

UNITATE CURS 7

Competiția școlară de atletism

Scopul

Scop: înțelegerea specificului competiției sportive școlare la disciplina „Atletism”

Obiective operaționale

După ce va studia această unitate de curs, studenții vor putea să:

- ☞ descrie în ce constă competiția sportivă școlară la atletism și care sunt fazele acesteia;
- ☞ prezinte prevederile regulamentare pentru Cros și Tetratlonul școlar;
- ☞ expună aspectele generale de regulament privind participarea la O.N.S.Ș.;
- ☞ elaboreze un plan/proiect de organizare a unei competiții sportive școlare de atletism

Prin valorile pe care le generează și le propune spre asimilare (fairplay, combativitate, respect față de participanți, întrecerea forțelor proprii cu cele ale altor indivizi etc), competițiile sportive școlare pot fi considerate părți componente ale vieții sociale și culturale a societății.

Competiția, prin nivelul crescut de emulație pe care îl imprimă elevilor, prin creșterea dorinței acestora de a obține rezultate superioare, prin oferirea posibilității de confruntare sportivă corectă, devine un mijloc esențial de dezvoltare a personalității elevilor și un mijloc de integrare socială eficientă.

Literatura de specialitate propune înțelegerea noțiunii de „competiție” astfel:

- în sens larg – „*competiția reprezintă o sinteză a diferitelor forme de organizare specifice unei activități, care scoate în evidență, pe baza unor reguli, rezultatele obținute și ierarhizarea acestora*”¹;
- în sens restrâns – „*competiția sportivă reprezintă o formă de organizare a întrecerii între sportivii de diferite categorii, ce are ca obiectiv principal compararea performanțelor (rezultatelor) conform unor reguli precise și unor normative stabilite anterior*”³⁷;

Miza unei competiții, obținută doar de o parte dintre cei angajați în evenimentul sportiv competițional, poate fi *abstractă, simbolică sau materială*.

În funcție de forma de organizare și de plasamentul în cadrul calendarului competițional, competițiile sportive școlare se pot desfășura în:

- **sistem turneu** (cu acumulare de puncte pentru calificare). În acest sistem, fiecare concurent (echipă) se întâlnește pe rând, conform tragerii la sorți, cu toți ceilalți concurenți (celelalte

^{1, 37} Dragnea, C.A., Teodorescu, S.M. (2002), Teoria sportului, Editura FEST, București, p.537;

echipe). Câștigă concurentul/echipa care a acumulat cel mai mare număr de puncte, restul competitorilor clasându-se în ordinea numărului de puncte obținut. În caz de egalitate, clasamentul va ține cont de punctaveraj, în funcție de anumite criterii (înscrise obligatoriu de către organizatori în regulamentul competiției). *Avantaj*: ierarhizează concurenții/echipele în ordinea lor valorică. *Dezavantaj*: necesită mult timp

- **sistem eliminatoriu** – se utilizează de regulă în cadrul sporturilor individuale. *Avantaj*: dată posibilitatea unui număr mare de elevi să ia parte la întreceri, necesită un timp mai scurt de desfășurare, mărește interesul pentru fiecare confruntare sportivă, fiecare întâlnire fiind decisivă. *Dezavantaj*: eliminarea prematură din întrecere a unor elevi buni care au fost dezavantajați de tragerea la sorți pentru formarea seriilor.
- **sistem mixt** - organizarea aceleiași competiții prin cele două sisteme amintite anterior.

Competiția sportivă școlară, calendarul competițional școlar și sistemele competiționale școlare au „cunoscut” în timp evoluții, care au determinat manifestări spectaculoase în obținerea rezultatelor sportive, în imaginea și impactul social al fenomenului sportiv școlar.

Competiția sportivă școlară de atletism

Atletismul, în ansamblul său, este o ramură sportivă competițională care are la bază întrecerea individuală, cu excepția probelor de ștafetă, sau a alergărilor de cros pe echipe.

Oferind un mijloc de control al nivelului și eficienței pregătirii elevilor la un moment dat, *competiția de atletism* poate fi delimitată, în opinia noastră, ca fiind o *activitate complexă stimulativă de asimilare a valorilor sociale pozitive și de comparare a potențialului psihomotric al elevilor (acumulat în urma însușirii optime a deprinderile, priceperilor motrice și a probelor specifice atletismului)*.

Competiția sportivă școlară la ramură de sport – „Atletism”, se organizează astăzi sub egida **O.N.S.Ș.** (Olimpiada Națională s Sportului Școlar).

Conform legislației școlare naționale (ordinul Ministrului nr.2880 / 2007) și a documentelor orientative (Calendarul Competițional Național Școlar), competiția de atletism din cadrul O.N.S.Ș. se organizează separat pentru mediul urban și pentru mediul rural.

Sub **forma sa competițională**, atletismul se caracterizează prin:

- parcurgerea unei anumite distanțe într-un timp cât mai scurt;
- realizarea unui zbor lung/ înalt, prin desprinderea de pe sol;
- proiectarea în aer a unor obiecte speciale la distanțe cât mai mari.
- acumularea cât mai multor puncte prin participarea la un anumit număr de probe (specific probelor combinate – exemplu tetratlonul școlar)

Fazele unei competiții sportive școlare de atletism sunt următoarele:

- *faza pe unitatea de învățământ;*
- *faza pe localitate (urban) / centre de localități (rural);*
- *faza pe județ / sectoare (București);*
- *faza pe zonă / municipiul București;*
- *faza națională.*

Faza națională desemnează Campionul Național Școlar la Atletism.

Crosul și Tetratlonul athletic școlar

În cadrul O.N.S.Ș., competiția sportivă școlară de atletism presupune participarea la Crosul Școlar și la Tetratlonul athletic școlar

CROSUL ȘCOLAR

Este o competiție cu finalitate națională, organizându-se pe o singură categorie de vârstă (elevi din clasele gimnaziale V-VIII). Regulamentul desfășurării acestei forme de întrecere sportivă școlară prevede că:

- la finalul alergării distanței de concurs, se va înmâna fiecărui elev participant un bilet cu numărul de ordine în clasament;
- la faza pe județ (pe municipiul București) se vor califica elevii care au sosit în primele trei locuri la faza pe localitate (sector pentru municipiul București);
- la faza națională a competiției de cros se vor califica elevii care au sosit primii la faza pe județ (pe municipiul București).
- distanțele pe care elevii le vor alerga (tabelul nr.1).

Tabelul nr.1.

Distanțe regulamentare pentru Crosul școlar la ciclul gimnazial

Etapa	Distanțe pentru Fete	Distanțe pentru Băieți
Etapa pe județ /mun.București	1200 m	1500 m
Etapa națională	1500 m	2000 m

TETRATLON ȘCOLAR

Este o competiție cu finalitate națională, organizându-se pe o singură categorie de vârstă (elevi din clasele gimnaziale V-VIII), *separat mediul urban de mediul rural*. Regulamentul desfășurării acestei forme de întrecere sportivă individuală școlară prevede că:

- punctajul obținut de fiecare elev se calculează prin însumarea punctelor obținute la cele patru probe (alergarea de viteză, săritura în lungime, aruncarea mingii de oină). Transformarea performanțelor în puncte se face conform unor tabele stabilite prin prevederile metodologice;
- la faza pe județ (pe municipiul București) se vor califica elevii care au sosit în primele trei locuri la faza pe localitate (sector pentru municipiul București);
- la faza națională a competiției de cros se vor califica elevii care au sosit primii la faza pe județ (pe municipiul București).

Tabelul nr.2 vă prezintă probele care alcătuiesc Tetratlonul școlar și prevederile regulamentare pentru fiecare din cele 4 probe.

Tabelul nr.2

Probele atletice din componența tetratlonului școlar.

Proba	Prevederi Regulamentare
Alergare de viteză 60 m plat	- plecare în alergare cu start de jos; - se aleargă pe serii formate din 4-8 elevi; - se aleargă numai pe suprafețe netede, nealunecoase, culoare marcate - pistă de atletism; - se folosesc minimum 2 cronometre la fiecare concurent.
Săritura în lungime	- bătaia se face într-un spațiu delimitat; - măsurarea se face de la locul desprinderii; - se formează grupe de 10 elevi, programați pe ore; - se acordă 3 sărituri pentru fiecare elev, executate prin alternanță; - pentru fiecare elev, se transformă în puncte cel mai bun rezultat.
Aruncarea mingii de oină	- se poate arunca de pe loc sau cu elan; - se constituie grupe formate din maximum 10 elevi; - se efectuează câte trei aruncări, prin alternanță; - pentru fiecare elev se transformă în puncte cel mai bun rezultat.
Alergare de rezistență • 800m - fete • 800m - băieți	- se pleacă cu start din picioare; - se aleargă numai pe suprafețe netede, nealunecoase, culoare marcate - pistă de atletism; - se aleargă în serii de maximum 10 elevi; - se folosesc, de preferință, cronometre care înregistrează mai mulți timpi.

Prevederile regulamentare privind participarea la O.N.S.Ș.

Conform legislației în vigoare, **Regulamentul de organizare și desfășurare a competițiilor sportive școlare**, din cadrul O.N.S.Ș., este documentul oficial care reglementează desfășurarea tuturor competițiilor sportive. El este elaborat de către un departament al Ministerului (actualmente M.E.C.) în colaborare cu Federația Română a Sportului Școlar și Universitar (F.S.Ș.U.), fiind supus aprobării ministrului și ulterior, trimis în teritoriu pentru a fi implementat.

Acest regulament de organizare a competițiilor școlare reprezintă *punctul de plecare* pentru elaborarea regulamentelor competițiilor școlare pe ramuri de sport.

O.N.S.Ș. pentru disciplina „Atletism” se organizează și se desfășoară în conformitate:

- cu dispozițiile regulamentului aprobat de minister;
- cu datele Calendarului Competițional Național Școlar;
- cu Prevederile metodologice referitoare la disciplina Atletism,
- cu prevederile regulamentelor tehnice ale Federației Române de Atletism.

La competițiile sportive școlare de atletism au drept de participare, conform **articolului 3** din Regulamentul de organizare și desfășurare a competițiilor sportive școlare, *toți elevii din unitățile de învățământ preuniversitar, forma de zi, înscriși în registrul matricol al unității școlare pe care o reprezintă, la data de 15 septembrie a anului școlar respectiv.*

Articolul amintit specifică inclusiv posibilitatea participării **atleților din centrele de excelență și centrele olimpice**, școlarizați temporar în unități de învățământ din localitățile în care funcționează acestea. Acești elevi (atleți) au drept de participare la competițiile sportive școlare de atletism, numai pentru unitățile de învățământ de unde provin și sunt înmatriculați.

Activitatea de coordonare a organizării unei competiții sportive școlare de atletism revine:

- comisiei sportului școlar (la nivelul unității de învățământ);
- comisiei pe disciplina atletism (la nivelul inspectoratului școlar);
- comisiei județene de atletism (la nivel județean);
- comisiei școlare naționale pe disciplina atletism.

Organizarea unei competiții sportive școlare de atletism

Realizarea performanței sportive și reușita spectacolului sportiv sunt determinate de modalitatea de organizare a competiției. Astăzi, conform desfășurării activităților școlare, pentru organizarea și desfășurarea unei competiții sportive se realizează și se depune la forurile competente (director de unitate școlară, inspector general sau de specialitate, etc) un **PROIECT**.

Etapele elaborării unui proiect destinat organizării unei competiții școlare la ramura de sport „Atletism” ar trebui să includă:

- titlul și perioada de desfășurare a competiției;
- motivul / argumentarea organizării competiției;
- scopul și obiectivele competiției;
- resursele implicate (umane, financiare, materiale);
- regulamentul de organizare și desfășurare a competiției (detaliat mai jos);
- planul operațional de acțiune (plan sintetic de realizare – de regulă, se optează pentru forma schematică a sa - tabel);
- promovarea competiției de atletism la nivelul unității școlare / nivel local sau chiar și județean (modalitatea cum se va realiza „publicitatea” competiției la: avizierul școlii, la postul de radio al școlii sau local, la postul de televiziune local sau național etc);
- evaluarea proiectului (analiza SWOT);

Orice competiție sportivă de atletism, care se organizează la nivel de clasă sau unitate de învățământ, se va desfășura după un **regulament** elaborat de către asociația sportivă a unității școlare respective.

REGULAMENTUL pentru organizarea și desfășurarea unei competiții de atletism ar trebui să includă obligatoriu:

- denumirea competiției, data și locul de desfășurare;
- persoana responsabilă de coordonarea competiției;
- componența comisiei de organizare (membrii);
- persoana responsabilă cu asistența medicală autorizată;
- sistemul de desfășurare al competiției (de regulă eliminatoriu la atletism);
- probele de concurs;
- participanții și dreptul de participare;
- când și unde se fac înscrierile;
- programul întrecerilor (pe zile, ore, probe; pauzele dintre anumite etape);
- modalitatea de calificare în fazele superioare ale competiției;
- prevederile regulamentare privind desfășurarea probelor atletice;
- stabilirea rezultatelor și întocmirea clasamentului;
- titluri și premii.

Implicarea în competiție a elevilor indisponibili temporar

Participarea la competiția sportivă școlară la disciplina “Atletism” trebuie să fie accesibilă și acelor elevi, care din motive obiective (accidentați, scutiți medical datorită unor probleme de sănătate), nu se pot implica direct.

Acestora li se poate facilita implicarea în organizarea și desfășurarea competiției la nivel de unitate școlară prin atribuirea realizării unor sarcini utile ca:

- realizarea unei publicități pozitive a competiției atletice (distribuirea de fluturași publicitari, lipirea de afișe, împărțirea de invitații profesorilor din școală și personalului administrativ);
- organizarea și coordonarea de galerii de susținere a elevilor sau echipelor favorite;
- identificarea unor posibili sponsori pentru desfășurarea competiției;
- elaborarea unor articole pentru ziarele locale sau postere suplimentare;
- conceperea mai multor modele de certificate de participant sau diplome pentru premiere;
- compunerea unui posibil cântec pentru a fi imnul competiției;
- găsirea unor informații de cultură generală de pe web sau din cărți de specialitate referitoare la programe de pregătire fizică, nutriție, tehnică de execuție, prevenirea deshidratării în timpul competiției (informații ce pot fi diseminate la nivelul școlii înaintea desfășurării propriu-zise a competiției);
- aranjarea materialelor necesare desfășurării optime a probelor de atletism (mingi de oină, blocstarturi, bețe de ștafetă, cronometre etc);
- arbitrii ajutători ai profesorilor (exemplu: pentru supravegherea unui traseu de alergare);
- realizarea feedback-ului competiției de atletism (exemplu: aplicarea de chestionare elevilor spectatori, profesorilor de alte specialități, directorilor) etc.

Toate măsurile evidențiate anterior pentru implicarea elevilor indisponibili ajută astfel la creșterea emulației acestora, la educarea anumitor atitudini constructive cu rol educativ, în dezvoltarea psiho-socială a elevilor amintiți.

Tema Unitate curs VII

EVALUARE

1. În funcție de forma de organizare, competițiile sportive se pot desfășura în sistem:
a) b) c).....
2. Fazele unei competiții sportive școlare de atletism sunt în număr de și anume:
.....
.....
.....
3. Crosul școlar, ca parte a O.N.S.Ș., este o competiție cu finalitate națională. Se organizează :
a) separat pentru fiecare clasă (a V a, a VI a, a VII a, a VIII a);
b) pentru o singură categorie de vârstă (elevi clasele V-VIII);
c) separat pentru clasele V-VI, separat pentru clasele VII-VIII.
4. Probele competiției școlare la Tetratlon sunt:
a) aruncarea mingii de oina, alergare de rezistență, săritura în lungime;
b) săritura în înălțime cu pășire, aruncarea mingii de oina, săritura în lungime, alergare de rezistență, săritura în lungime;
c) aruncarea mingii de oina, alergare de rezistență, săritura în lungime;
d) alergare de viteză, alergare de rezistență, săritura în lungime, alergarea de garduri;
e) aruncarea mingii de oina, alergare de rezistență, săritura în lungime, alergarea de viteză.
5. Faza națională a O.N.S.Ș. la Atletism desemnează, în urma rezultatelor obținute,
.....
6. etapele elaborării unui proiect de organizare a unei competiții de atletism sunt:
.....
.....
.....