

ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΑΓΩΝΩΝ ΣΤΙΒΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ Κ.Α. – Κ.Ψ.

Σχολικό Έτος 2025 - 2026

Από το Τμήμα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, προκηρύσσονται οι εσωτερικοί αγώνες στίβου Κολλεγίου Αθηνών και Κολλεγίου Ψυχικού μεταξύ των μαθητών και μαθητριών του Γυμνασίου.

1. Δικαίωμα συμμετοχής:

Έχουν όλοι οι μαθητές και οι μαθήτριες του Σχολείου μας. Με βάση τις επιδόσεις θα προκριθούν οι καλύτεροι για τους τελικούς αγώνες. Οι μαθητές-μαθήτριες της Α', Β' και Γ' Γυμνασίου δικαιούνται να λάβουν μέρος στα τελικά σε ένα ατομικό αγώνισμα και σε μια σκυταλοδρομία.

2. Τόπος Τέλεσης: Στάδιο Στεφάνου Δέλτα.

3. Ημερομηνίες τέλεσης:

α. Προκριματικοί: Από 10 Νοεμβρίου έως 22 Απριλίου.

β. Δηλώσεις για τους τελικούς έως και 3 ημέρες πριν την τέλεση των αγώνων.

γ. Τελικοί :

Α' Γυμνασίου – Τρίτη, 28 Απριλίου 2026

Β' Γυμνασίου – Τετάρτη, 29 Απριλίου 2026

Γ' Γυμνασίου – Πέμπτη, 30 Απριλίου 2026

Αγωνίσματα Α' Γυμνασίου:

Μαθητών: 80μ., 150μ., 300μ., 1.000μ., 60μ. με εμπόδια, άλμα σε ύψος, άλμα σε μήκος, σφαιροβολία, vortex, δρόμος 4x100μ.

Μαθητριών: 80μ., 150μ., 300μ., 600μ., 60μ. με εμπόδια, άλμα σε ύψος, άλμα σε μήκος, σφαιροβολία, vortex, δρόμος 4x100μ.

4. Αγωνίσματα Β' & Γ' Γυμνασίου:

Μαθητών: 80μ., 150μ., 300μ., 1.000μ., 100μ. με εμπόδια, άλμα σε ύψος, άλμα σε μήκος, σφαιροβολία, δισκοβολία, δρόμος 4x100μ.

Μαθητριών: 80μ., 150μ., 300μ., 600μ., 80μ. με εμπόδια, άλμα σε ύψος, άλμα σε μήκος, σφαιροβολία, δισκοβολία, δρόμος 4x100μ.

5. Βάρος οργάνων:

Σφαίρα μαθητών:	4 Kgr
Σφαίρα μαθητριών:	3 Kgr
Vortex:	200 gr
Δίσκος:	1 Kgr

6. 60μ. με εμπόδια μαθητών Α' Γυμνασίου:

Αριθμός εμποδίων:	6
Ύψος εμποδίων:	0,62 εκ.
Πρώτο εμπόδιο:	12μ. από αφετηρία
Απόσταση εμποδίων:	7,5μ.
Τελευταίο εμπόδιο:	10,5μ. από τον τερματισμό

7. 60μ. με εμπόδια μαθητριών Α' Γυμνασίου:

Αριθμός εμποδίων:	6
Ύψος εμποδίων:	0,62 εκ.
Πρώτο εμπόδιο:	12μ. από αφετηρία
Απόσταση εμποδίων:	7μ.
Τελευταίο εμπόδιο:	13μ. από τον τερματισμό

8. 80μ. με εμπόδια μαθητριών Β' & Γ' Γυμνασίου:

Αριθμός εμποδίων:	8
Ύψος εμποδίων:	0,76 εκ.
Πρώτο εμπόδιο:	13μ. από αφετηρία
Απόσταση εμποδίων:	8μ.
Τελευταίο εμπόδιο:	11μ. από τον τερματισμό

9. 100μ. με εμπόδια μαθητών Β' & Γ' Γυμνασίου:

Αριθμός εμποδίων:	10
Ύψος εμποδίων:	0,84 εκ.
Πρώτο εμπόδιο:	13μ. από αφετηρία
Απόσταση εμποδίων:	8,50μ.
Τελευταίο εμπόδιο:	10,50μ. από τον τερματισμό

10. Τρόπος διεξαγωγής προκριματικών:

Κάθε μαθητής- μαθήτρια συμμετέχει σε όλα τα αγωνίσματα, κατά την διάρκεια των μαθημάτων Φυσικής Αγωγής. Μετά την συλλογή των αποτελεσμάτων όλων των τμημάτων, οι μαθητές και οι μαθήτριες επιλέγουν το αγώνισμα που θα αγωνιστούν εφόσον έχουν πετύχει τις απαιτούμενες επιδόσεις για να προκριθούν στους τελικούς κατά την διάρκεια του μαθήματος ή κατά την διάρκεια των αγώνων των αντιπροσωπευτικών ομάδων.

11. Τρόπος διεξαγωγής τελικών:

Θα διεξαχθούν απευθείας τελικές σειρές βάσει των καλύτερων επιδόσεων των προκριματικών αγώνων.

α. Δρόμοι: Κάθε μαθητής- μαθήτρια έχει δικαίωμα μιας άκυρης εκκίνησης.

β. Άλματα – ρίψεις: Οι προσπάθειες θα είναι 3 για όλους και όλες.

12. Αριθμός προκρινόμενων για τα τελικά:

Στους τελικούς ο μαθητής ή η μαθήτρια εφόσον προκρίνεται, μπορεί να πάρει μέρος σε έναν ατομικό και στη σκυταλοδρομία. Στα αγωνίσματα προκρίνονται:

80μ..... 6 Μήκος..... 8 (ή και περισσότεροι σε ισοβαθμία)

150μ..... 6 Ύψος..... 8 (ή και περισσότεροι σε ισοβαθμία)

300μ..... 6 Ρίψεις..... 8 (ή και περισσότεροι σε ισοβαθμία)

600μ..... 8 Δρόμος 4x100μ..... οι 6 καλύτερες επιδόσεις

1.000μ..... 10

Εμπόδια... Λόγω των τεχνικών απαιτήσεων του αγωνίσματος, η συμμετοχή είναι ελεύθερη.

13. Τοποθέτηση του πήχη στους τελικούς:

α. Μαθητές: 1.15, 1.20, 1.25, 1.30, 1.35, 1.40 και μετά ανά τρία εκατοστά.

β. Μαθήτριες: 1.10, 1.15, 1.20, 1.25, 1.30 και μετά ανά τρία εκατοστά.

14. Βαθμολογία:

α. Ατομικά αγωνίσματα: 1^η θέσηβαθμοί 7

2^η θέσηβαθμοί 5

3^η θέσηβαθμοί 4

4^η θέσηβαθμοί 3

5^η θέσηβαθμοί 2

6^η θέσηβαθμός 1

ακύρωση, μη τερματισμός, μη συμμετοχή... βαθμός 0

β. Ομαδικά αγωνίσματα: 1^η θέσηβαθμοί 14

2^η θέσηβαθμοί 10

3^η θέσηβαθμοί 8

4^η θέσηβαθμοί 6

5^η θέσηβαθμοί 4

6^η θέσηβαθμοί 2

ακύρωση, μη τερματισμός, μη συμμετοχή... βαθμός 0

15. Έπαθλα:

Στους τρεις πρώτους νικητές και νικήτριες των ατομικών και ομαδικών αγωνισμάτων απονέμονται διπλώματα. Στο τμήμα που θα έρθει: Πρώτο στη βαθμολογία μαθητών, πρώτο στη βαθμολογία μαθητριών, πρώτο στη γενική βαθμολογία απονέμεται ειδικό δίπλωμα.

16. Γενικές Οδηγίες:

Οι μαθητές-μαθήτριες θα προσέρχονται αυτοπροσώπως στο χώρο κλήσεως 45 λεπτά πριν την ώρα διεξαγωγής του αγωνίσματος.

Οι συμμετέχοντες θα φορούν τη στολή των τμημάτων τους διαφορετικά θα αποκλείονται των αγώνων.

Ότι δεν προβλέπεται από την προκήρυξη των αγώνων θα ρυθμίζεται από την αγωνόδοκο επιτροπή.