

5. KURESSAARE LASTEAEDADE SPORDIPÄEV

2022

JUHEND

Aeg ja koht

Kuressaare lasteaedade spordipäev toimub neljapäeval, **12. mail 2022.a. Kuressaare linnastaadionil algusega kell 10.00**. Võistlused viib läbi Saaremaa Spordikool.

Registreerimine

Palume **hiljemalt 5. maiks 2022 registreerida rühma osalemine spordipäeval** kirjutades e-mailile ulvi.moks@kuressaare.ee (lisades lasteaia ja võistkondade nimed; õpetaja kontakttelefoni). **Nimeline registreerimine teha hiljemalt 10. mai kl 16:00-ks!** Muudatusi on võimalik teha ka kohapeal! Ühest lasteaiaist saab võistelda **kuni neli 12-liikmelist võistkonda**. **NB!** Kui viimasel hetkel jääb mõni laps tulemata, siis võistkonna teised lapsed teevad puuduvate asemel rohkem kordusi.

Autasustamine

Aladel paremusjärjestust ei selgitata. Autasustatakse kõiki osalejaid.

Lisainfo:

tel. 527 5340 Ulvi Moks

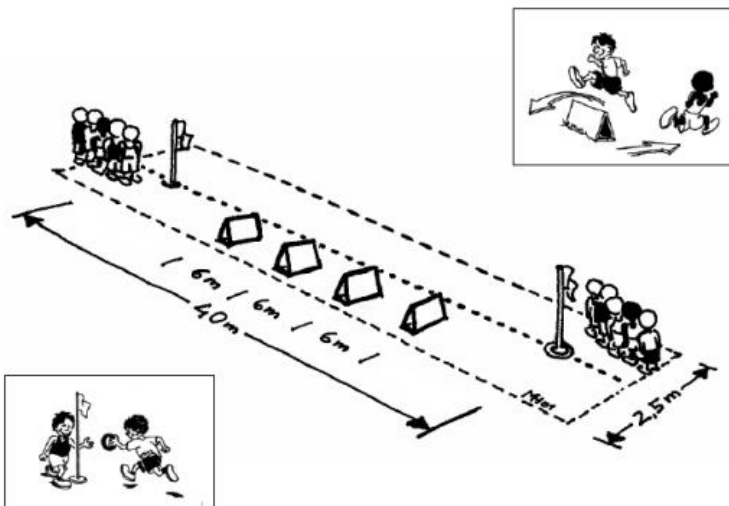
e-mail ulvi.moks@kuressaare.ee

Alad

Alade järjestus selgub pärast registreerimist.

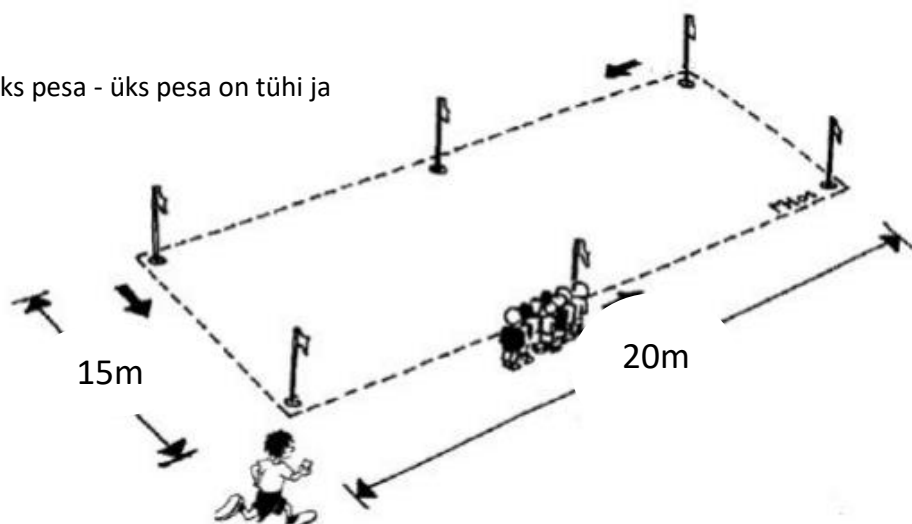
❖ KIIRJOOKSU JA TÖKKEJOOKSU PENDELTEATEJOOKS

- Võistkond on jagatud 2 rühma – üks rühm jookseb tõkkejooksu, teine kiirjooksu.
- Võistlus toimub pendelteatejooksuna, mõlemad rühmas peavad läbima nii kiir- kui tõkkejooksu lõigu.
- Teatevahendiks on teaterõngas.

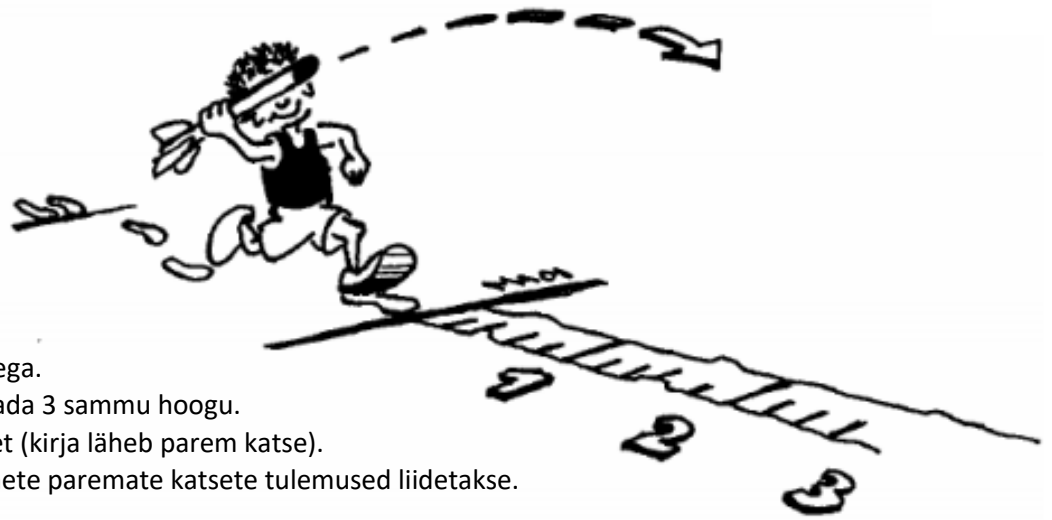


❖ VASTUPIDAVUSJOOKS

- Võistlus on võistkondlik, kestab 5 min.
- Võistkonnal on oma „kodu“, milles on kaks pesa - üks pesa on tühi ja teises tähised.
- Korraga jookseb üks võistkonnaliige.
- Jooksja võtab „pesast“ tähise ja alustab jooksu stardikäskluse peale. Tähisega tuleb läbida üks ring ja tuua „tühja pesa“.
- Seejärel anda plaks järgmisele, kes võtab uue tähise ja läbib järgmise ringi jne
- Punkte saab „tühja pesa“ toodud tähiste eest. 1 tähis = 1 punkt.

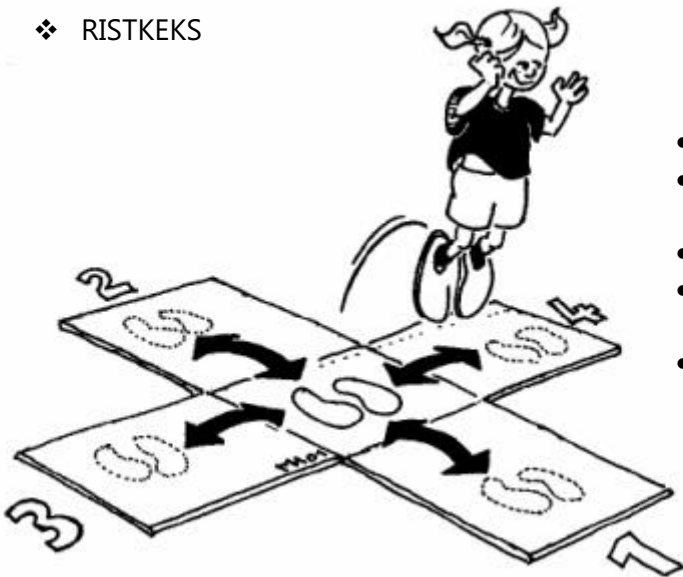


❖ PALLIVISE



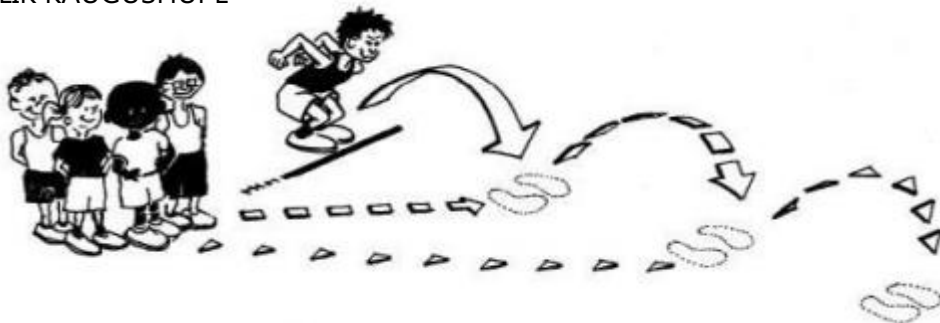
- Visatakse tennisepallidega.
- Viskamiseks võib kasutada 3 sammu hoogu.
- Igal võistlejal on 2 katset (kirja läheb parem katse).
- Kõikide võistkonnaliikmete paremate katsete tulemused liidetakse.

❖ RISTKEKS



- Hüpatakse esimese eksimuseni või kuni 3 täisringini.
- Tõugata kahelt jalalt, maanduda kahele jalale. Kasutada hüpetel ka käte hoogu.
- Iga hüppe eest saab 1 punkti (max 24 punkti).
- Hüpata täpselt numbrite järgi 0 → 1 → 0 → 2 → 0 → 3 → 0 → 4 → 0 → 1 →...
- Kõikide võistkonnaliikmete tulemused liidetakse.

❖ VÕISTKONDLIK KAUGUSHÜPE



- Esimene võistleja alustab hüpet stardijoone tagant. Iga järgnev võistleja alustab hüpet eelmise „jälgede“ tagant.
- Kahe jalaga tõukega hüppe sooritavad kõik võistkonnaliikmed.
- Mõõdetakse võistkonnaliikmete poolt sooritatud hüpete kogupikkus.