

Súťaž o „5 olympijských kruhov“ v roku 2019



Slovenský olympijský výbor, ktorý oslavoval v roku 2018 25. výročie svojho založenia sa veľkou snahou venuje aj rozvoju olympizmu a športovaniu detí a mládeže. Slovenská gymnastická federácia prispela k oslavám tohto výročia súťažou, o „5 olympijských kruhov“, ktorou chce sprístupniť súťaženie aj začínajúcim pretekárom registrovaných v Slovenskej gymnastickej federácii.

Gymnastika patrí do programu novodobých Olympijských hier od ich vzniku. V súčasnosti sú do programu OH zaradené štyri gymnastické športy: športová gymnastika mužov, športová gymnastika žien, moderná gymnastika a skoky na trampolíne.

Slovenská gymnastická federácia má predovšetkým zásluhou športových gymnastiek nepretržité zastúpenie na Olympijských hrách od vzniku samostatnej Slovenskej republiky. Po jednej účasti majú športovní gymnasti a trampolíny.

Päť olympijských kruhov je najvyšší symbol olympizmu. Kruhy sa navzájom prelínajú a farby: modrá, žltá, čierna, zelená a červená reprezentujú jednotlivé kontinenty: Európu, Áziu, Afriku, Austráliu a Oceániu a Ameriku

Olympijskú vlajku s piatimi kruhmi navrhol v roku 1914 zakladateľ moderného olympijského hnutia, barón Pierre de Coubertin. Plánované prvé použitie vlajky na Olympijských hrách v roku 1916 prekazila prvá svetová vojna, takže prvýkrát sa vlajka použila až na olympiáde v Antverpách v roku 1920.

Prepojenosť kruhov symbolizuje zjednotenie ľudí celého sveta bez rozdielu rasy, náboženstva a pohlavia.

Komu je súťaž určená: všetkým členom SGF bez ohľadu na vek, pohlavie, gymnastický šport, ktorému sa venujú.

Touto súťažou si kluby môžu plniť povinnosť účasti na 3 pretekoch pre svojich členov.

Trvanie súťaže: Súťaž je 5 kolová – každý kruh symbolizuje jedno kolo a päť úloh, ktoré budú pretekári plniť.

- | | |
|---------|-----------------|
| 1. kolo | 2. február 2019 |
| 2. kolo | 2. marec 2019 |
| 3. kolo | 6. apríl 2019 |
| 4. kolo | 4. máj 2019 |
| 5. kolo | 1. jún 2019 |

Organizácia súťaže: korešpondenčne

Súťaž bude organizovaná na klubovej (prípadne medziklubovej) úrovni.

Súťaž je otvorená, bez vekových kategórií.

Kluby výsledky súťaže, za každé kolo osobitne, pošlú na určenom tlačive na SE SGF a pracovníčky Se SGF ich vložia do registračného systému SGF. Každé dieťa musí mať uvedené registračné číslo, meno, priezvisko, rok narodenia a výsledky.

Obsah súťaže: Každá sekcia má vypracované špecifické požiadavky súťaže. K splneniu cieľovej úlohy, ktorá je určená pre každý kruh – cvičebný tvar alebo pohybová zručnosť vedie 5 krokov. V prvom kole budú všetci pretekári plniť 1. úlohu zo všetkých 5 kruhov, v druhom kole budú plniť druhé úlohy a podobne až v 5. kole budú všetci pretekári schopní splniť cieľové úlohy z 5 olympijských kruhov.

Názvy jednotlivých súťažných disciplín (5 cieľových CT) sa zhodujú so súťažnými disciplínami v danom gymnastickom športe.

Hodnotenie: Každá úloha je hodnotená z maximálnej známky 10 bodov. Pri vykonaní úloh sú udeľované zrážky podľa pravidiel FIG – tabuľky Zrážok.

Vyhodnotenie: Podľa výsledkov je urobené poradie pretekárov v klube, ktoré tvorí výsledky súťaže. SGF na požiadanie pošle klubom diplomy a nálepky za splnenie úloh, ktoré po záverečnom 5. kole pretekári dostanú.

Obsah súťaže

Moderná gymnastika

Modrý kruh

1. kolo
2. kolo
3. kolo
4. kolo
5. kolo

všeobecné

- sed-láh (30s)
- rozštep (zo zeme, z lavičky)
- záklon
- mostík
- výkruty so švihadlom

Čierny kruh

1. kolo
2. kolo
3. kolo
4. kolo
5. kolo

Obtiažnosť tela

- passé na celom chodidle, otočenie cez prekrížené nohy, skok nožnice
- passé na výpone, obrat passé, veľké nožnice
- „arabeska“ na celom chodidle, dvojité passé, „luftka“
- prednožená rovnováha na 90° na celom chodidle, prednožený obrat, jeleň
- „arabeska“ na výpone, kotúľ vpred, skok „kozák“

Červený kruh

1. kolo
2. kolo
3. kolo
4. kolo
5. kolo

Švihadlo

- preskoky cez švihadlo vpred (počet)
- preskoky cez švihadlo vzad (počet)
- preskoky cez zložené švihadlo na polovicu v drepe
- preskoky cez zložené švihadlo na polovicu „kufor“
- preskoky cez prekrížené švihadlo „vajíčko“

Žltý kruh

1. kolo
2. kolo
3. kolo
4. kolo
5. kolo

Obruč

- preskoky cez obruč vpred
- preskoky cez obruč vzad
- krúženie na ruke počas chôdze cez diagonálu
- vyhodenie z krúženia a chytenie obruče
- vyhodenie preklápanej obruče a chytenie

Zelený kruh

1. kolo
2. kolo
3. kolo
4. kolo
5. kolo

Kužele

- veľké kruhy bočné
- krúženie pri tele v pravej ruke
- krúženie v upažení
- malé vyhodenia
- asymetria

