

Jury instructie verspringen

Algemeen

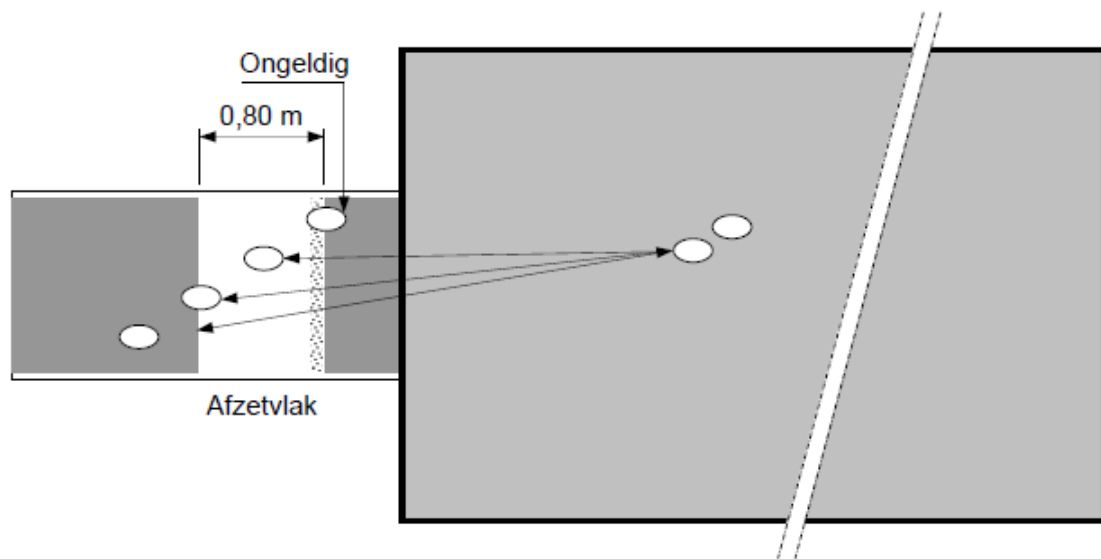
Bij de pupillencompetitie dient het plezier van het kind voorop te staan. Het persoonlijk presteren (winnen) dient hierbij ondergeschikt te worden gemaakt aan het presteren als groep. Het sociale aspect door het met elkaar sporten dient steeds te prevaleren. Voor deze leeftijdscategorie past een te groot fanatisme niet. Met de regels moet soepel omgegaan worden, d.w.z. rechtvaardig, doch niet bestraffend, maar lerend en stimulerend.

Materialen en voorbereiding:

De afstand tussen de achterste rand van het vlak tot aan de voorrand van de zandbak mag maximaal 50 cm bedragen i.v.m. veiligheid (landen op de rand heeft grote kans op blessures.)

- Meetlint 10 m.
- Markeerpennen
- Hark en/of schuiver.
- Tarwebloem om afzetvlak te bestrooien (Bloem is biologisch afbreekbaar en 'verstopt' de poriën van de aanloop niet)
- Bij droog weer een gieter met water zodat het zand in het landingsgebied kan worden bevochtigd.
- Controleer of het zand op de goede hoogte -gelijk met de rand- ligt.
- Zet de pupillen in volgorde van de jurylijst en laat ze allen 2x inspringen.
- Vertel de pupillen dat zij moeten afzetten in het witte vlak voor de zandbak.

Wedstrijd:



Meten bij het verspringen voor pupillen

- Pupillen zetten af in een vlak van 80 cm over de volle breedte van de aanloop.
- Markeer het afzetpunt direct door een markeerpenn o.i.d. op de plek van de teenpunt te leggen.
- De atleet moet na zijn sprong de zandbak naar achteren of opzij verlaten voorbij de dichtstbijzijnde landingsafdruk. Teruglopen door het zand maakt de poging ongeldig.
- Het nulpunt van het meetlint is in de zandbak, de afstand wordt afgelezen bij het gemarkeerde punt in het afzetvlak. Afronden op hele cm naar beneden.
- Voet geheel of gedeeltelijk voorbij het afzetvlak: poging is ongeldig.
- Voet geheel of met punt in het afzetvlak: meten vanaf de teenpunt in het afzetvlak tot de achterste indruk in het zand.
- Voet geheel vóór het afzet vlak: meten vanaf het begin van het afzetvlak tot de achterste indruk in het zand.
- Elke atleet krijgt 3 pogingen, elke poging moet worden genoteerd op de jurylijst. Een ongeldige poging wordt genoteerd als "X".

- Bij 3 ongeldige pogingen krijgt de atleet tot maximaal 2 pogingen om een geldige sprong te maken. Coach de atleet en begeleider hierin zodat zij altijd een geldig resultaat hebben.