

Ostravské sportovní hry

Propozice 2. pololetí 2021/2022

Pořadatel:	Statutární město Ostrava a Okresní rada AŠSK ČR Ostrava	
Termín:	únor 2022 - květen 2022 červen 2022	distanční forma soutěží (výzvy) Velký sportovní den se slavnostním vyhlášením deseti nejúspěšnějších škol
Kontaktní osoby:	Mgr. Renata Adamíková Bc. Miroslava Segar	tel. 737 617 369, e-mail: r.adamikova@centrum.cz tel. 599 443 284, e-mail: msegar@ostrava.cz

Vzhledem k epidemické situaci budou i v 2. pololetí probíhat soutěže formou výzev.

Celkové pořadí škol bude určeno součtem procent za všech 6 výzev

Výzvy:

4. výzva - únor: driblink 1 min. kolem 2 met

Žák dribluje s basketbalovým míčem kolem 2 met vzdálených od sebe 10 m, vybíhá od jedné mety směrem ke druhé a obíhá ji z jedné strany, při návratu obíhá druhou metu z druhé strany (trasa driblinku je tedy ve tvaru osmičky).

Limity: 1. - 2. třída: 40 m, 3. - 5. třída: 80 m, 6. - 9. třída: 120 m

Výsledky 4. výzvy pošlete do 10. března

5. výzva - březen: gymnastika

Splnění výzvy: 1. - 2. třída: kotoul vpřed, 3. - 5. třída kotoul vpřed a kotoul vzad

6. - 9. třída: sestava: kotoul vpřed - roznožka přes kozu - kotoul vzad nebo přemet stranou
(roznožku přes kozu možno nahradit skrčkou přes bednu nebo přechodem přes kladinu s poskokem, obratem a podřepem)

Výsledky 5. výzvy pošlete do 5. dubna

6. výzva- duben - květen: atletika

V průběhu dubna a května žák uběhne na čas 60 m a splní jednu z disciplín - hod míčkem nebo skok daleký.

Splnění výzvy: 1. - 2. třída: splní 2 disciplíny

3. - 5. třída: žák získá ze 2 disciplín celkem aspoň 200 bodů

6. - 7. třída: 300 bodů, 8. - 9. třída: 400 bodů

Bodovací tabulky viz příloha

Výsledky 6. výzvy pošlete do 31. května.

Informace: informace o projektu, průběžné hodnocení najdete na <https://orostrava.assk.cz/>



OSTRAVA!!!

