

KÖZÉPISKOLAI SPORTPARÁDÉ – GARABONCIÁS

TÍZPRÓBA

VERSENYKIÍRÁS

A verseny időpontja:

- Garabonciás Tízpróba - 2019. szeptember 30. (hétfő), 10:00-tól

A verseny helyszíne:

- Garabonciás Tízpróba – Gál Ferenc Főiskola Sportcsarnoka és az azt körülvevő terület
- Eső esetén a versenyszámok (minimális módosításokkal) bekerülnek a Sportcsarnokba.

Regisztráció:

A verseny helyszínén legkésőbb 9:45-ig a térképen megjelölt területen.

Technikai értekezlet:

9:50-kor a csapatvezetőket várjuk a Sportcsarnok bejáratához, ahol átbeszélünk a fontos részleteket a versennyel kapcsolatban. A versenyszámoknál versenybírók várják majd a csapatokat, akik részletesen elmagyarázzák a feladatokat, szükség esetén bemutatják azokat.

Csapatlétszám:

- 10 fő (minimum 4 leánynak kell lennie a csapatban) + 2 fő csere (1 leány és 1 fiú - nem kötelező)

A verseny lebonyolítása:

A csapatok előre meghatározott állomáson kezdenek, majd a versenyszámok sorszámaát követve történik a csere (pl.: aki az 1. versenyszámnál kezdett a 2. versenyszámhoz megy tovább, aki a 7-nél, az a 8-nál folytatja, és így tovább.) Minden egyes versenyszámnál kialakul egy sorrend a csapatok között. A helyezésért járó pontokat összegezzük a 10 kör után (1. hely – 1 pont, 2. hely – 2 pont, 3. hely – pont... 10. hely – 10 pont). Az az iskola nyeri meg a Garabonciás Tízpróbát, amelyik kevesebb pontot gyűjtött a nap folyamán.

Pontazonosság esetén az alábbiak döntenek a sorrendről:

- több előkelő helyezés, ha egyenlő (pl.: 5 db 1. hely, 5, db 2. hely és fordítva)
- Szétlövés a „Jegyeket, bérleteket” versenyszámban egészen az egyik csapat győzelméig.

Díjazás:

- Kupa díjazásban részesül az 1-3. helyezett csapat.

Eredményhirdetés:

Garabonciás Napok - Polgármester Választás estéje

Versenyszámok (a változtatás jogát fenntartjuk!):

1. A végtelenbe és tovább (rekeszmászás)

Feladat: a sörös rekeszeket egymásra pakolva minél magasabb tornyot építeni úgy, hogy az építő folyamatosan mássza a tornyot, tehát az aktuális rekesz a torony tetejére kell, hogy kerüljön. Ha elborul a torony, akkor a játékos eredménye az a rekeszszám lesz, amire stabilan felmászott.

Játékosok száma: 5 fő + 5 segítő

Időkorlát: fejenként 3 perc

Rekeszkorlát: 10 db rekesz

Cél: az időkorlát alatt a lehető legmagasabb torony felépítése úgy, hogy ne boruljon el a torony. Amint eléri a 10 db rekeszt a versenyző, a mászásnak vége, a 10 rekesznek a megmászásának az idejét rögzíti a versenybíró.

Értékelés: az 5 játékos fixen felállított és rálépett rekeszek számának összege adja a csapat eredményét. A legnagyobb rekeszszámot elért csapat lesz a versenyszám győztese. A csapatok közötti rangsort a rekeszek száma adja. Azonosság esetén a felhasznált idő dönt.

2. „Garatorony” építés

Feladat: A csapattagok párba állnak, a pár egyik tagja talicska helyzetbe helyezkedik és a pár másik tagja megfogja a lábait. Sípszóra indulnak és eltalicskáznak az asztalig, az asztalnál a párok helyet cserélnek és visszatalicskáznak a rajtig, majd együtt visszafutnak az asztalig. Az asztalon van a műanyag pohár lefelé fordítva, előtte 10 db anyacsavar és 2 db hurkapálca. A pár mindkét tagja egy, vagy két hurkapálca segítségével feltesz 1 db anyacsavart a műanyag pohár tetejére. Kézzel nem lehet a csavarhoz érni. Az első ember ráteszi a csavart a pohárra, a második ember a poháron lévő csavarra teszi rá a csavarját és visszafutnak a következő párhoz. A feladat innen ismétlődik azzal a különbséggel, hogy most már nem a pohárra, hanem az elkezdett tornyra kell tenni a következő csavarokat, az utolsó emberig és csavarig, amíg el nem készül a torony. Ha valamelyik csapattag ledönti a tornyot, akkor neki kell egyenként visszarakni az összes általa ledöntött csavart.

Játékosok száma: 10 fő

Időkorlát: 15 perc

Cél: A szabályoknak megfelelően épüljön fel a torony.

Értékelés: A sípszótól az utolsó pár rajtvonalon történő áthaladásáig eltelt idő adja a csapat időeredményét. A rangsort az elért időeredmény határozza meg.

3. Erőverseny (Gépjármű tolás és húzás)

Feladat: a gépjárművet a csapatnak el kell juttatnia az „A” pontból a „B” pontba. A csapatok két 5 fős csapatra kell bontani, és így kétszer húzzák a vonatot. A pontos feladatot a helyszínen közöljük a csapatokkal.

Játékosok száma: 5+5 fő

Időkorlát: nincs

Cél: a lehető legrövidebb idő alatt teljesíteni a távot. A két 5 fős csapat időeredménye összeadódik.

Értékelés: a legkevesebb idő alatt célba ért csapat nyeri a versenyt. A rangsort az elért időeredmény határozza meg.

4. Traktoros vagyok (Traktorgumiabroncs hajtás)

Feladat: A csapat 5-5 játékos feláll egymással szembe, a megadott alapvonalra. A traktorgumi a rajtvonalon fekszik. Sípszóra az első 5 játékos átfordítja (nem gurítja!) a traktorgumit egészen addig, amíg el nem éri a velük szemben lévő játékosokat. Az utolsó fordítással a guminak érintenie kell az alapvonalat. Az ott lévő 5 játékos feladata az, hogy ugyanazzal a technikával visszajuttassa a traktorgumit a rajtvonalra. A játéknak akkor van vége, amikor a traktorgumi utolsó fordítása érinti a rajt/célvonalat.

Játékosok száma: 10 fő

Időkorlát: nincs

Cél: minél rövidebb idő alatt megtenni pályát. A csapat idejét a rajtot jelző sípszótól a traktorgumi utolsó fordítást követő rajt/célvonal érintése közötti idő adja.

Értékelés: a mért időeredményeket sorba állítva alakul ki a végső sorrend a csapatok között.

5. A bika szárnyakat ad (Rodeó bika)

Feladat: A csapat összes tagjának meg kell ülnie a rodeó bikát.

Játékosok száma: 10 fő

Időkorlát: fejenként maximum 2 perc (ha leesik a bikáról a játékos, nem folytathatja tovább)

Cél: minél tovább fennmaradni a rodeó bikán.

Értékelés: a csapat játékosainak időeredményét összesítve alakul ki a csapat ideje. A csapatok mért időeredményeket sorba állítva alakul ki a végső sorrend a csapatok között.

6. Láncreakció

Feladat: A csapat tagjai megfogják egymás kezét. Az első csapattag szabad kezére ráteszünk egy hullahopp karikát. A karikát úgy kell végigadni a soron, hogy közben nem engedik el a csapattagok egymás kezét. Amint körbeért és az utolsó játékos letette a földre a karikát, indulhat vissza. Amint az első játékoshoz visszaér, jöhet a kis karika. Először a nagyobb karikát, majd a kisebb karikát kell – a fent leírtak alapján – végigvinni a csapaton. A játéknak akkor van vége, mikor az utolsó (a sorban az első) játékos leteszi a földre a karikát. Ha bárhol megszakad a lánc (elengedik a játékosok egymás kezét), a hullahopp karika visszakerül az első játékoshoz.

Játékosok száma: 10 fő

Időkorlát: nincs

Cél: szabályosan, a legrövidebb idő alatt végigvinni a csapaton a karikát.

Értékelés: Az elért időeredmény a sípszótól a szabályosan végigment hullahopp karika utolsó ember által földre letett időpontig számolandó. A rangsort az elért időeredmény határozza meg.

7. Turbó F1 Talicska (Talicska tolás)

Feladat: A csapat 5-5 játékosa feláll egymással szembe, a megadott alapvonalra. Sípszóra a játékos a labdával telepakolt talicskával elindul a kijelölt pályán. Az első karikába belepakolja a legkisebb labdákat. Tovább halad, a második karikába belepakolja a közepes méretű labdákat. Tovább halad, és a harmadik karikába belepakolja a legnagyobb labdákat. Kézrácsapással váltja a következő játékos, aki a talicskába összeszedi a labdákat, majd apályán visszajuttatja a harmadik játékoshoz a talicskát. Innen a labdák hordásának üteme, valamint a feladat megegyezik az első két játékos feladatával. A játéknak akkor van vége, ha a 10. játékos a labdával megpakolt talicskát áthúzza a rajt/célvonalon. Csak akkor lehet váltani, ha minden labda a helyén van (talicskában vagy a karikákban).

Játékosok száma: 10 fő

Időkorlát: nincs

Cél: a lehető legrövidebb idő alatt teljesíteni a feladatot.

Értékelés: a legkevesebb idő alatt célba ért csapat nyeri a versenyt. A rangsort az elért időeredmény határozza meg.

8. Ki mint vet, úgy arat (Motorgumi dobás)

Feladat: Egy meghatározott vonaltól a motorgumi bármilyen módszerrel történő elhajítása, vetése, dobása. Minden egyes játékosnak 2 kísérlete van. A legmesszebbre juttatott motorgumi és az alapvonal távolsága lesz a játékos eredménye.

Játékosok száma: 10 fő

Időkorlát: nincs

Cél: a legmesszebbre elhajítani a motorgumit.

Értékelés: a 10 játékos eredményeinek összesítése adja a csapat eredményét. A legnagyobb távolságot elért csapat nyeri a versenyt, a sorrendet az elért össztávolság adja.

9. Százlábú

Feladat: Sípszóra az óra elindul és a csapatnak a rajtvonaltól meg kell tenni a kijelölt távolságot időre a Százlábú segítségével. Csak abban az esetben lehet továbbhaladni, hogy ha minden játékos minden lába a százlábúval mozog egyszerre. Az óra akkor áll le, amint a célban felállított bóját az utolsó játékos megérinti.

Játékosok száma: ahányan beleférnek a Százlábúba

Időkorlát: nincs

Cél: szabályosan, a legrövidebb idő alatt megtenni a kijelölt távot.

Értékelés: A sípszótól a bója megérintéséig eltelt idő adja a csapat időeredményét. A rangsort az elért időeredmény határozza meg.

10. PIBE, PIBE, közePIBE! (Darts)

Feladat: a csapat összes tagjának 3-szor 3 dartot kell dobnia a dartstáblára. Ez összesen 9 db dart játékosonként. A csapat így összesen célba juttat 90 dartot, mely dobásokkal törekedni kell a lehető legnagyobb pontérték elérésére. A tábla pontértékei a normál darts szabályainak megfelelő összeg (szimpla, dupla tripla mezők). A versenynek akkor van vége, ha az utolsó játékos is ledobta a 3-szor 3 dartot.

Játékosok száma: 10 fő

Időkorlát: nincs

Cél: a csapatnak minél több pont megszerzése.

Értékelés: A rangsort a csapatok elért pontértéke határozza meg.

Versenyszámok eső esetén:

1. A végtelenbe és tovább!

2. Pedalo és gólyaláb

3. A bika szárnyakat ad

4. Láncreakció

5. Százlábú

6. PIBE, PIBE, közePIBE!

7. Erőverseny

9. „Garatorony” építés