



**Jihočeský kraj**

## PROPOZICE

### 4. SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ JIHOČESKÉHO KRAJE



#### OBECNÁ ČÁST

- Název akce:** 4. Sportovní hry seniorů Jihočeského kraje
- Datum konání:**
1. část - 27. 5. až 4. 6. - týden pohybových aktivit ve znamení hesla „trénujeme na sportovní hry“
  2. část - 8. června - atletické a zájmové disciplíny  
- seniorská kopaná
- Místo konání:**
1. část - v různých místech kraje podle zapojení organizací a jejich družstev i jednotlivců do atletických a zájmových disciplín
  2. část - Sportovní areál policie v Českých Budějovicích, Jiráskovo nábřeží
- Pořadatelé:** Jihočeská krajská organizace České unie sportu  
Krajská rada seniorů Jihočeského kraje  
Sportovní klub policie České Budějovice  
Veterán policie ČR České Budějovice
- Záštitá:** Jiří Zimola, hejtman Jihočeského kraje  
Luděk Procházka, ředitel Krajského ředitelství Policie ČR Jihočeského kraje  
Miroslav Jansta, předseda České unie sportu  
Zdeněk Pernes, předseda Rady seniorů České republiky

# SPORTOVNÍ ČÁST

## I. OBECNÁ USTANOVENÍ

Sportovní hry seniorů jsou určeny pro seniorky a seniory, kteří v letošním roce dosáhnou věku 60 a více let. Příslušníci mladších věkových kategorií mohou být zapojeni jako organizátoři doprovodných služeb a doprovodných akcí.

Hlavním cílem organizování Sportovních her seniorů Jihočeského kraje je propagace pohybových aktivit vhodných pro starší generaci k posílení zdravého životního stylu. Tomuto cíli odpovídají navržené disciplíny, které poskytují možnost výběru a účasti různým skupinám seniorů vzhledem k jejich individuálním věkovým, zdravotním a zájmovým předpokladům.

Součástí těchto her je mezinárodní utkání v kopané mezi mužstvy policejních veteránů Jihočeského kraje a kraje Baden - Württemberg.

Pořadatelé nepovažují sportovní hry pouze za jednorázovou záležitost jednoho soutěžního dne. Proto vyhlásí ve dnech 27. 5. až 4. 6. týden pohybových aktivit ve znamení hesla „trénujeme na sportovní hry“. V tomto týdnu organizace i jednotlivci si mohou dle soutěžních pravidel ve svých organizacích odzkoušet jednotlivé disciplíny. Tato akce je záležitostí pouze organizací a nenahrazuje jejich vlastní sportovní hry, které již tradičně zajišťují.

Sportovní hry jsou rovněž důležitou společenskou událostí, při které dochází k navazování přátelských kontaktů seniorů z různých míst kraje i na mezinárodní úrovni a k výměně zkušeností z organizování sportovních soutěží. Neméně významným prvkem těchto her je rovněž posilování mezigenerační solidarity zapojením mladší generace v roli organizátorů a rozhodčích jednotlivých soutěžních disciplín.

I když dosažený sportovní výkon je pro vyhodnocení nejlepších výsledků nezastupitelný, zůstává důležitým motivem účasti přátelské sportovní zápolení, radost z pohybu a dobrá nálada. K tomu přispěje sledování sportovního zápolení, možnost využití nesoutěžních zájmových akcí i poslech country hudby.

Soutěžící i nesoutěžící účastníci sportovních her dbají na to, aby nedošlo k mimořádným událostem, které by mohly ohrozit zdraví nebo majetek zúčastněných osob i organizací. Účastníci her nepřeceňují své síly a přizpůsobují vynaložené úsilí svému zdravotnímu stavu a reálným možnostem. Organizátoři her nenesou odpovědnost za případné škody vzniklé na zdraví nebo majetku účastníků her. Pro případy první pomoci je zdravotní služba zajištěna.

## II. SOUTĚŽNÍ DISCIPLÍNY A KATEGORIE

Při stanovení soutěžních disciplín a kategorií bylo přihlédnuto ke zkušenostem z předchozích regionálních, jihočeských i celostátních sportovních her seniorů.

Organizátoři 4. Sportovních her seniorů Jihočeského kraje si vyhrazují právo podle přihlášeného počtu soutěžících kolektivů a jejich složení i podle počtu přihlášených jednotlivců nebo při vzniku nepředvídatelných okolností, upravit počet a pravidla sportovních disciplín.

## **a/ Soutěž družstev**

- Soutěžící družstva mají možnost zúčastnit se soutěží ve všech disciplínách nebo povinně nejméně v 6 disciplínách dle vlastního výběru s ohledem k předpokládaným možnostem členů družstva.
- Po dohodě s organizátory her může organizace vyslat i více než jedno soutěžní družstvo.
- Družstva mohou soutěžit i jako smíšená, složená z mužů i žen.

## **Soutěžními disciplínami družstev jsou:**

- |                                                     |                                             |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>A.</b> Bollo bal                                 | <b>F.</b> Hod šipkami do terče              |
| <b>B.</b> Hod kriketovým míčkem – srážení plechovek | <b>G.</b> Ruské kuželky                     |
| <b>C.</b> Hod kriketovým míčkem na dálku            | <b>H.</b> Slalomový běh na 60 metrů         |
| <b>D.</b> Hod kroužky na jehlan                     | <b>I.</b> Střelba na malou hokejovou branku |
| <b>E.</b> Hod míčem na koš                          | <b>J.</b> Štafeta 4 x 50 metrů              |

- V každé soutěžní disciplíně budou vyhodnocena 3 nejlepší družstva.
- V soutěžích A, B, D, E, F, G a I mohou soutěžící před soutěžními hody nebo vrhy uplatnit nejdříve 3 zkušební hody nebo vrhy. V soutěžích C, H a J se závodí tzv. „na ostro“.

## **b/ Soutěž jednotlivců**

- V disciplínách družstev C a H budou výsledky členů družstev započítávány také do soutěže jednotlivců.
- Speciální soutěží jednotlivců je severská chůze nordic walking. Do této soutěže se mohou zapojit členové soutěžících družstev i další jednotlivci.
- Všechny soutěže jednotlivců budou vyhodnoceny samostatně v kategoriích mužů i žen.

## **c/ Organizace průběhu soutěží**

- Před zahájením soutěží se uskuteční nástup sportovců, složení slibu sportovců a rozhodčích a podání nezbytných organizačních informací.
- Ve sportovním areálu se budou na různých místech nacházet sportoviště pro jednotlivé disciplíny družstev. Sportovní zápolení bude zahájeno současně ve všech disciplínách.
- Každému soutěžícímu družstvu bude přidělen organizační doprovod. Ten bude ve sportovním areálu zajišťovat postupný přesun svěřeného družstva k jednotlivým místům soutěžních disciplín ve stanoveném pořadí. Při přechodu k další disciplíně družstvo vyčkává, bude-li to nutné, na uvolnění sportovního náradí předchozím družstvem.
- Soutěž v jednotlivých disciplínách organizačně zajišťují organizátoři – rozhodčí, kteří jsou určení organizačním štábem. Organizace, které přihlásily do soutěží své členy, mohou vyslat svého zástupce k libovolně vybrané disciplíně.

- Každé družstvo si určí kapitána, který bude:
  - kontrolovat správnost zápisů výsledků dosažených členy jeho družstva
  - určovat pořadí zapojení členů družstva v soutěžích
  - vylosuje náhradníka, který by mohl opakovaně nastoupit v závodě, pokud by ze závažných důvodů bylo nutno některého člena nahradit
  - určí člena družstva k reprezentaci, pokud by bylo nezbytné před vyhlášením závěrečných výsledků rozhodnout mimořádně vloženým závodem nerozhodný výsledek.
- Účastníci her přihlášení do soutěží jednotlivců se budou zapojovat v jednotlivých disciplínách dle pokynů organizátorů.
- Soutěžící družstva i jednotlivci mohou nastoupit ve svých klubových dresech, případně v libovolném sportovním oblečení.

### **III. PRAVIDLA A HODNOCENÍ SOUTĚŽNÍCH DISCIPLÍN**

Dodržování soutěžních pravidel, záznam a hodnocení výsledků, včetně stanovení pořadí soutěžících družstev i jednotlivců, podle dosažených výsledků zajišťují organizátoři – rozhodčí jednotlivých disciplín. Dosažené výsledky zaznamenávají do připravených formulářů, které po uzavření příslušné soutěže předají organizačnímu štábu k závěrečnému odsouhlasení a zpracování.

Při dosažení stejných výsledků zajišťují organizátoři – rozhodčí rozhodnutí o pořadí mimořádně vloženým závodem. Ten je organizován pouze k upřesnění umístění na prvních 3 místech dané disciplíny. K reprezentaci družstva v mimořádně vloženém závodě určí závodníka kapitán družstva.

Soutěžící kolektivy i jednotlivci se přihlašují do soutěží prostřednictvím přihlášek pro družstva a jednotlivce. Jejich vzory jsou uloženy na webových stránkách krajské rady seniorů.

#### **a/ Pravidla jednotlivých disciplín pro družstva**

##### **A. Bollo-ball**

Jedná se o dovednostní soutěž zahrnující házení bolasa /míčky spojené provázkem/ na rám se třemi příčkami. Každý člen družstva má 3 bola, která musí hodit na rám ze vzdálenosti 4 metrů tak, aby se zachytila na jedné ze třech příček.

Za každé bolo na horní příčce jsou 3 body, na prostřední příčce 2 body a na spodní příčce 1 bod. Součet bodů je výsledkem družstva.

##### **B. Hod kriketovým míčkem – srážení plechovek**

Členové družstva srážejí na vzdálenost 4 metrů 10 plechovek složených do pyramidy. Každý má 5 hodů. Pokud soutěžící srazí všechny plechovky nižším počtem hodů, je mu postavena nová pyramida ze všech plechovek k dokončení celé série 5 hodů.

Za každou sraženou plechovku je 1 bod. Součet bodů je výsledkem družstva.

##### **C. Hod kriketovým míčkem na dálku**

Každý člen družstva má 3 hody. Přeměřuje se vždy 1. hod a následné hody pouze v případě, pokud jsou delší než-li hody předchozí.

Každému se do soutěže započítává pouze nejdelší hod. Součet 4 nejdelších hodů je výsledkem družstva.

V této soutěži jsou nejdelší hody každého člena družstva započítávány také do soutěže jednotlivců v kategoriích mužů i žen.

#### **D. Hod kroužky na jehlan**

Členové družstva házejí kroužky na jehlan ze vzdálenosti 3 metrů. Každý má 5 hodů.  
Za každý zachycený kroužek na jehlanu je 1 bod. Součet bodů je výsledkem družstva.

#### **E. Hod míčem na koš**

Každý člen družstva má na vzdálenost 3 metrů 5 hodů míčem na koš.  
Za každý úspěšný hod je 1 bod. Součet bodů je výsledkem družstva.

#### **F. Hod šipkami do terče**

Každý člen družstva má na vzdálenost 2 metrů 5 hodů šipkami do terče. Za platné hody se započítávají ty, při kterých zůstává šipka zapíchnutá v terči.

Kruh terče je rozčleněn do jednotlivých částí s číselně vyznačeným bodovým hodnocením příslušného hodu. Součet bodů je výsledkem družstva.

#### **G. Ruské kuželky**

Kouli připevněné na laně se sráží devět kuželek. Každý člen družstva má 5 vrhů.

Za každou sraženou kuželku se započítává 1 bod. Pokud soutěžící porazí všechny kuželky dříve než pěti vrhy, je mu opět postaven plný počet devíti kuželek k dokončení celé série 5 vrhů. Součet bodů je výsledkem družstva.

#### **H. Slalomový běh na 60 metrů**

Trasa slalomového běhu měří 60 metrů, v polovině trasy je za poslední tyčí obrátka, takže se běží souvisle 2x30 metrů. Slalomové tyče se střídavě obíhají. Při vynechání oběhu tyče hrozí diskvalifikace, každému členu družstva je v takovémto případě povolen jeden opravný běh.

Součet všech dosažených časů je výsledkem družstva.

V této soutěži jsou dosažené časy každého členu družstva započítávány také do soutěže jednotlivců v kategoriích mužů i žen.

#### **I. Střelba na malou hokejovou branku**

Jednotně hokejovými nebo florbalovými holemi se střílí za vzdálenosti 10 metrů na malou branku. Každý člen družstva má 5 střel.

Za každý úspěšný zásah branky je 1 bod. Součet bodů je výsledkem družstva.

#### **J. Štafeta 4x50 metrů**

Soutěžní pravidla umožňují, aby organizace vysílající více družstev, mohla z jejich členů sestavit speciální složení štafety. Podobně se mohou mezi sebou domluvit i různé organizace.

### **b/ Pravidla jednotlivých disciplín pro jednotlivce**

#### **A. Severská chůze nordic walking**

V této disciplíně ženy závodí na 800 metrů a muži na 1 200 metrů. Závodů žen i mužů jsou startovány samostatně.

Je doporučeno, aby soutěžící byli vybaveni vlastními holemi, případně si je zapůjčili. Určitý počet holí budou mít pořadatelé k dispozici.

Diskvalifikace závodníka může nastat, pokud začne na trati klusat nebo běžet.

#### **B. Hod kriketovým míčkem na dálku a Slalomový běh na 60 metrů**

O umístění rozhodují nejdlejší hody a nejrychlejší časy.

## **PRÁCE ORGANIZAČNÍHO ŠTÁBU**

Organizační štáb zajišťuje přípravu, průběh a vyhodnocení sportovních her. K zajišťování konkrétních úkolů jsou podle jejich charakteru na zasedání štábu přizvávány i další osoby.

Organizační štáb zajišťuje doprovodné služby, které bezprostředně souvisejí se zajištěním sportovních her a doprovodné akce, které souvisejí se společenským obohacením her.

Doprovodné služby i doprovodné akce jsou rozpracovány v samostatných organizačních opatřeních. V těchto „propozicích“ je uveden pouze jejich orientační přehled.

### **I. DOPROVODNÉ SLUŽBY**

- A. Finanční, hmotné a reprezentativní záležitosti.**
- B. Organizace sportovní části her, včetně zajištění prezence.**
- C. Zajištění technických předpokladů a materiálního vybavení.**
- D. Propagace.**

### **II. DOPROVODNÉ AKCE**

- A. Akce sociálně zdravotního charakteru.**
- B. Kulturní a zábavné akce.**
- C. Občerstvení.**
- D. Dokumentace her.**

### **III. KONTAKTY NA KRAJSKOU RADU SENIORŮ**

**Krajská rada seniorů  
Žižkova 12/309  
371 22 České Budějovice**

**osobně:  
út, st - 9.00 až 13.00 hodin**

**tel.:  
út, st - 9.00 až 13.00 hodin: 387 718 313, 776 060 845  
nepřetržitě: 774 806 061, 604 653 446**

**e-mail:  
jc.rscr@seznam.cz**

**web:  
www.rscr.cz**

**Přihlášky do soutěží družstev i jednotlivců jsou k dispozici na webových stránkách krajské rady a je nutno je podat do 16. května 2017!**