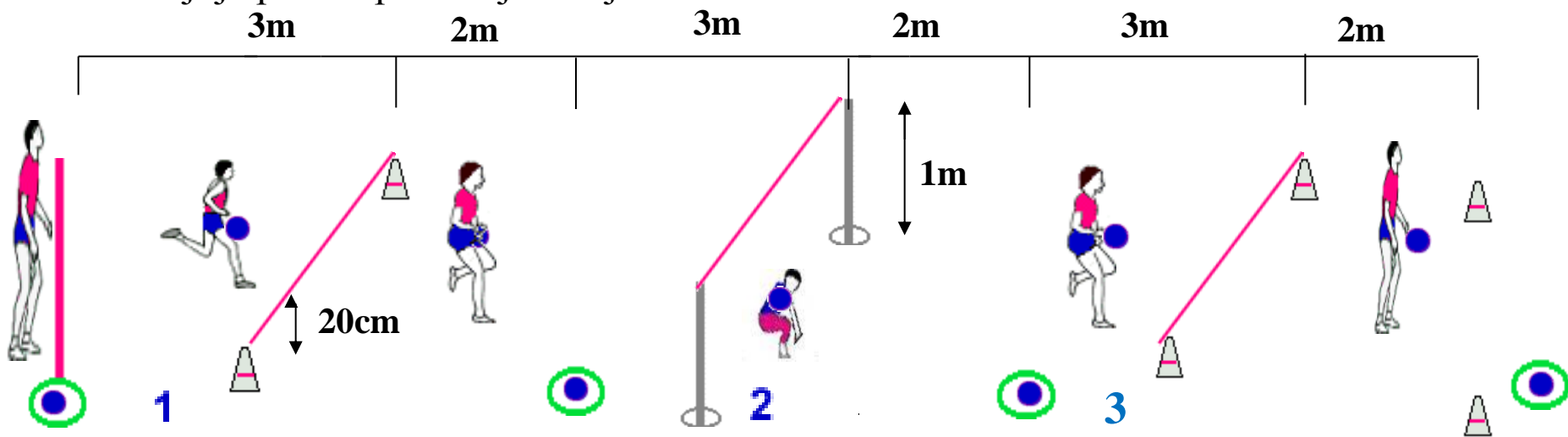


Štafetna igra

Štafeta je ekipna igra s 3 natjecatelja UIT kategorije u čijem sastavu mora biti obavezno jedna djevojčica /djevojka.

Na znak suca (zviždaljkom) prvi natjecatelj iz ekipe uzima “pak” iz obruča postavljenog na startu s desne strane i s njim u rukama trči kroz stazu pravocrtno. Kad prođe stazu preskače preko postavljene prepone i spušta pak u postavljeni obruč na podu s desne strane i tu se zaustavlja. Zatim pak preuzima natjecatelj broj 2. koji se nastavlja kretati pravocrtno dok ne dođe do visoko postavljene prepone uz zadatak da se provuče ispod prepone (spusti se u čučanj). Nakon prolaska ispod prepone “pak” stavlja u obruč postavljen s desne strane na podu i tu se zaustavi. Zadatak nastavlja dalje 3. natjecatelj tako što uzima pak iz obruča i na svom dijelu staze izvodi zadatak jednak onom koji je prošao prvi natjecatelj.



Zadatak

- Svaki natjecatelj ima za zadatak da na znak suca (zviždaljkom) na svom dijelu staze izvede sljedeće zadatke: uzme pak u ruku iz obruča (postavljen s desne strane) i trči pravocrtno označenu stazu (dužine 5m i širine 1m), preskoči/prekorači preponu (visine 20 cm) ili natjecatelj br.2 provuče se čučnju ispod prepone (visine 1m) i na kraju svoje staze “pak” opet stavlja u обруč koji označava početnu pozicija sljedećeg natjecatelja. Igra je gotova kad sva tri natjecatelja prenesu pak od početka do cilja, a pobjednik je ona ekipa koja to izvede u najkraćem vremenu. Svaka ekipa izvodi štafetu 2 puta i za plasman se uzima bolje postignuto vrijeme.

Organizacija

- To je jednosmjerna štafeta (dužine 15m) u kojoj svaki natjecatelj u nizu prolazi stazu dužine 5 metara.
- Staza dužine 15m i širine 1m na čijem kraju su postavljeni čunjevi.
- Prva i treća prepona se postavlja na visinu od 20 cm a druga prepona na visinu 1m.
- Potrebni rekviziti: plastični “pak”, čunjevi s rupicama stalci za prepone i obručci, a početna crta i staza označavaju se kredom/trakom crvene boje.

Pravila

- Natjecatelji moraju ”pak” spustiti u obruč i tek ga onda sljedeći natjecatelj može uzeti i nastaviti zadatak.
- Ukoliko mu ”pak” ispadne pri izvođenju zadatka sam je natjecatelj dužan podići ”pak” i tek onda nastaviti s zadatkom.
- Ukoliko se sruši prepreka natjecatelj može dalje nastaviti s zadatkom, a popravak izvodi volonter koji se nalazi uz stazu.
- Posljednji natjecatelj (br.3) također na kraju svoje staze mora staviti ”pak” u obruč jer to je znak sucu za zaustavljanje vremena.
- Važno je proći ispod prepreke u čučnju ali višim natjecateljima je dozvoljeno da to naprave i na njima lakši način.

Autor: Stjepan Crnokić, prof.

Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

