme datu dole). Svaki istrčani kompletan krug donosi jedan poen za tim. Svi istrčani kompletni krugovi od strane svih članova tima se registruju.

Bodovanje

Rezultat tima predstavlja ukupan zbir individualno istrčanih kompletnih krugova od strane članova tima.

Pomoćnici

Potrebno je najmanje po 4 pomoćnika po timu da bi se organizovalo ovo takmičenje. Jedan je odgovoran za tabelu brzina/raspored, jedan za "otvaranje/zatvaranje kapije", a ostali beleže istrčane krugove i boduju ih na takmičarskoj karti.

Instrukcija za korišćenje

Napraviti tabelu trke, otvaranje 5' kapije po vremenskom rasporedu trke.

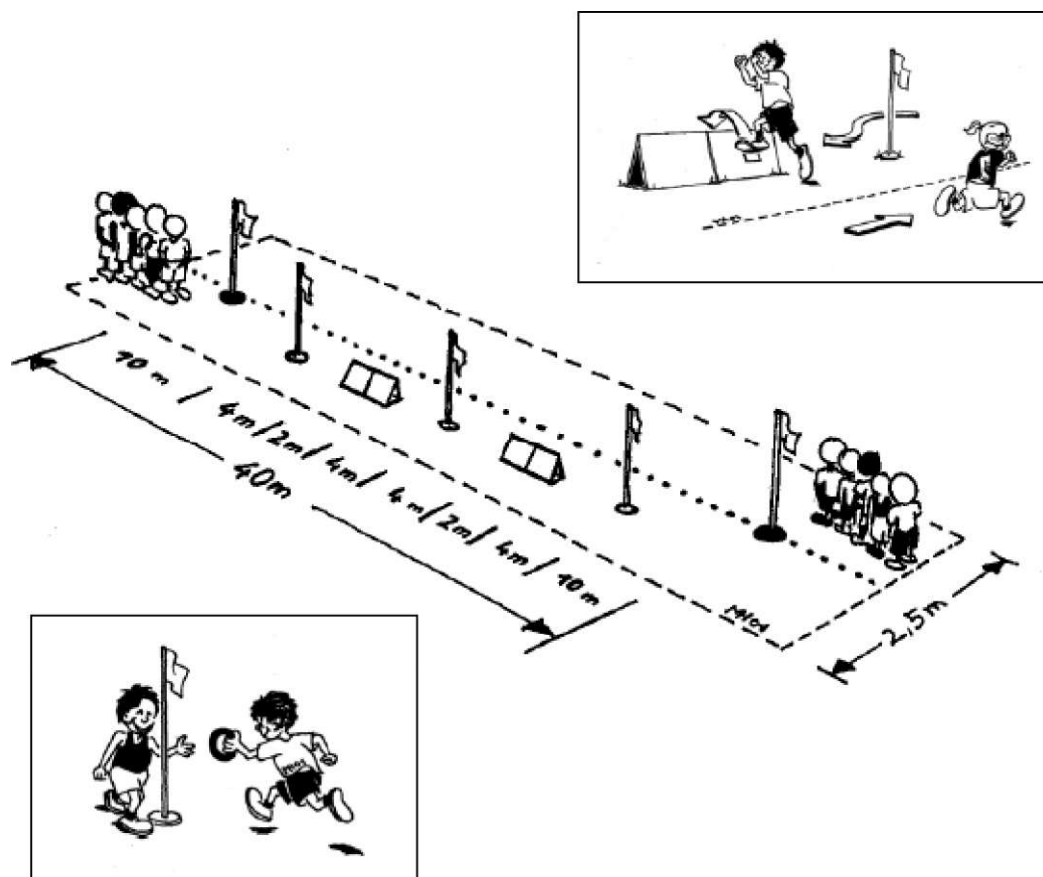
Tabela brzine	
Brzina km/h	Vreme sec/100m
8 km/h	45"
9 km/h	40"
10 km/h	36"
11 km/h	33"
12 km/h	30"
13 km/h	27"
14 km/h	25"
15 km/h	23"
16 km/h	22"
17 km/h	21"
18 km/h	20"
19 km/h	19"
20 km/h	18"

Primerak tabele				
Trčanje brzina/krug	Otvaranje kapije		Trčanje brzina/krug	Otvaranje kapije
12 km/h	30"		10 km/h	36"
12 km/h	1:00		10 km/h	1:12
13 km/h	1:27		11 km/h	1:45
13 km/h	1:54		11 km/h	2:18
14 km/h	2:19		12 km/h	2:48
14 km/h	2:44		12 km/h	3:18
15 km/h	3:07		13 km/h	3:45
15 km/h	3:30		13 km/h	4:12
16 km/h	3:52		14 km/h	4:37
16 km/h	4:14		14 km/h	5:02
17 km/h	4:35		15 km/h	5:25
18 km/h	4:55		15 km/h	5:48
19 km/h	5:14		16 km/h	6:10

NB: Ove tabele su date samo kao primer: od 10 do 19km/h. Vreme za 100m je zaokruženo da bi se stvari učinile jednostavnijim. Atlتيčari trče dva kruga svakom od brzina, sem za finalni sprint na kraju trke. U zavisnosti od standarda učenika, animatori će izabrati odgovarajuću formulu za trku. Bodovanje se vrši na osnovu broja kompletnih krugova (1 poen po krugu).

3.13 Sprint/prepone/kombinacija slaloma i štafete

Kratak opis: Štafeta kombinovana sa jednom dužinom sprinta i jednom dužinom slaloma.



Procedura

Stanica je organizovana kako je prikazano na gornjoj slici. Potrebne su dve staze za svaki tim: jedna staza je sa preponama, druga je bez prepona. Prva dužina staze je dužina sa preponama kombinovana sa štapovima za slalom, posle čega članovi tima trče sprint dužinu kao normalnu štafetu.

Takmičenje je završeno pošto svaki član tima istrči i ravnu i slalom/prepone dužinu. Mekani prsten (štafetna palica) se nosi u levoj ruci i dodaje se svaki put u levu ruku sledećem takmičaru.

Bodovanje

Rangiranje se vrši u zavisnosti od vremena: pobednički tim je onaj koji ima najbolje vreme. Ostali timovi se rangiraju prema redosledu njihovih vremena. Ukoliko ima manje timova u određenoj starosnoj grupi nego staza, rangiranje može biti bodovano direktno u zavisnosti od finalne pozicije svakog tima.

Pomoćnici

Da bi se obezbedila efikasna organizacija takmičenja, potreban je jedan pomoćnik po timu. Takva osoba ima sledeće obaveze:

- Da kontroliše regularnost održavanja takmičenja.
- Da meri vreme.
- Da boduje i registruje bodove na takmičarskoj karti.

3.14 Skok u dalj s motkom

Kratak opis: Skakanje u dalj s motkom.



Procedura

Od 5 metarskog zaletišta (linija prestupa je obeležena čunjem ili prečkom), takmičar trči ka obruču/gumi/strunjači. Odbačaj mora da se izvede skokom s jedne noge (skakači dešnjaci – dajući impuls levoj nozi – treba da uhvate motku sa desnom rukom iznad leve). Postavljanjem motke na dole i zabijanjem iste u zemlju, učesnik se odbacuje pored motke. “Prelet” pored motke prebacuje učesnika preko drugog markera u pravcu ciljnog predmeta (gume ili strunjače). Ciljni predmeti su postavljeni kao na gornjoj slici – prvi ciljni predmet je postavljen 1m iza markera. Preporuka je da se motka ne ispušta tokom skoka. Motka ne sme da bude duža od 2m.

Bodovanje

Svaki učesnik ima pravo na dva pokušaja. Ukoliko on/ona ateriraju unutar predmeta #1, dobijaju 2 poena; ukoliko ateriraju unutar predmeta #2, dobijaju 3 poena; itd (predmet #3 = 4 poena, predmet #4 = 5 poena i predmet #5 = 6 poena). Ukoliko se prilikom doskoka dodirne ivica gume/strunjače, skok će se smatrati “uspešnim”. Ako, prilikom doskoka jedna noga bude unutar gume/na strunjači a duga vani, oduzima se jedan poen. Za ovu disciplinu deca imaju po tri pokušaja. Sudije su dužne da decu upoznaju sa pravilima.

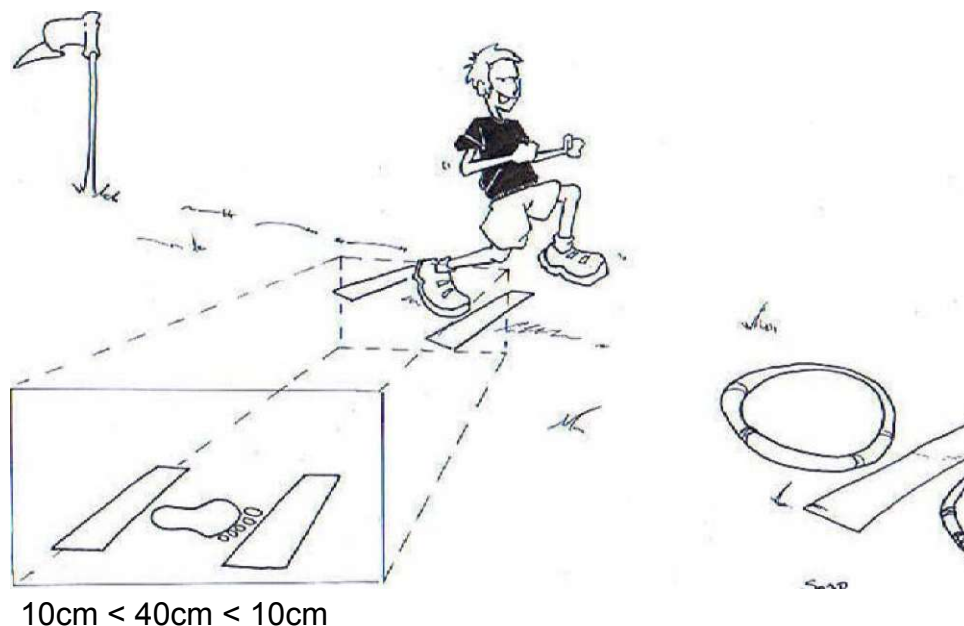
Pomoćnici

Za ovu disciplinu je potreban samo jedan pomoćnik. Njegove dužnosti su:

- Da kontrolišu visinu i širinu zahvata.
- Da kontrolišu ispravnost doskoka.
- Da vrše bodovanje i da to upisuju u takmičarsku kartu.

3.15 Precizan skok u dalj

Kratak opis: Skok u dalj iz kratkog zaleta sa preciznim zahtevima.



Procedura

Krećući sa zaletišta koje ne sme da ima više od 10m, učesnik skače u dalj u skadu sa striktno određenim pravilima vezanim za precizan startni impuls i doskok.

Boduje se na sledeći način (pri čemu su određene zone unapred definisane):

- zona doskoka: poeni se dodeljuju u zavisnosti od dostignutog cilja u nestabilnoj poziciji (zona #3 = 3 poena)
- ako je doskok na dve noge u uspravnom položaju, dodeljuje se 1 dodatni poen
- ako je takmičar dobio precizan impuls: +2 poena = u definisanoj zoni
+1 poen = u definisanoj zoni +/- 10cm
0 poena = promašena definisana zona

Bodovanje

Svaki član tima ima pravo na tri pokušaja. Svaki bod se registruje. Najbolji rezultat svakog člana tima se uzima u obzir prilikom izračunavanja ukupnog broja bodova jednog tima.

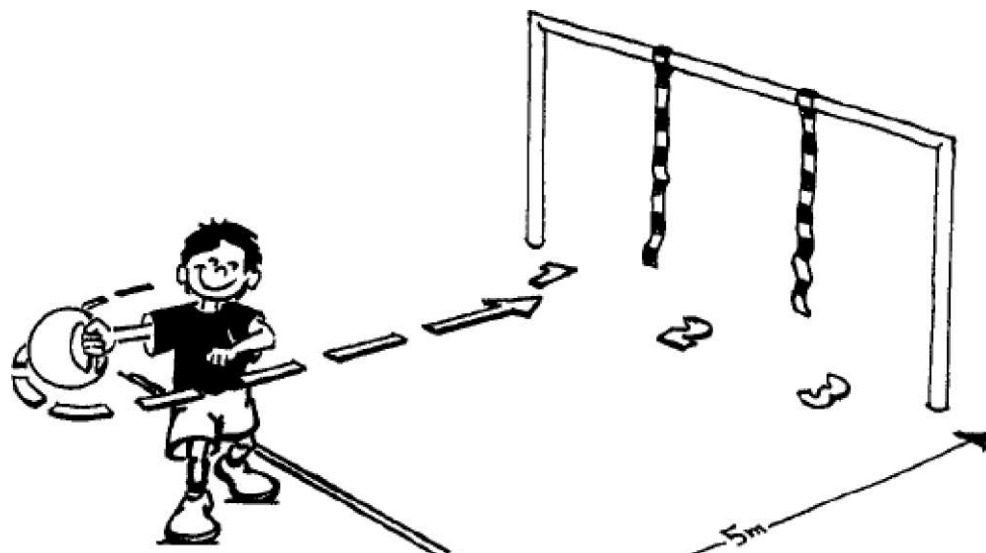
Pomoćnici

Za ovu disciplinu potreban je jedan pomoćnik po timu. Njegova dužnost je da:

- kontroliše preciznost impulsa
- kontroliše preciznost doskoka
- broji poene za svakog atletičara
- boduje i registruje bodove na takmičarskoj karti.

3.16 Rotaciono bacanje

Kratak opis: Bacanje ka različitim metama rotacionim pokretom



Procedura

Celokupna površina između dva stuba (ili između dve stativne) je podeljena u tri jednake zone: leva zona, centralna zona i desna zona. Postavljen bočno (postrance), stojeći, 5m udaljan od centralne zone, takmičar baca loptu (ili neki sličan predmet) ispružene ruke i postrance okrenute (slično bacanju diska ili forhand udarcu u tenisu) u mrežu ili fudbalski gol. Svaki takmičar ima pravo na dva pokušaja na bacanje u predmeta u zonu koja naviše odgovara njenoj/njegovoj ruci kojom izvodi bacanje (na pr.: levoruki bacač pokušava da baci predmet kroz levu zonu).

Bodovanje

Ako desnoruki učesnik baci predmet kroz desnu zonu, dobija 3 poena. Dva poena se dobijaju za bacanje kroz centralnu zonu i poen se dobija za bacanje kroz levu zonu. Ako je pogođena ivica neke od zona, dodeljuje se veći broj poena od moguće dve varijante. Što se tiče levorukih bacača, bodovi se dodeljuju obrnutim redosledom.

Ako bacač promaši zonu mete (baci pored, iznad, ispod) ili ako prestupi, on/ona imaju pravo na dodatno bacanje da pokušaju da osvoje poene.

Bolje od dva bacanje svakog od članova tima se računa u ukupnom rezultatu tima.

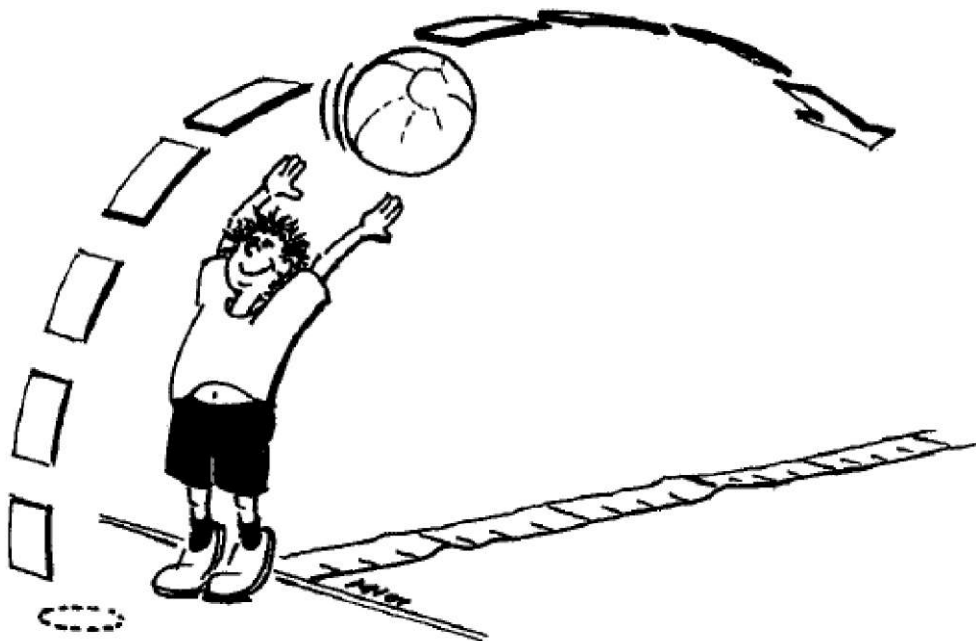
Pomoćnici

Za ovu disciplinu su potrebna dva pomoćnika po timu. Njihove dužnosti su sledeće:

- Da kontrolišu i regulišu poštovanje procedure.
- Da vraćaju opremu za bacanje do startne linije.
- Da boduju i beleže bodove na takmičarskoj karti.

3.17 Bacanje unazad preko glave

Kratak opis: **Bacanje medicinke u dalj unazad preko glave.**



Procedura

Učesnik stoji s nogama jedne uz drugu i petama uz liniju prestupa, leđima okrenut ka pravcu bacanja. Medicinka se drži dole sa obe ispružene ruke. Učesnik se onda spušta u čučanj (da bi omogućio zatezanje mišića butina), brzo ustaje (ispravlja noge), zatim brzo podiže ruke da bi prebacio medicinku preko glave i ostvario maksimalnu snagu bacanja i dobacio loptom što dalje u zoni bacanja. Posle bacanja, učesnik može da prestupi preko linije prestupa (napravi korak unazad). Svaki učesnik ima pravo na dva pokušaja.

Bodovanje

Merenje se obavlja pod uglom od 90° (pravim uglom) u odnosu na liniju prestupa i registruje se u intervalima od 20cm (uzima se u obzir bolji rezultat ako medicinka padne između dve linije). Bolji od dva rezultata svakog od učesnika se uzima prilikom računanja ukupnog rezultata tima.

Pomoćnici

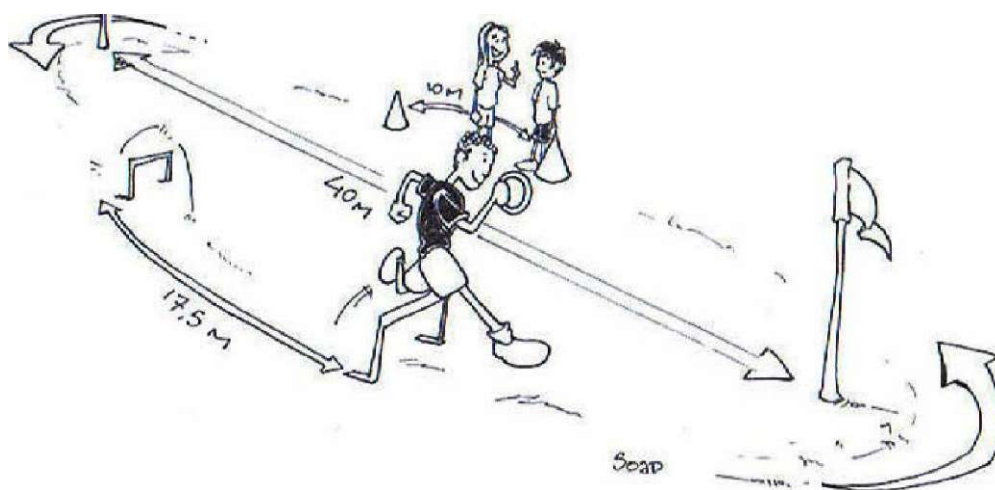
Ova disciplina zahtev dva pomoćnika po timu. Njihove dužnosti su sledeće:

- Da kontrolišu i obezbede regularnost procedure.
- Da odrede mesto gde je medicinka pala (merenje pod uglom od 90° od linije prestupa) i da odnesu loptu na startnu liniju.
- Da boduju i ubeležu bodove u takmičarsku kartu.

- Takmičenja za starosnu grupu 11/12 godina

3.18 "Bends Formula": sprint/prepone

Kratak opis: Štafeta u kombinaciji sa jednom dužinom sprinta i jednom dužinom prepona na trkalištu sa krivinama na krajevima.



Procedura

Dve staze su potrebne za svaki od timova: jedna treba da bude etapa za izmenu/sprint a druga da bude etapa sa 2 prepone.

Svi članovi timova se nalaze ispred 10-metarske linije za izmenu. Prvi učesnik počinje da trči ravnom dužinom prema prvoj zastavici, trči oko nje (zaobilazi je) i nastavlja da trči dužinu sa preponama do druge zastavice, trči oko zastavice i trči ka svom timu. Pri ulasku u zonu izmene, on/ona daju mekani prsten (štafetnu palicu) drugom članu tima koji trči istim putem kao prethodnik i predaje štafetu trećem članu tima itd. Takmičar koji prima štafetu počinje da trči u zoni izmene. Štoperica se aktivira kada prvi učesnik prođe pored startne linije (ulaz u zonu izmene) i zaustavlja se kad poslednji član tima pređe finiš liniju (ulaz u zonu izmene) pošto je on/ona istrčao svoje etape.

Bodovanje

Rangiranje se vrši na osnovu vremena koje je postigao pobednički tim. Ostali timovi se rangiraju u skladu sa rezultatima koje su postigli.

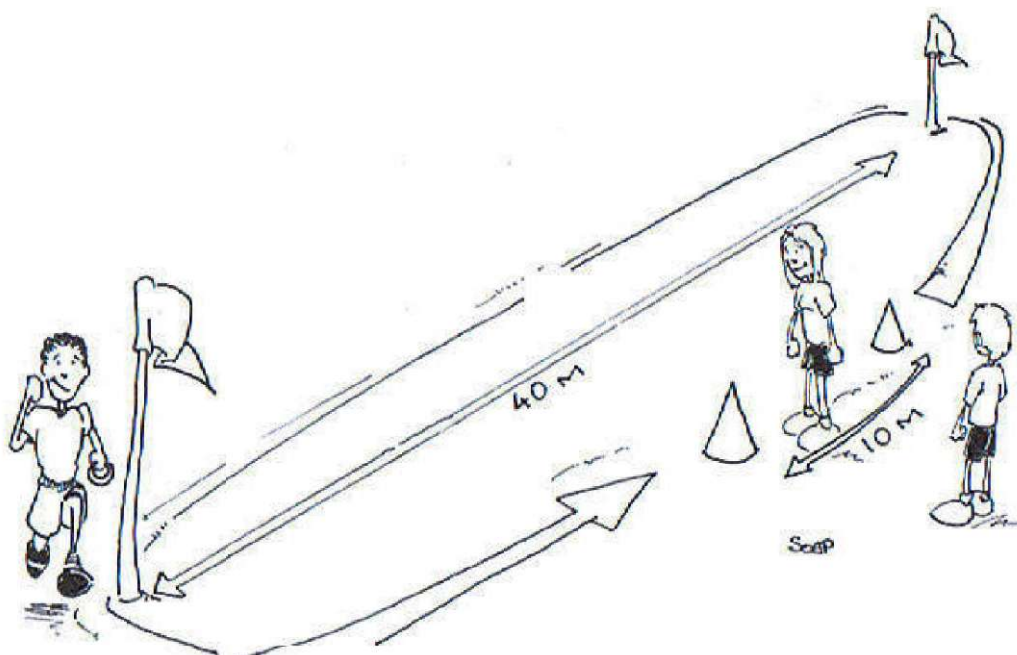
Pomoćnici

Da bi organizacija funkionisala efikasno, potreban je jedan pomoćnik po timu. Njegova dužnost je:

- Da kontroliše i obezbedi regularnost toka takmičenja.
- Da meri vreme.
- Da boduje i da beleži osvojene bodove u takmičarsku kartu.

3.19 "Bends Formula": Sprint štafeta

Kratak opis: Štafetni sprint sa krivinama na trkalištu



Procedura

Dve staze su potrebne za svaki od timova: jedna treba da bude etapa za izmenu a druga bez nje.

Svi članovi timova su ispred 10 metarske linije za izmenu. Prvi učesnik počinje da trči ravnom dužinom prema prvoj zastavici, trči oko nje (zaobilazi je) i nastavlja da trči ravnom dužinom do druge zastavice, trči oko zastavice i trči ka svom timu. Pri ulasku u zonu izmene, on/ona daju mekani prsten (štafetnu palicu) drugom članu tima koji trči istim putem kao prethodnik i predaje štafetu trećem članu tima itd. Takmičar koji prima štafetu počinje da trči u zoni izmene. Štoperica se aktivira kada prvi učesnik prođe pored startne linije (ulaz u zonu izmene) i zaustavlja se kad poslednji član tima pređe finiš liniju (ulaz u zonu izmene) pošto je on/ona istrčao svoje etape.

Bodovanje

Rangiranje se vrši na osnovu vremena koje je postigao porednički tim. Ostali timovi se rangiraju u skladu sa rezultatima koje su postigli.

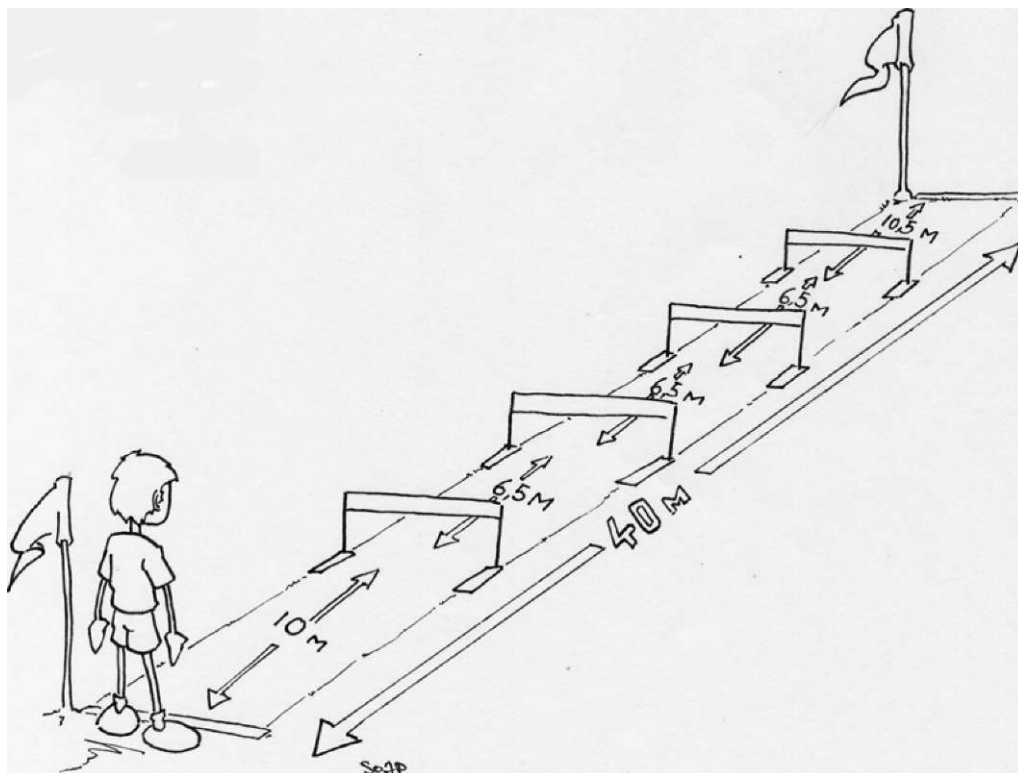
Pomoćnici

Da bi organizacija funkionisala efikasno, potreban je jedan pomoćnik po timu. Njegova dužnost je:

- Da kontroliše i obezbedi regularnost toka takmičenja.
- Da meri vreme.
- Da boduje i da beleži osvojene bodove u takmičarsku kartu.

3.20 Trka s preponama

Kratak opis: sprint preko prepona raspoređenih u jednakim razmacima



Procedura

Dužina staze sa preponama odgovara gornjoj slici.

Ovo je timsko takmičenje u kojem svaki učesnik trči sam.

Učesnik stoji spreman ispred linije prestupa i startuje kada se oglasi startni signal ili kada se oglasi bat zvona posle komande “pozor”. Učesnik istrčava dužinu staze i prelazi liniju cilja što brže može i dobija pojedinačni rezultat.

Dva učesnika trče istovremeno u dve paralelne staze jednakih dužina po oglašavanju signala za start.

Etapu koju trče je obeležena sa 4 prepone koju su postavljene u razmaku od po 7m.

Linija prestupa i prva prepona = na 10m razmaka / poslednja prepona i linija cilja = na 9m razmaka.

Bodovanje

Rangiranje se vrši na osnovu zbira rezultata postignutih od strane svih članova tima: pobjednički tima je onaj koji ima najbolja vreme. Ostali timovi se rangiraju u zavisnosti od postignutih rezultata.

Pomoćnici

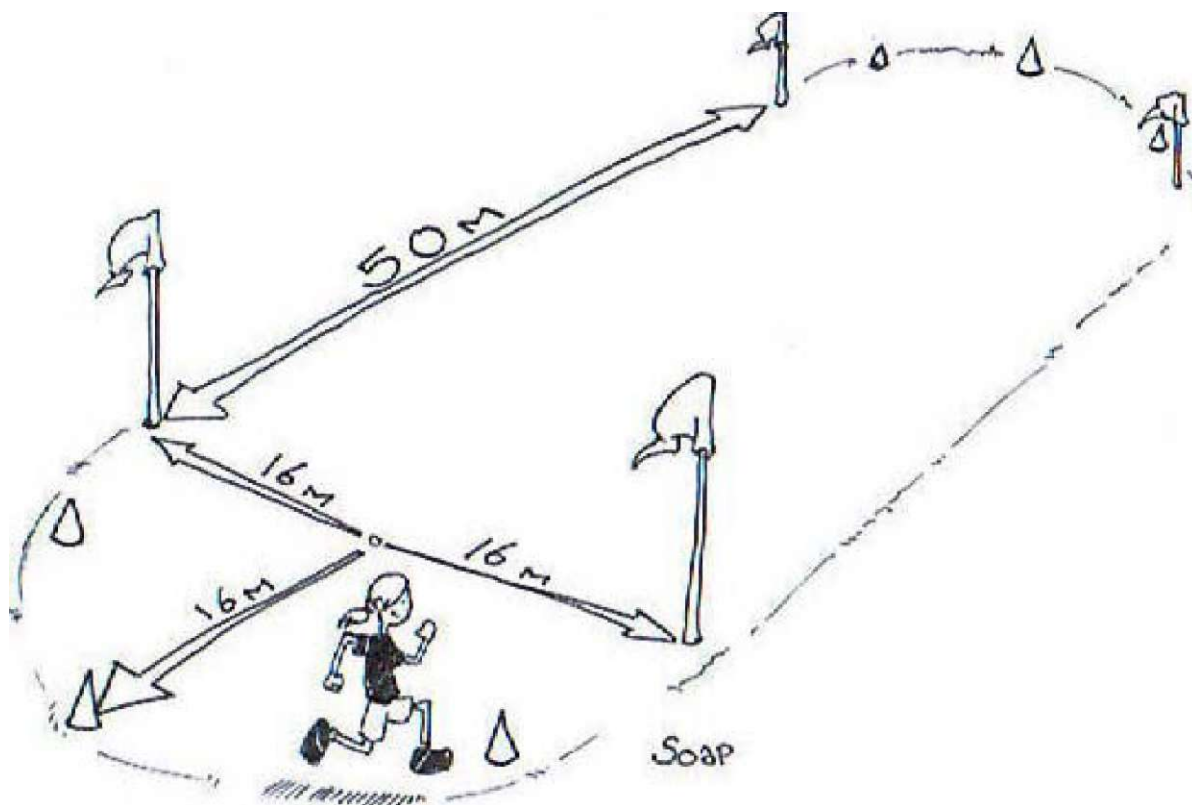
Za ovu disciplinu, jedan iskusan merač vremena je potreban za svaku od staza.

Potrebna je jedna osoba da da signal za start.

Merači vremena takođe unose bodove u takmičarsku kartu. .

3.21 1000m Izdržljivost

Kratak opis: Timska trka na 1000m



Procedura

Svaki tim mora da optrči 5 puta oko trkališta koje je oko 200m dužine (vidi sliku) s jasno označene startne pozicije. Vreme svakog člana tima se beleži.

Razdaljina se ostvaruje sa dve suprotne startne tačka na trkalištu, tako da najviše dva tima mogu da budu locirana u svakoj tački.

Bodovanje

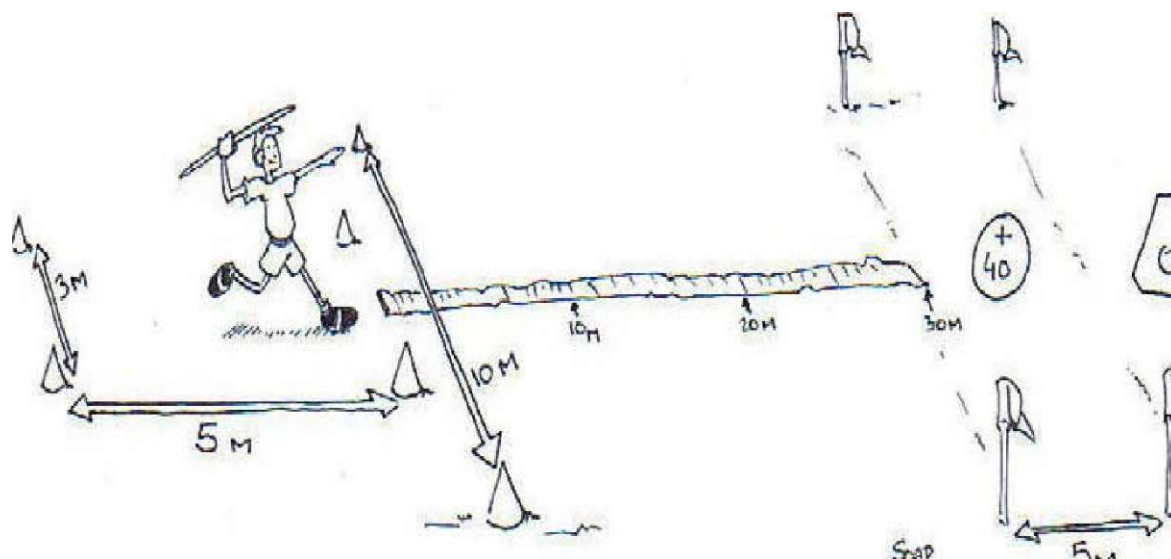
Bodovi tima predstavljaju zbir individualnih bodova članova tima.

Pomoćnici

Za efikasnu organizaciju ovog takmičenja, neophodna su dva pomoćnika po timu. Samo 4 tima mogu da trče na istom trkalištu istovremeno, što znači da je potrebno obzbediti prisustvo pomoćnika ili vođa timova na drugim stanicama.

3.22 Bacanje koplja za tinejdžere

Kratak opis: Bacanje jednom rukom na što veću daljinu/precizno, odgovarajućim kopljem



Procedura

Baca se iz 5-metarske zone zaleta. Atletičar baca koplje što dalje može (= 30m) sledeći markiranu liniju. Ako koplje padne izvan linije od 30m, unutar ciljne zone od 5m, takmičar dobija 10m bonusa.

Izvedba se direktno beleži sa markera ili sa metarske trake na zemlji. Svaki individualni rezultat svakog od tri pokušaja se registruje.

Bodovanje

Najbolju rezultat svakog člana tima se beleži i sabira sa rezultatima ostalih članova tima. Njihovom zbirom dobija se ukupan broj bodova tima.

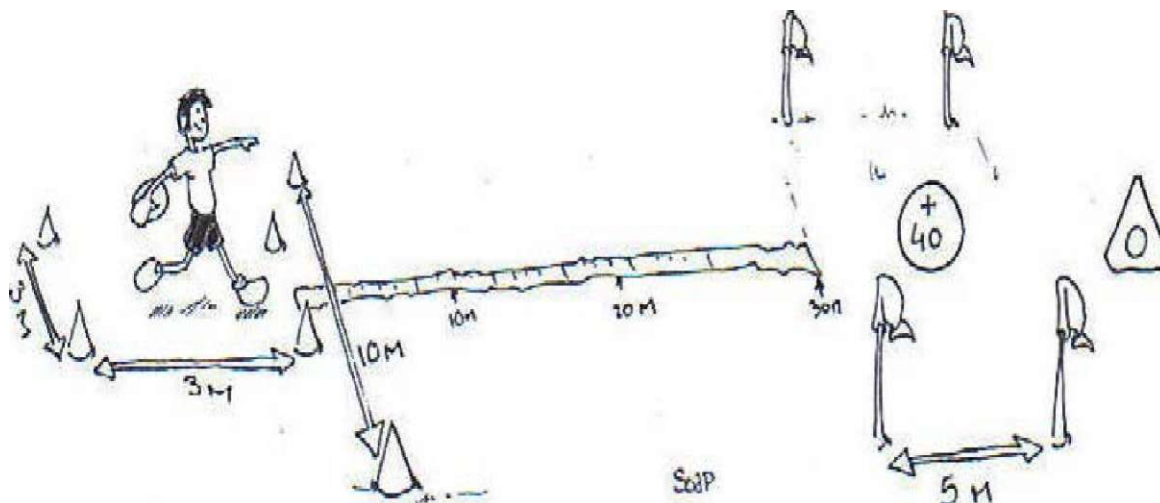
Pomoćnici

Za ovo takmičenje je potreban samo jedan pomoćnik čija dužnost je:

- Kontrolisanje i obezbeđivanje regularnosti takmičenja.
- Bodovanje i beleženje bodova na takmičarskoj karti.

3.23 Bacanje diska za tinejdžere

Kratak opis: Rotirajuće bacanje na daljinu/precizno koristeći odgovarajući disk ("Ludidisc")



Procedura

Sa zaletišta dužine 3m, atletičar baca rotirajućim pokretom ravan predmet koji se lako drži u ruci. Ovaj predmet treba da padne unutar obeležene zone (najviše 10m u širinu). Atletičar nastoji da baci što dalje (do 30m daljine) duž linije koja je definisana markerima. Ako tinejdžerski disk padne iza linije od 30m, a unutar 5 metara široke zone mete, dobija bonus od 10m.

Merenje se obavlja, od najbliže oznake koju je ostavio disk prilikom pada, pod pravim uglom u odnosu na traku za merenje duž linije pada. Svaki učesnik ima pravo na dva pokušaja. Oba se mere i registruju.

Bezbednosna napomena: Bezbednost je veoma bitna tokom takmičenja u bacanju diska. Samo pomoćnicima je dozvoljeno da se nalaze u zoni bacanja (pada) diska. Najstrože je zabranjeno bacanje diska pre nego što se da znak za bacanje.

Bodovanje

Svako bacanje se meri pod uglom od 90° (pravim uglom) u odnosu na liniju bacanja. Bolji od dva rezultata člana tima doprinosi ukupnom rezultatu tima. Ukupan rezultat jednog tima se poredi sa ostalim rezultatima da bi se dobila rang lista takmičenja.

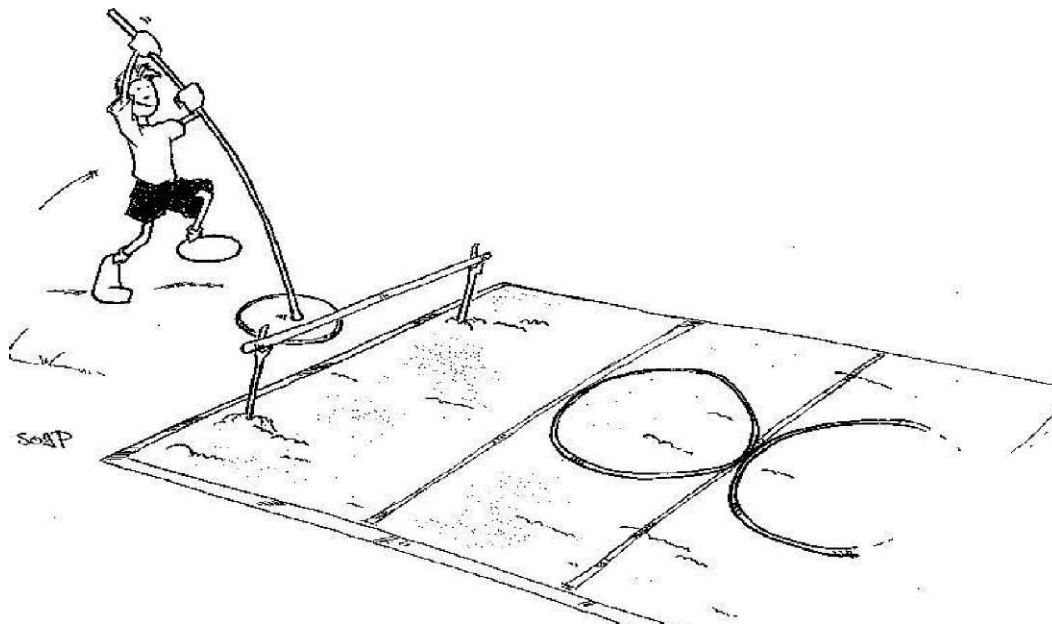
Pomoćnici

Ovo takmičenje zahteva dva pomoćnika po timu. Njihove dužnosti su sledeće:

- Da kontrolišu takmičenje i obezbede regularnost procedure.
- Da odrede mesto na koje je disk pao (merenje pod uglom od 90° u odnosu na liniju bacanja).
- Da odnesu disk nazad na liniju bacanja.
- Da izvrše bodovanje i da ubeleže bodove u takmičarsku kartu.

3.24 Skok u dalj motkom preko jame s peskom

Kratak opis: Skok u dalj preko prepreke koristeći motku i doskok u jamu s peskom



Procedura

Od 10-metarskog zaletišta (linija prestupa je obeležena čunjem, trakom ili prečkom), takmičar trči ka obruču/gumi/strunjači koji se nalazi ispred jame s peskom. Odbačaj mora da se izvede skokom s jedne noge (skakači dešnjaci – daju impuls levoj nozi – treba da uhvate motku desnom rukom iznad leve). Postavljanjem motke nadole i zabijanjem iste u zemlju, učesnik se odbacuje od motke. “Prelet” pored motke prebacuje učesnika preko savladive prepreke primoravajući ga/je da izvede u osnovi skok u vis. Skakač onda mora da doskoči u pravcu ciljnog predmeta (gume ili strunjače).

Ciljni predmeti su postavljeni kao na gornjoj slici (prvi ciljni predmet je postavljen 1m iza jame). Učesnik mora da doskoči sa obe noge (da bi se izbegla opasnost od povrede). Motka mora da se drži sa obe ruke (!), kao što se vidi gore, dok se skok ne završi. Promena zahvata rukama motke tokom skoka je apsolutno zabranjena.

Bodovanje

Svaki učesnik ima pravo na dva pokušaja. Ako on/ona doskoče unutar predmeta #1, dobijaju 1 poen; ako doskoče unutar predmeta #2, dobijaju 2 poena; itd [predmet #3 (= 3 poena), predmet #4 (= 4 poena)]. Ako dodirnu ivicu gume/strunjače prilikom doskoka, takav skok se smatra “uspešnim”. Ukoliko se prilikom doskoka obe noge nađu unutar gume/strunjače, učesnik dobija 1 dodatni poen. Ukoliko se prilikom doskoka takmičaru obe noge nađu van gume/strunjače on/ona imaju pravo na još jedan pokušaj da bi skok izveli kako treba. Dodirivanje prepreke se kažnjava 1 poenom.

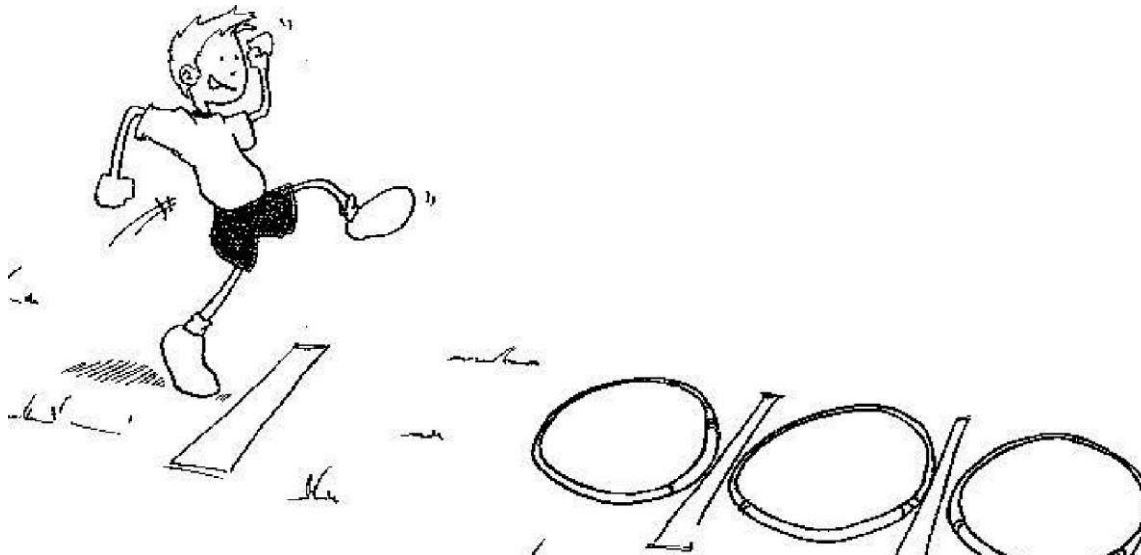
Pomoćnici

Za ovo takmičenje je potreban samo jedan pomoćnik. Njegove dužnosti su sledeće:

- Da kontroliše visinu i širinu zahvata rukama.
- Da kontroliše ispravnost doskoka.
- Da boduje i beleži bodove na takmičarskoj karti.

3.25 Skok u dalj s kratkim zaletom

Kratak opis: Skok u dalj



Za starije kategorije, regularna traka za merenje se razvija pored jame s peskom da bi se dobili precizniji rezultati.

Procedura

Svaki učesnik startuje sa samog kraja zaletišta, započinje 10-metarski zalet (obeležen čunjem ili prečkom) i poleće u 50cm široku zonu. On/ona završava skok i doskače u datu zonu peska unapred obeleženu čunjevima i/ili obručima. Zona 1 donosi 1 poen; zona 2 donosi 2 poena itd.

Bodovanje

Svaki član tima učestvuje u ovom takmičenju. Svi postignuti rezultati se beleže. Najbolji rezultat iz tri pokušaja ulazi u zbir za ukupan rezultat tima. Zbir individualnih rezultata daje ukupan rezultat tima.

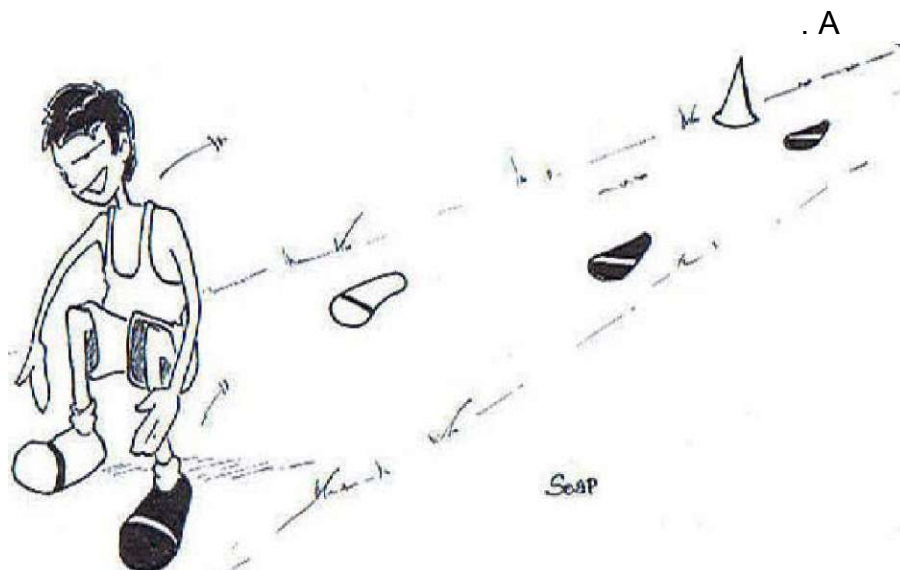
Pomoćnici

Da bi organizacija funkcionisala efikasno, jedan pomoćnik po timu je potreban za ovo takmičenje. Njegove dužnosti su da:

- Kontroliše i obezbedi regularnost procedure.
- Boduje i beleži bodove na takmičarskoj karti.

3.26 Troskok s kratkim zaletom

Kratak opis: Troskok posle vrlo kratkog zaleta



Procedura

Svaki od članova tima ima pravo na po tri pokušaja.

Posle zaleta koji je limitiran na 5m, atletičar izvodi troskok (hop, korak, skok i doskok na obe noge). Merenje se vrši sa tačke doskoka (otisci peta) koji su najbliži zoni uzleta uz pomoć trake za merenje koja je razvijena duž zone doskoka.

Bodovanje

Najbolji rezultat svakog atletičara se boduje i beleži da bi se dobio ukupan skor tima.

Pomoćnici

Da bi se osigurala efikasna organizacija, za ovo takmičenje je potreban jedan pomoćnik.

Njegove dužnosti su sledeće:

- Da kontroliše i obezbedi regularno odvijanje procedure (hop, korak, skok, doskok sa obe noge).
- Da zabeleži rezultate.
- Da registruje rezultate na takmičarskoj karti.

4. Bodovanje događaja

4.1 Sistem bodovanja

Sistem bodovanja u “Dečijoj atletici” je vrlo jednostavan i ne zahteva nikav kompjuterski sistem, niti bilo kakvo specijalizovano znanje atletskih pravila. Potrebna je samo jedna osoba da se stara o semaforu na takmičenju 9 timova. Rezultati su dovoljno jednostavni da mogu da se objave samo dva minuta posle završetka zadnjeg takmičenja. Nije potrebna tabela za notiranje.

Da sumiramo: sistem bodovanja se bazira na ovim smernicama:

- Maksimalni broj bodova zavisi od broja timova koji se takmiče u određenoj starosnoj grupi. Na primer: sa 9 timova koji se takmiče, najbolji dobija 9 poena, drugi dobija 8 poena, treći dobija 7 poena i tako dalje, sve do poslednjeg tima koji dobija 1 poen.
- Odmah posle određenog takmičenja, ukupan rezultat se prenosi i objavljuje na semaforu.
- Ako dva ili više tima imaju isti rezultat, svi timovi dobijaju bodove koji pripadaju tom mestu na tabeli. Sledeći tim se rangira na mestu koje sledi posle mesta na kome su timovi sa istim brojem poena.
- Pobjednik takmičenja je tim koji ima najveći broj poena na kraju takmičenja.

4.2 Bodovanje trkačkih disciplina

U trkačkim takmičenjima, vreme odgovara zabeleženom rezultatu.

U individualnim takmičenjima starosne grupe 11/12 godina, vreme se beleži i sabira da bi se dobio rezultat tima.

4.3 Bodovanje disciplina na terenu

U skakačkim i bacačkim disciplinama, svaki učesnik mora da se takmiči u svom takmičenjima i učestvuje u svim predviđenim pokušajima. Ukupan zbir najboljih individualnih izvedbi je rezultat tima u određenoj grupi takmičenja. Beleženje i bodovanje rezultata se unosi na takmičarske karte.

4.4 Merenje takmičenja na terenu

U "IAAF Dečjoj atletici", procedura merenja (direktno očitavanje sa trake za merenje koja se razvija po tlu) se koristi za starosne grupe I i II, pa čak i III. Odstojanje se uvek meri pod uglom od 90° (pravim uglom) od linije bacanja do tačke gde predmet (lopta, koplje itd) padne. Kada predmet padne između obeleženih intervala, bacaču se računa veća dužina.

4.5. Konačno rangiranje

Semafor se koristi da bi se dobila brza registracija i ukupan plasman. Semafor se može napraviti od bilo kakavog materijala, pod uslovom da može da pokaže plasman timova u svim kategorijama takmičenja. Odmah posle završetka jednog takmičenja, karte sa svih stanica se sakupljaju radi izračunavanja od strane pomoćnika i predaju se asistentu na semaforu radi daljeg upoređivanja.

Čim svi timovi završe određeno takmičenje i pojedinačni rezultati se objave na semaforu, rangiranje timova u tom takmičenju se određuje. Broj bodova se onda objavljuje – mora da bude krupno i lako čitljivo. Po završetku takmičenja, samo konačno rangiranje bodova svakog tima se sumira, na taj način se dobija sveukupan plasman svakog tima u skladu sa svim dobijenim bodovima. Pobednički tim je onaj koji ima najveći broj bodova. Ovakav tabelarni prikaz i otvoreno izračunavanje rezultata predstavlja process evaluacije koji je vidljiv i transparentan za sve. Na taj način svi učesnici mogu stalno da prate progres timova gledajući trenutni plasman na semaforu tokom takmičenja. Rezultati koji su neprestano izloženi pogledu tokom mitinga predstavljaju ključ za održavanje neizvesnosti ishoda istog.

5. Organizacija

5.1 Planiranje organizacije

Dole dati organizacioni saveti trebalo bi da budu razmatrani kada se organizuje takmičenje "IAAF Dečja atletika" kako bi taj događaj prošao u najboljem mogućem redu:

- Sva oprema treba da se dostavi najbliže moguće mestu održavanja mitinga.
- Četvoro ili šestoro ljudi koji odlično poznaju organizacioni plan treba da budu na raspolaganju. "Glavni organizator" nadgleda i kontroliše postavljanje opreme i njeno demontiranje.
- Šestoro ili osmoro ljudi, gore pomenutih, treba da se raspodele u skladu sa potrebama odabranih takmičenja (prioritet se daje trkačkim disciplinama).
- Potrebno je da se unapred napravi "organizacioni plan" da bi se obezbedila koordinacija u radu.
- Kada se konačno sve postavi, treba da usledi dobrodošlica deci koja dolaze. Posle kraćeg upoznavanja u skladu sa osnovnim pravilima takmičenja, treba da se održi najviše 10-minutno zajedničko zagrevanje, najbolje uz muziku.
- Posle zagrevanja određuju se timovi; deca se šalju na različite stanice, daju se kratka uputstva za izvođenje prve vežbe.

5.2 Prijave za učešće i za takmičenje

- 5.2.1 Prijave za timove

Da bi se takmičenje odvijalo nesmetano, neophodna je prethodna registracija timova koji učestvuju. Takmičenja se biraju u skladu sa brojem prethodno registrovanih timova. Po dolasku timova na teren, timske karte sa navedenim imenima se izdaju pomoćnicima da bi mogli da unose bodove.

- 5.2.2 Prijave (formulari) za takmičenje

Da bi se takmičenje nesmetano odvijalo, formulari – dati dole – se prave kao šabloni. Oni mogu da se po potrebi fotokopiraju od strane organizatora.

A) Takmičarski formular za “trkačke discipline” (sprint/izdržljivost)

TRKAČKE DISCIPLINE ZA SVE STAROSNE GRUPE

Tim/boje: _____ Grupa: _____

TIM	Sprint/prepone	Sprint/slalom	"Formula 1"

IAAF KIDS' ATHLETICS

Najviše četiri tima može da se registruje na ovom formularu. Pod oznakom "No.", rezervišete broj tima ukazujući tako na broj staza na trkalištu koje će biti potrebne.

Biranje jarke boje za košuljicu za broj svakog od timova se toplo preporučuje da bi se timovi lakše identifikovali. Boje svakog od timova se upisuju u formular takmičenja, a pojavljuju se i na semaforu.

Trkačke discipline su takođe navedene po redosledu događanja na formularu takmičenja.

Za trku izdržljivosti, boja, koja je jedinstvena za svaki tim, treba da bude jasno istaknuta.

Rezultat svakog tima se direktno prenosi na semafor čim se trka završi.

B) Formulari za skakačke/bacačke discipline

SKAKAČKA/BACAČKA TAKMIČENJA

Tim/boje: _____ Grupa: _____

	Ime	1. pokušaj	2. pokušaj	Najbolji rezultat
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
	Tim ukupno:			

IAAF KIDS' ATHLETICS

Formulari za obe grupe takmičenja su identični. Međutim, neke od stvari koje će biti naknadno razmatrane moraju da se uzmu u obzir.

Svaki nastup mora da se ubeleži na takmičarskim formularima, vodeći računa da se evidentira i boja svakog tima i održano takmičenje. Najbolji nastup zajedno sa bodovima osvojenim od strane jednog tima (zbir individualnih rezultata) se beleže na formularu.

- a) Naslov "Grupa" se odnosi na starosnu grupu tima koji se trenutno takmiči. Potrebno je da se posebno navede za slučaj da se takmiči više grupa različite starosti.

b) Samo imena članova tima (ime i prezime) se pominju u Formularu za tim, kako bi se dobilo na vremenu i kako se ne bi ometalo objavljivanje rezultata.

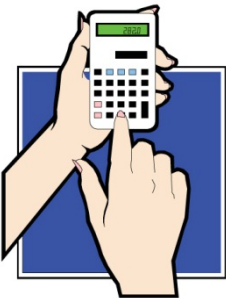
Naslov "1. pokušaj", "2. pokušaj" se odnose, naravno, na prvi i drugi pokušaj izvođenja određene fizičke aktivnosti. Oba pokušaja se ne izvode odmah jedan za drugim. Najbolji rezultat se nalazi u poslednoj koloni i odnosi se na "najbolji rezultat"

Konačno, suma svih najboljih rezultata svakog od članova timova se unosi u kolonu "Tim ukupno".

5.3 Semafor

Kao i u zvaničnim skakačkim i bacačkim atletskim takmičenjima, semafor je neophodan. Potrebno je da se instalira u centru mesta događanja kako bi mogao da bude vidljiv celo vreme trajanja takmičenja od strane svih prisutnih. Semafor je bitan element koji može da privuče i zadrži pažnju dece. Semafor mora da se održava ozbiljno, da se rezultati promptno objavljuju po završetku svakog takmičenja. Trebalo bi da liči na primer dat dole.

Primer za semafor- 7/8, 9/10 godina starosti

		Prepone	Slalom	Formula 1	Izdržljivost	Skok motkom	Preskakanje konopca	Unakrsno skakanje	Skok unapred iz čučnja	Lestve	Meta	Koplje	Kolena	Preko glave unazad	Rotacija	Poeni	Rangiranje
Crveni	Rezultat																
	Poeni																
Žuti	Rezultat																
	Poeni																
Zeleni	Rezultat																
	Poeni																
Plavi	Rezultat																
	Poeni																
Oranž	Rezultat																
	Poeni																
Beli	Rezultat																
	Poeni																
Braon	Rezultat																
	Poeni																
Violet	Rezultat																
	Poeni																
	Rezultat																
	Poeni																

5.4 Identifikacija timova/Plan mesta takmičenja

- Identifikacija timova je neophodna. To može da se uradi majicama u boji ili košuljicama koje se oblače preko majice ili komadima tkanine vezanim oko ruke za kapitene timova. Ovakvi detalji su značajni jer ukazuju na pripadnost timu i pomoć su organizatoru za prepoznavanje takmičara.
- Planiranje mesta takmičenja je od izuzetne važnosti. Granice terena predviđenog za takmičenje moraju biti jasno označene. Svaka od stanica, takođe, mora da bude označena (čunjevima, plastičnim bocama itd). Briga o sigurnosti je neophodna da bi se obezbedio kvalitet i sigurnost učesnika i gledalaca.

5.5 Organizaciona ekipa/Osoblje i pomoćnici

Kao i kod standardnih atletskih takmičenja za odrasle, tako i kod "IAAF Dečja atletika" potrebni su pomoćnici – sudije koje su tu da obezbede da se takmičenja odvijaju u skladu sa određenim pravilima i po određenoj proceduri. Međutim, pored njihove uloge zvaničnika, pomoćnici moraju da pružaju podršku deci i da im daju podsticaj i motivišu ih tokom takmičenja. Svaka odluka koja se donosi donosi se u cilju da se takmičenje učini prijatnim za decu. Ovaj originalan pristup implicira stvaranje jednog zvaničnog tela sastavljenog od zvaničnika specijalizovanih za ovakvu publiku/učesnike.

Osoblje se sastoji od sledećih ljudi:

- "Organizator takmičenja": on/ona ima uvid u sve i uključen/a je u organizaciju događaja kao glavni komunikator i osoba za rešavanje problema. On/ona najavljuje promenu stanice takmičenja.
- "Šef semafora": on/ona imaju ulogu generalnog sekretara, kontroliše formule, raspoređuje pomoćnike i priprema rezultate za objavljivanje.
- Jedan "Starter" i dva "Merača vremena" su potrebni za sprinterske/trkačke discipline. Ove osobe mogu da pomognu i prilikom montiranja i demontiranja opreme na prostoru za takmičenje.
- Jedan ili dva dodatna pomoćnika su potrebna da kontrolišu da se pravila, red i bezbednost poštuju.

5.6 Zvanično objavljivanje rezultata

Ceremonija proglašenja pobednika je absolutno obavezna za svako takmičenje "IAAF Dečja atletika".

Da bi se postigao maksimalno pozitivan efekat, objava mora da se da odmah – najkasnije dve minuta posle završetka datog takmičenja. Svaki tim i svako dete treba da napuste takmičenje sa svešću koji je konačan rezultat i sa saznanjem kako je individualni napor svakog od njih doprineo tom rezultatu. Svako dete koje je učestvovalo na takmičenju dobija diplomu kao nagradu.

Zvanično objavljivanje rezultata je, takođe, i pravo vreme da se zahvali pomoćnicima zvanično i javno.

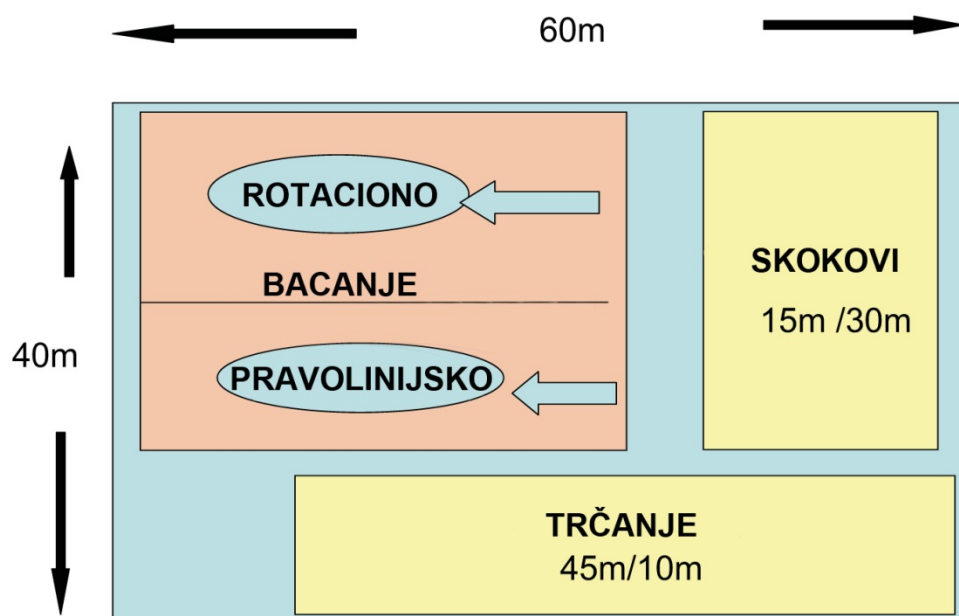
6. Formulari i tabele

6.1 Lista opreme (9 Timova)

Takmičenje	Oprema
TRČANJE:	
Sprint / prepone – tamo i nazad	3 štoperice, 12 prepona, 6 motki (u uglovima), 3 štafetne palice/mekana prstena
Sprint / prepone - krivina	3 štoperice, 6 zastavica, 6 čunjeva, 6 prepona, 1 dupli dekametar
Sprint / slalom – tamo i nazad	12 motki za slalom (pored opreme potrebne za takmičenje u sprintu / preponama)
Sprint štafeta - krivine	3 štoperice, 6 zastavica, 6 čunjeva
Formula 1	9 prepona, 12 motki za slalom, 3 strunjače, 3 štoperice, oko 30 markera/čunjeva, 3 štafetne palice/mekana prstena
Prepone	3 štoperice, 6 zastavica, 6 čunjeva, 12 prepona, 1 dupli dekametar
8' izdržljivosti	9 ugaonih motki, 20 karti/čipova po detetu, 1 štoperica
1000M izdržljivosti	10 čunjeva, 2 zastavice, 2 štoperice, takmičarska karta, 1 dupli dekametar
Progresivna izdržljivost	10 čunjeva, 2 zastavice, 1 tabela brzine, 1 štoperica, 1 dupli dekametar
SKAKANJE:	
Prelet preko motke	2 motke, 6 gumenih podloga, 1 merna traka, 1 čunj za obeležavanje startne linije
Skok u vis/dalj motkom	1 prepreka (max. 1m visine), 1 jama s peskom (uz opremu potrebnu za prelet motkom)
Preskakanje konopca	1 uža, 1 štoperica
Žablji skok	1 merna traka (30m), 1 marker, 1 marker/čunj i 1 prečka/prepreka
Unakrsno skakanje	1 strunjača za unakrsno skakanje, 1 štoperica
Savladavanje lestvi	1 lestve za preskakanje, 1 štoperica, 2 čunja
Kratak zalet-troskok	1 merna traka, 2 čunja, 1 takmičarska karta
Kratak zalet-skoku dalj	1 merna traka, 1 peščana prepreka, 2 čunja, 1 takmičarska karta
Precizan skok u dalj	8 čunjeva, 3 obruča

BACANJE:	
Gađanje u metu	2 stuba/motke (fudbalski gol), 1 prečka ili uže (2,5m u visinu), 2 Vortex-lopte
Dečja koplje	2 meka koplja (2 TURBOJAV), 1 merna traka (30m), 1 čunj po metru
Tinejdžersko koplje	8 čunjeva, 1 merna traka (30m), 2 "napredna" koplja
Bacanje s kolena	2 medicinke (1 kg), 1 merna traka (20m), 1 gimnastička strunjača, 1 čunj po metru
Bacanje preko glave unazad	2 medicinke (1kg), 1 merna traka (20m), 2 prepreke
Rotaciono bacanje	2 lopte za bacanje, 2 stuba/motke (fudbalski gol), markeri, 1 čunj po metru
Tinejdžerski disk	2 "ludidisks" diskova, 8 čunjeva, 1 merna traka (30m)
ZONA ODMORA:	2 Vortex-lopte, 1 konopac, 2 motke, 1 jama
Komentar: Sve stanice moraju biti označene brojevima u skladu sa redosledom takmičenja; jedna odrasla osoba mora da bude u pratnji jednog tima sa svim takmičarskim kartama i planom stanica.	

6.2 Organizacija stanica za sportske discipline



Organizacija takmičarskog prostora

Svaki organizator sportskih događaja će osmisliti instalaciju događaja pošto uradi analizu različitih faktora koji se uzimaju u obzir. Bezbednost i jednostavno kretanje za više grupe dece su odlučujući faktori za organizaciju stanica za sportske discipline.

Treba uzeti u obzir i markiranje prostora za skakanje, bacanje i trčanje zastavicama ili stubićima.

6.3 Formulari i dodatni dokumenti

Trka "8' izdržljivosti" (Rangiranje)

	Tim / Boje	Poeni (1 po lopti)	Mesto
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			

IAAF Kids'ATHLETICS

Lista tima

	Tim:	Boje:
	Ime	Prezime
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

Takmičarska karta za discipline sprinta, skakanja i bacanja - 11/12 godina starosti

Timovi :

Boje:

Grupa	Pokušaj 1	Pokušaj 2	Pokušaj 3	Najbolji rezultat
A				
A				
A				
A				
A				
			UKUPNO A	
B				
B				
B				
B				
B				
			UKUPNO B	

Napomena:

Ako su deca iz starosne grupe 11-12 godina već učestvovala na vrsti sportskih takmičenja namenjenih mlađim kategorijama, takmičenje između oponentata u takmičenjima za ovu starosnu grupu treba da se promene.

Starosna grupa koja se takmiči u svakoj takmičarskoj stanici se sastoji od 2 1/2 tima na sledeći način:

6 timova: AB CD EF: A1 sa B1, A2 sa B2, itd.

9 timova: ABC DEF GHI: A1 sa B1, A2 sa C1, B2 sa C2, itd.

Delimični rezultati se objavljuju u celini na semaforu.

Što se tiče štafete i individualnih trka, timovi ostaju zajedno.

Semafor: Sportske discipline za 11-12 godina starosti

	E 1	E 2	E 3	E 4	E 5	E 6	E 7	E 8	E 9	E 10	UKUPNO	MESTO
Timovi												
A1												
A2												
Ukupno A												
B1												
B2												
Ukupno B												
C1												
C2												
Ukupno C												
D1												
D2												
Ukupno C												
E1												
E2												
Ukupno E												
F1												
F2												
Ukupno F												
G1												
G2												
Ukupno G												
H 1												
H 2												
Ukupno H												
I 1												
I 2												
Ukupno I												

Trke Progresivna izdržljivost i 1000m izdržljivost

Formular za timske rezultate

	Tim	Rezultati - 1000m izdržljivost	Rezultati – progresivna izdržljivost
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			

Timski formulari sa individualnim rezultatima takmičenja

Disciplina/
TIMOVI /

BOJE

Grupa	Prezime	Ime	Nastup/disciplina
A			
A			
A			
A			
A			
		Ukupno A	
B			
B			
B			
B			
B			
		Ukupno B	

6.4 Lista organizzazione ekipe (9 timova)

Funkcija/događaj	Po stanici	Ukupno
Koordinator	1	1
Pomoćnika po timu	1	9/6
Spiker	1	1
Pomoćnik na semaforu	1 or 2	1 or 2
Merač vremena	2/3	2/3
Starter	1	1
Prva bacačka disciplina	2	2
Druga bacačka disciplina	2	2
Treća bacačka disciplina	2	2
Prva skakačka disciplina	1	1
Druga skakačka disciplina	1	1
Treća skakačka disciplina	1	1
(Trka izdržljivosti)	*	
Ukupno:	25	

* Sudije mogu da imaju više rola tokom takmičenja.

* Atletičari ili roditelji mogu da imaju ulogu potrebnih odraslih pratilaca dece.

DODATAK 1**Rotacije grupa u takmičenjima Dečja atletike**

Primer organizacije takmičarskih tabela

Organizacija mitinga: 6 timova od po 10 atletičara starosti od 11 do 12 godina uzimaju učešće u takmičenju koje se sastoji od 7 disciplina.

Tim	Grupa	1° redosled	2° redosled	3° redosled	4° redosled	5° redosled	6° redosled	7° redosled
A	A1	Sprint štafeta	Prepone	Koplje	Medicinka	Skok motkom	Troskok	Izdržljivost
	A2	Sprint štafeta	Prepone	Medicinka	Koplje	Troskok	Skok motkom	Izdržljivost
B	B1	Sprint štafeta	Prepone	Koplje	Medicinka	Skok motkom	Troskok	Izdržljivost
	B2	Sprint štafeta	Prepone	Medicinka	Koplje	Troskok	Skok motkom	Izdržljivost
C	C1	Koplje	Medicinka	Skok motkom	Troskok	Sprint štafeta	Prepone	Izdržljivost
	C2	Medicinka	Koplje	Troskok	Skok motkom	Sprint štafeta	Prepone	Izdržljivost
D	D1	Koplje	Medicinka	Skok motkom	Troskok	Sprint štafeta	Prepone	Izdržljivost
	D2	Medicinka	Koplje	Troskok	Skok motkom	Sprint štafeta	Prepone	Izdržljivost
E	E1	Skok motkom	Troskok	Sprint štafeta	Prepone	Koplje	Medicinka	Izdržljivost
	E2	Troskok	Skok motkom	Sprint štafeta	Prepone	Medicinka	Koplje	Izdržljivost
F	F1	Skok motkom	Troskok	Sprint štafeta	Prepone	Koplje	Medicinka	Izdržljivost
	F2	Troskok	Skok motkom	Sprint štafeta	Prepone	Medicinka	Koplje	Izdržljivost

Rotaciona tabela za 5 timova
7/8 & 9/10 godina starosti (Primer)

Timovi	Takmičenje 10	Takmičenje 10'	Takmičenje 10	Takmičenje 10'	Takmičenje 10	Takmičenje 10'	Takmičenje 10'
Tim 1	F1	Sprint/ prepone	Koplje	Medicinka	Unakrst	Motka	Izdržljivost
Tim 2	F1	Sprint/ prepone	Medicinka	Koplje	Motka	Unakrst	Izdržljivost
Tim 3	Unakrst	Motka	F1	Sprint/ prepone	Medicinka	Koplje	Izdržljivost
Tim 4	Motka	Unakrst	F1	Sprint/ prepone	Koplje	Medicinka	Izdržljivost
Tim 5	Medicinka	Koplje	Unakrst	Motka	F1	Sprint/ prepone	Izdržljivost

Tabela za 6 timova - 7/8 & 9/10
(primer organizacione tabelle)

	Rotacija 6 timova						
Takmičenje sa 6 timova od po 10 atletičara							
štoperica	10'	20'	30'	40'	50'	60'	70'
tim							
1	trka 1	trka 2	unakrst	motka	medicinka	vortex	izdržljivost
2	trka 1	trka 2	motka	unakrst	vortex	medicinka	izdržljivost
3	unakrst	motka	medicinka	vortex	trka 1	trka 2	izdržljivost
4	motka	unakrst	vortex	medicinka	trka 1	trka 2	izdržljivost
5	medicinka	vortex	trka 1	trka 2	unakrst	motka	izdržljivost
6	vortex	medicinka	trka 1	trka 2	motka	unakrst	izdržljivost

**Rotacija takmičarskih stanica: 9 timova –
7/8 & 9/10 godina starosti (primer)**

Tim	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°
1	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	LESTVE	UNAKRST	MOTKA	KOPLJE	ROT	MED NAZAD	KRAJ
2	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	UNAKRST	MOTKA	LESTVE	MED NAZAD	KOPLJE	ROT	KRAJ
3	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	MOTKA	LESTVE	UNAKRST	ROT	MED NAZAD	KOPLJE	KRAJ
4	KOPLJE	ROT	MED NAZAD	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	LESTVE	UNAKRST	MOTKA	KRAJ
5	MED NAZAD	KOPLJE	ROT	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	UNAKRST	MOTKA	LESTVE	KRAJ
6	ROT	MED NAZAD	KOPLJE	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	MOTKA	LESTVE	UNAKRST	KRAJ
7	LESTVE	UNAKRST	MOTKA	KOPLJE	ROT	MED NAZAD	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	KRAJ
8	UNAKRST	MOTKA	LESTVE	MED NAZAD	KOPLJE	ROT	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	KRAJ
9	MOTKA	LESTVE	UNAKRST	ROT	MED NAZAD	KOPLJE	SPRINT F1	SPRINT F1	SPRINT F1	KRAJ

DODATAK 2

Bezbednost učesnika

Bezbednost je bila i ostala glavna briga organizatora takmičarske manifestacije “Dečja atletika”.

Opšte instrukcije:

- Bezbedna montaža
- Bez opasne opreme (predmeti za bacanje, motke/stubovi)
- Iskusne sudije
- Poštovanje organizacione procedure

<i>Takmičenje</i>	<i>Pravila bezbednosti</i>
Sprint/štafeta	Podloga koja nije klizava, bezbedne štafete/mekani prstenovi i markeri
Prepone/štafeta	Podloga koja nije klizava, bezbedne štafete/mekani prstenovi, marker i lako premostive prepreke
Formula 1	Meka podloga, bezbedni marker i prepone, podloga koja nije klizava
Prepone	Podloga koja nije klizava, lako premostive prepone, očišćen prostor oko linije cilja
8·1000, Progr. Izdržljivost	Staza bez opasnosti (rizika), deca moraju biti nadgledana
Skok preko peščane jame	Prekopati jamu s peskom, kratak zalet, bez opasnih predmeta pohranjenih u pesku
Skok	Kratak zalet, savladana tehnika troskoka, mekano tle koje nije klizavo
Motka	Maksimalno 2.50m duga, bez opasnih motki, pad na meko (na pr.: pesak), minimalno poznavanje tehnike
Bacanje koplja	Odgovarajuće koplje (nije opasno), organizovana grupa, odgovarajuće preporuke
Rotirajuće bacanje	Odgovarajući predmeti za bacanje, organizovana grupa, odgovarajuće preporuke
Bacanje medicinke	Lopta odgovarajuće težine, rasčišćen prostor u pozadini (u slučaju gubitka ravnoteže)

DODATAK 3

Primer sertifikata



IAAF Kids' Athletics

KIDS'ATHLETICS

certificate

participated successfully with his/her _____ team

in the Kids' Athletics _____ event

City / Date _____

Signature _____

IAAF Kids' Athletics

IAAF Kids' Athletics