



PLAVECKÝ 3 BOJ – PRAVIDLÁ



Súťaž základných škôl v plávaní (individuálne preteky na 25m a štafety 4x25m) a mini vodnom póle ZŠ (1. stupeň ZŠ) v ročníku 2022/2023

PRAVIDLÁ PLÁVANIA ŠKOLSKÝCH SÚŤAŽÍ ZÁKLADNÝCH ŠKÔL

Organizovanie plaveckých súťaží základných škôl (1.stupeň ZŠ) v školskom roku 2022/2023 (okresné, krajské a celoslovenské kolá)

Plavecká súťaž ZŠ –individuálne preteky na 25m voľný spôsob
Plavecká súťaž štafiet ZŠ – 4 x 25m voľný spôsob

Organizovanie (naraz) a vyhodnotenie (zvlášť):

- 1., Plavecká súťaž 2.-3.ročníka ZŠ (spolu) –individuálne preteky dievčat na 25m voľný spôsob
- 2., Plavecká súťaž 2.-3.ročníka ZŠ (spolu) – individuálne preteky chlapcov na 25m voľný spôsob
- 3., Plavecká súťaž 4.ročníka ZŠ – individuálne preteky dievčat na 25m voľný spôsob
- 4., Plavecká súťaž 4.ročníka ZŠ – individuálne preteky chlapcov na 25m voľný spôsob

(v okresných, krajských kolách ako aj v celoslovenskom kole sčítanie bodov troch pretekárov z každej súťaže/zvlášť žiakov a zvlášť žiačok/ s najlepšimi časmi z danej ZŠ - prepočet na body v celkovom poradí podľa priloženej bodovacej tabuľky)

- 5., Plavecká súťaž štafiet ZŠ –spolu chlapci a dievčatá 2.-4.ročník ZŠ na 4x25m voľný spôsob

(v okresných, krajských kolách ako aj v celoslovenskom kole sčítanie časov štyroch po sebe idúcich pretekárov z danej ZŠ - prepočet na body v celkovom poradí podľa priloženej bodovacej tabuľky)

(Štafety sa plávajú zvlášť mimo individuálnych pretekov)

Do ďalšieho kola postupuje škola s najviac získanými bodmi spolu zo všetkých plaveckých súťaží, ako aj súťaže v mini vodnom póle.

Plavecká súťaž ZŠ – individuálne preteky na 25m voľný spôsob:

Štartuje sa na povel štartéra (hvizd z píšťalky, štartovej pištole, štartového zvukového zariadenia) z kraja bazéna (so štartových blokov, zo štartovej plošiny, alebo z vody pri štartovej plošine)

Definícia ŠTART pre voľný spôsob sa vykoná skokom so štartového bloku, resp. štartovej plošiny, prípadne odrazom od kraja bazénu. Na znamenie hlavného rozhodcu -dlhé písknutie vystúpia pretekári na štartový blok, resp. štartovú plošinu, alebo z vody a ostanú tam. Na povel štartéra "na miesta" zaujmú pretekári ihneď štartový postoj, pri ktorom je aspoň jedna noha na prednej hrane bloku, resp. štartovej plošiny, alebo z vody na kraji bazéna. Poloha rúk nie je rozhodujúca. Keď sú všetci pretekári v kľude, dá štartér štartovací povel.

Pláva sa 25m voľným spôsobom na dĺžku 25m bazéna

Definícia VOĽNÝ SPOSOB: Voľný spôsob znamená, že v takto označenej disciplíne môže pretekár plávať akýmkoľvek spôsobom. Nejaká časť pretekára musí pretínať hladinu vody počas celého preteku okrem vykonania obrátky a štartu, kedy môže byť pretekár úplne ponorený do vzdialenosti najviac 15 m po štarte a každej obrátke. Najneskôr v tom bode musí hlava pretekára preťať hladinu vody. Nejaká časť pretekára sa musí dotknúť steny pri každej obrátke a v cieľi.

Plavecká súťaž štafiet ZŠ – 4 x 25m voľný spôsob:

V každom štafetovom družstve majú byť štyria pretekári.

Ak počas štafetových disciplín pretekár opustí štartovací blok predtým (tj. jeho nohy stratia kontakt so štartovým blokom, plošinou resp. krajom bazéna pri štarte z vody), ako sa predchádzajúci pretekár toho istého družstva dotkne steny, celé družstvo bude diskvalifikované.

Každé štafetové družstvo, ktorého iný člen ako práve ten, ktorý je určený na preplávanie daného úseku, vstúpi do vody počas prebiehajúceho preteku predtým, ako všetci pretekári všetkých tímov ukončili disciplínu bude diskvalifikované.

Členovia štafety a ich poradie v štafete musí byť nahlásené pred začatím preteku. Každý člen štafety smie plávať iba jeden úsek. Zostava štafety sa môže meniť na súťažných kolách (okres, kraj SR kolo) za predpokladu, že štafeta je zostavená zo zoznamu pretekárov, ktorí sú na danú disciplínu riadne prihlásení. Nedodržanie nahláseného poradia v štafete vedie k diskvalifikácii. Použitie náhradníkov je možné len v prípade zdokumentovaných zdravotných ťažkostí.

Každý pretekár, ktorý doplával pretek alebo doplával svoj úsek v štafete, musí urýchlene opustiť bazén tak, aby neprekážal ostatným pretekárom, ktorí ešte plávajú. V opačnom prípade bude pretekár, alebo štafetové družstvo ktorého je členom diskvalifikované.

Štartuje sa na povel štartéra (hvizd z píšťalky, štartovej pištole, štartového zvukového zariadenia) z kraja bazéna (so štartových blokov, zo štartovej plošiny, alebo z vody pri štartovej plošine)

Definícia ŠTART pre voľný spôsob sa vykoná skokom so štartového bloku, resp. štartovej plošiny, prípadne odrazom od kraja bazénu. Na znamenie hlavného rozhodcu -dlhé písknutie vystúpia pretekári na štartový blok, resp. štartovú plošinu, alebo z vody a ostanú tam. Na povel štartéra "na miesta" zaujmú pretekári ihneď štartový postoj, pri ktorom je aspoň jedna noha na prednej hrane bloku, resp. štartovej plošiny, alebo z vody na kraji bazéna. Poloha rúk nie je rozhodujúca. Keď sú všetci pretekári v kľude, dá štartér štartovací povel.

Pláva sa 4x25m voľným spôsobom na dĺžku 25m bazéna (štafeta o 4 súťažiacich –každý pláva 25m úsek = spolu 100m)

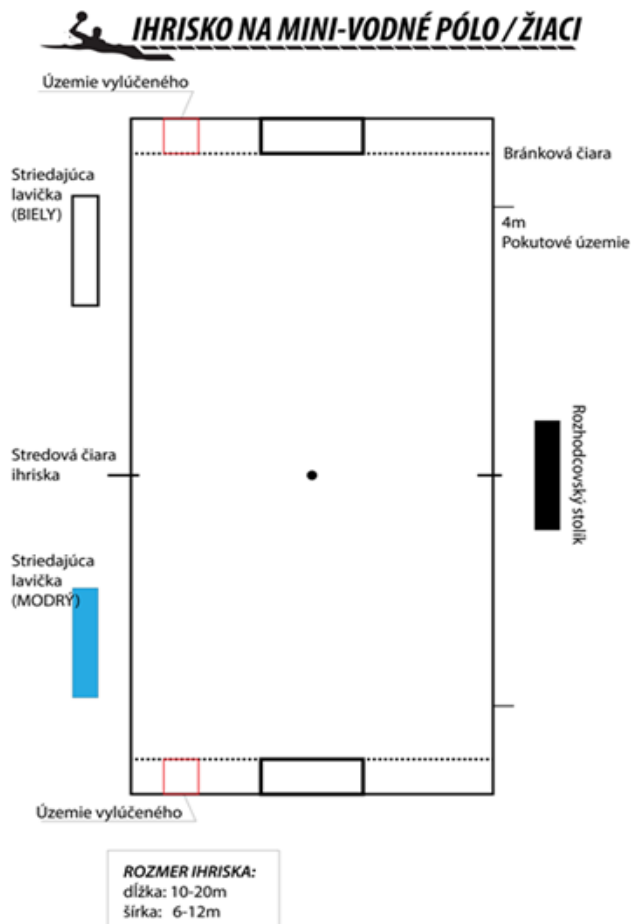
Definícia VOĽNÝ SPOSOB: Voľný spôsob znamená, že v takto označenej disciplíne môže pretekár plávať akýmkoľvek spôsobom. Nejaká časť pretekára musí pretínať hladinu vody počas celého preteku okrem vykonania obrátky a štartu, kedy môže byť pretekár úplne ponorený do vzdialenosti najviac 15 m po štarte a každej obrátke. Najneskôr v tom bode musí hlava pretekára preťať hladinu vody. Nejaká časť pretekára sa musí dotknúť steny pri každej obrátke a v cieľi.

Vyhodnocuje sa zaplávateľný čas celej štafety (sumár časov 4 súťažiacich) po dohmate posledného z nich v cieľi

Mini vodné pólo základných škôl v ročníku 2022/2023 (1. stupeň ZŠ)

Pravidlá školského vodného póla

1. IHRISKO



101. Školské vodné pólo sa hrá v bazéne na ihrisku o rozmerov , ktoré má max. dĺžku 20m a na šírku max. 12m.

102. Ihrisko môže byť ohradené plaveckými dráhami avšak ak má iba jednu pevnú stranu, voľná strana musí byť vyznačená plaveckou dráhou.

103. Po oboch pevných stranách bazéna sú vyznačené úrovne ihriska ako bránková čiara, pokutové územie (4m) a stredná čiara. Stredná čiara rozdeľuje ihrisko na dve rovnaké polovice (tieto územia sa vyznačujú na kraji ihriska s rôznymi farebnými kolíkmi alebo inými pevnými predmetmi).

104. Na bočnej strane ihriska, kde sú umiestnené lavičky náhradníkov pre družstvá v rohu ihriska je vyhradený priestor pre priebežné striedanie a pre vylúčených hráčov.

105. Bránky musia byť zhotovené z pevnej konštrukcie, na ktorej je na zadnej časti pripevnená sieť alebo podobný materiál takým spôsobom, aby sa lopta udržala vo vnútri bránky. Maximálna výška bránky je 0,90 m, šírka 3 m. Odporúčané sú bránky pre detské vodné pólo rozmerov 2,00 x 0,70 metra. Hrá sa s vodnopólovými loptami veľkosti č.3.

2. VÝSTROJ

201. Hráči musia byť odetí v plavkách. Odporúča sa mať so sebou dvoje plaviek v prípade ak by sa jedny roztrhli počas hry.

202. Hráči jedného družstva musia mať na hlavách oblečené čiapky jednotnej farby (viditeľné farby čiapiek biela a modrá pre hráčov v poli a červená pre brankárov.

203. Brankár má čiapku červenej farby.

204. Hráč v poli nesmie mať na sebe ochranný výstroj alebo osobné vybavenie, ktoré by mohli spôsobiť zranenie. Na súpiske hráčov jedného družstva môže byť najmenej 7 žiakov a najviac 12 žiakov.

3. PRAVIDLÁ HRY

301. Normálny hrací čas je z hľadiska časových možností a na základe rozhodnutia usporiadateľa 2 x 6 minút čistého času alebo 2 x 7 minút hrubého času. Počas prestávky je max 3 minútový oddych, počas ktorej si družstvá vymenia strany. V hre sa pokračuje ihneď po uplynutí prestávky. Organizátor si môže hrací čas prispôbiť podľa počtu prihlásených škôl..

302. Podľa rozmerov ihriska a na základe rozhodnutia usporiadateľa sa použije herný systém 5+1.

303. Na zápas musí za jedno družstvo nastúpiť minimálne 5 hráčov a brankár. Maximálny povolený počet za jedno družstvo je 12 hráčov. Všetci hráči musia byť uvedení v zázname o zápase.

304. V priebehu hry môžu byť na ihrisku maximálne 5 a len jeden brankár.

305. Počas zápasu brankár nesmie preplávať na súperovu polovicu ihriska. Ostatní hráči majú povolené pohybovať sa po celom ihrisku.

306. Pokiaľ nebolo na zápas stanovené domáce družstvo v rozlosovaní zápasov, voľba sa prevedie vyhodnotením mince alebo podobným spôsobom. Domáce družstvo má právo vybrať si pred zápasom stranu ihriska, na ktorej zaháji zápas.

307. Hráči v poli sa môžu v priebehu hry striedať, za podmienky dodržania maximálneho počtu hráčov na ihrisku. Striedanie prebieha v určenom priestore v rohu ihriska kde je striedajúca lavica s náhradníkmi vlastného družstva. Striedajúci hráč môže vstúpiť na ihrisko, keď spoluhráč opúšťajúci ihrisko prekračuje plaveckú dráhu, bránkovú čiaru ihriska.

308. Ak dôjde k zraneniu hráča, rozhodca ihneď preruší hru a zranený hráč musí ihrisko opustiť. Zraneného hráča môže na ihrisku nahradiť ďalší hráč.

309. Na začiatku a po prerušení hry vykonáva rozhodca vhadzovanie lopty medzi dvoch hráčov (s každého družstva po jednom), systémom súbojového plávania. Na začiatku hry a po dosiahnutí gólu sa rozohráva na strednom bode, po prerušení hry si rozohrávanie vykonáva faulovaný hráč nadhodením si lopty na ruke alebo nahratím lopty spoluhráčovi, z miesta kde sa hra prerušila. Rozhodca vhadzuje loptu tak, že vhodí loptu na ihrisko medzi dvoch súperiacich hráčov. Hráči pri vhadzovaní stoja na hladine vedľa seba opretý ramenami, čelom k rozhodcovi na mieste odpísaného hrubého faulu rozhodcom. Pri vhadzovaní sa hráč nesmie otáčať a kopať do súpera a ani lopty, dotýkať sa nesmie ani svojimi rukami či telom alebo ba ani protihráča skôr, ako dopadne lopta na hladinu hracej plochy. Pri nedodržaní správneho postavenia hráča pri vhadzovaní rozhodca hráča napomenie a vylúči. Vylúčenie trvá 20 sekúnd. Ostatní hráči stoja pri vhadzovaní na svojej pomyslenej polovici minimálne 1 m od hráčov, ktorí sa zúčastňujú vhadzovania.

310. Ak pri hre opustí lopta ihrisko, rozohráva sa z miesta, kde lopta ihrisko opustila, 0,5 m od postrannej čiary. Ak opustila lopta ihrisko za bránkovou čiarou, rozohráva buď brankár s pred bránkovej čiary 0,5 m. V prípade rohu rozohráva útočiace družstvo z rohu ihriska. Rozhodca určí družstvo, ktoré sa neprevinilo, nezaznamenalo posledný dotyk s loptou. Hráči brániaceho družstva okamžite a bez výzvy rozhodcu zaujmú postavenie minimálne 1 m od rozohrávajúceho hráča s loptou. Útočiace družstvo nemusí čakať na postavenie brániacich hráčov, ale môže ihneď rozohrať. Ak je rozhodca názoru, že hra nebude ovplyvnená, lopta pri rozohraní nemusí byť v pokoji a na správnom

mieste. Rozohranie nesmie byť bezdôvodne zdržované. Rozohranie musí byť zahrané rukou a lopta musí byť hodená, nie buchnutá pästou. Hráč, ktorý rozohráva, môže sa dotknúť lopty len raz. Z rozohrania je možné priamo streliť gól, pokiaľ sa strelec nachádza za pokutovým územím (4m) brániaceho družstva.

311. Gól platí, keď hráč útočiaceho družstva dopraví loptu akoukoľvek časťou svojho tela do brány z prednej strany, cez bránkovú čiaru, celým jej objemom. Útočiaci hráč alebo družstvo sa nesmú v čase alebo tesne pred strelením gólu previniť priestupkom proti pravidlám. Gól platí, ak hráč brániaceho družstva posunul bránku a lopta prešla z prednej strany cez pomyslenú bránkovú čiaru v priestore brány. Gól neplatí, ak sa lopta odrazila priamo do bránky alebo bola lopta zasiahnutá zovretou pästou útočiacim hráčom.

312. Bodovanie - víťaz zápasu získava 3b, v prípade remízy 1b a 0b za prehru. Vo vyradovacej fáze rozhodujú o víťazovi pokutové rozstreli po 3 strelách, ak sa nerozhodne nastane systém rýchla smrť po jednej strele.

4. TRESTY

401. Pri väčšom treste (vylúčenie) je hráč v poli aj brankár, vykázaný z ihriska. Hráč pri vylúčení musí opustiť hraciu plochu, najkratším možným spôsobom prepláva do vyhradeného priestoru ktoré sa zhoduje s priestorom na striedanie (miesto pod striedačkou vlastného družstva) opustením ihriska resp. podplávať bránkovú čiaru. Počas vylúčenia sa môže aj vystriedať hráč. Po návrate vylúčeného hráča z trestného priestoru na ihrisko, musí byť stále dodržané pravidlo upravujúce počte hráčov na ihrisku. Všetky tresty sa končia so záverom zápasu.

Vylúčenie - trest sa ukladá za porušenie týchto pravidiel:

- a) pri nadmernom počte hráčov na ihrisku,
- c) hráč úmyselne vykopne alebo vyhodí loptu rukou mimo ihrisko,
- d) hráč úmyselne posunie bránku alebo sa drží brány
- e) hráč nedodrží vzdialenosť 1 m pri vhadzovaní alebo rozohrávaní
- f) hráč drží protihráča rukami alebo akýmkoľvek iným spôsobom,
- g) hráč prekáža alebo bráni v pohybe protihráčovi, ktorý nemá loptu v držaní,
- h) hráč potopí protihráča akýmkoľvek spôsobom,
- i), hráč strieda skôr alebo na inom mieste ako povoľujú pravidlá. Potrestaný je

hráč vstupujúci na ihrisko.

j) vylúčený hráč vstúpi na ihrisko skôr, ako uplynul alebo bol zrušený jeho trest,

k) hráč nespĺňa požadované oblečenie na hru a nemá ostrihané nechty na rukách, namastený chrbát a ramená, ktoré môžu byť pre neho a ostatných hráčov nebezpečné.

Na ihrisko sa môže potrestaný hráč vrátiť len v prípade odstránenia nedostatku..

402. Pri väčšom treste je ktorýkoľvek hráč, príp. vedúci družstva, vylúčený do konca zápasu a vinník musí okamžite opustiť ihrisko aj hráčsku lavicu. Družstvo, ktoré sa previní dohráva zápas bez jedného hráča v poli.

Väčší trest sa ukladá za porušenie týchto pravidiel:

a) hráč alebo vedúci družstva vystupujú nešportovo, opakovane používajú hrubé alebo urážlivé slová proti komukoľvek alebo fyzicky zaútočia na kohokoľvek,

b) akýkoľvek úmysel spôsobiť alebo spôsobiť zranenie protihráčovi,

c) akékoľvek úmyselné napadnutie protihráča zozadu a nemá záujem pritom o loptu,

d) kopnutie alebo pokus o kopnutie protihráča,

e) násilné alebo nebezpečné zasiahnutie protihráča rukou,

f) brankár sa zapojí do hry v tom istom zápase ako hráč v poli,

g) neoprávnený štart hráča.

403. Trestné strieľanie –pokutový 4m hod sa nariaďuje pri úmyselnom prerušení gólovej situácie brániacim družstvom v 4 m pokutovom priestore pred bránou a v bránkovisku. Prerušenie gólovej situácie posudzuje rozhodca.

Trestné strieľanie – 4m pokutový hod sa nariaďuje vždy, ak hráč brániaceho družstva v priebehu gólovej situácie úmyselne bráni oboma rukami a lopta sa ich súčasne dotkne alebo úmyselne posunie bránku.

Klauzula:

V prípade okresných kôl môže dôjsť k úprave herných pravidiel vodného póla ako sú: hracia plocha, hrací čas, počet hráčov, výstroj a pod.

Na úprave pravidiel sa však musia dohodnúť a s nimi súhlasiť všetky zúčastnené družstvá.



www.skolskysport.sk
www.swimmsvk.sk