

# ŠOLSKA TEKMOVANJA

**Zavod za šport RS Planica mora za posamezna atletska tekmovanja na vseh stopnjah tekmovanj osnovnih in srednjih šol zagotoviti vsaj minimalno število sodnikov (1 sodnik na disciplino).**

**Le ti bodo zagotovili priznavanje atletske rezultate tudi s strani Atletske zveze Slovenije.**

Razpisi atletske tekmovanj za osnovne in srednje šole so objavljeni na naslednjih spletnih straneh:

<http://www.sportmladih.net/informator>

ali

<http://slovenska-atletika.si/solska-atletika/>

## GENERALNI SPONZOR



## ZLATA SPONZORJA



## SREBRNI SPONZOR



## BRONASTI SPONZORJI



## SPONZORJI



## URADNI OPREMLJEVALEC



## INŠTITUCIJE



## URADNI PARTNER



## POSAMIČNO ATLETSKO TEKMOVANJE

za učence in učenke osnovnih šol, letnik 2010 in 2011  
ter letnik 2012 do 2014 za šolsko leto 2024/2025

Na posamičnem atletske tekmo vanju osnovnih šol smejo v šolskem letu 2024/2025 nastopati učenci in učenke, ki so rojeni v letu **2010 in 2011** ter učenci in učenke, ki so rojeni leta **2012 do 2014**.

Učenci in učenke, letnik 2012 do 2014, ne smejo nastopati v starejši kategoriji (izjema je štafeta 4x100 m).

Na **občinskem prvenstvu** je število nastopajočih v posamezni disciplini v pristojnosti lokalne skupnosti. Občinska tekmovanja se morajo zaključiti do **25. aprila 2025**.

**Področna tekmovanja:** zaključiti se morajo do **30. maja 2025**.

Na področno tekmovanje se praviloma uvrsti **24** najboljših **v teku na 60 m in 300 m, 20** najboljših na **600 m, 1000 m, v daljini, višini, krogli, vorteksu** in **16** najboljših v **štafeti 4x100 m**.

Izvajalec področnega tekmovanja mora posredovati poročila koordinatorju takoj po končanem tekmo vanju. Prijave na področno tekmovanje in obveščanje o tekmo vanju potekata preko spletne aplikacije ŠŠT.

V finale se uvrsti 24 najboljših iz vseh področnih prvenstev Slovenije v **teku na 60 m in 300 m, 20** najboljših na **600 m in 1000 m, v daljini, višini, krogli, vorteksu** ter **16** najboljših **štafet 4x100 m**.

**Finale: sreda, 04. junij 2025.**

Izvajalec tekmovanja: Javni zavod za šport Slovenska Bistrica

Program:

### **UČENCI (2010 in 2011)**

60 m, 300 m, 1000 m, 4x100 m, daljina (cona), višina, kroglja (4 kg), vortex (teža 125-130 g, skupna dolžina 320 mm, dolžina glave 165 mm, dolžina repa 155 mm)

### **UČENKE (2010 in 2011)**

60 m, 300 m, 1000 m, 4x100 m, daljina (cona), višina, kroglja (3 kg), vortex (teža 125-130 g, skupna dolžina 320 mm, dolžina glave 165 mm, dolžina repa 155 mm)

### **UČENCI in UČENKE (2012 do 2014)**

60 m, 300 m, 600 m, daljina (cona), višina, vortex (teža 125-130 g, skupna dolžina 320 mm, dolžina glave 165 mm, dolžina repa 155 mm)

## **OPOMBA:**

*V skoku v daljino se skače iz "cone odriva", prostora, dolžine 80 cm. Cona odriva obsega odrivno desko ter po 30 cm širok pas pred desko in 30 cm za njo. Odriv izven cone odriva za zadnjo prestopno črto cone odriva je neuspešen poskus. V kolikor učenec / učenka odrine pred začetkom cone odriva, to štejemo za uspešen skok, izmeri pa se ga od začetne črte cone odriva. Priporoča se, da je cona odriva rahlo posuta z magnezijo.*

*Če je odrivna deska predaleč od jame, je potrebno postaviti "cono odriva" bližje jami zaradi varnosti.*

## **ŠTEVILO POSKUSOV:**

- v skoku v daljino in v suvanju krogle imajo učenci in učenke tri (3) poskuse. Najboljših osem (8) učencev oziroma učenk ima še dodatne tri (3) poskuse.*
- v metu vorteksa imajo učenci in učenke najprej poskusni met in nato tri (3) zaporedne mete, od katerih se upošteva najdaljši.*

Na vseh stopnjah tekmovanj je treba izvesti finale v teku na 60 m. V finale teka na 60 m se uvrstijo najboljši po časih iz kvalifikacij.

Začetna višina v skoku v višino in dvigovanje letvice:

St. učenci: 130 cm, po 5 cm do 150 cm, naprej po 3 cm in zatem po 2 cm.

St. učenke: 110 cm, po 5 cm do 135 cm, naprej po 3 cm in zatem po 2 cm.

Ml. učenci: 110 cm, po 5 cm do 140 cm, naprej po 3 cm in zatem po 2 cm.

Ml. učenke: 100 cm, po 5 cm do 135 cm, naprej po 3 cm in zatem po 2 cm.

**Omejitev nastopa:** Na vseh stopnjah smejo učenci in učenke, letnik 2011 do 2013, nastopiti le v **eni (1)** disciplini, učenci in učenke, letnik 2010 in 2011, pa v **eni (1)** disciplini in štafeti.

V štafeti 4x100 m nastopi šola z učenci oziroma učenkami, letnik 2010 do 2014. Štafeta palica se predaja v označenem 30-metrskem prostoru.

## POSAMIČNO ATLETSKO TEKMOVANJE ZA SREDNJE ŠOLE

Na posamičnem atletske tekmo vanju za srednje šole lahko nastopajo redno vpisani dijaki in dijakinje, rojeni 2006 in mlajši.

**Področna tekmovanja:** datumi in ure področnih tekmovanj bodo znani do 11. aprila 2025.

Področna tekmovanja se morajo zaključiti do **16. maja 2025**.

Na **področno** in **finalno** tekmovanje se uvrsti po **24** najboljših posameznikov **v teku na 100 m in 400 m**, po **20** najboljših v teku na **1000 m, 2000 m, v daljini, višini, krogli** in **16 štafet**.

Izvajalec področnega tekmovanja mora posredovati poročilo koordinatorju takoj po končanem tekmo vanju. Prijave na področno tekmovanje in obveščanje o tekmo vanju potekata preko spletne aplikacije ŠŠT.

**Finale: četrtek, 22. maj 2025**

**Kraj in zvajalec tekmovanja bo znan do 31. marca 2025..**

**Program tekmovanja:**

**DIJAKI (2006 in mlajši)**

100 m, 400 m, 1000 m, 2000 m, 4x100 m, daljina (cona), višina, krogla (5 kg)

**DIJAKINJE (2006 in mlajše)**

100 m, 400 m, 1000 m, 4x100 m, daljina (cona), višina, krogla (3 kg)

**OPOMBA:**

*V skoku v daljino se skače iz "cone odriva", prostora, dolžine 80 cm. Cona odriva obsega odrivno desko ter po 30 cm širok pas pred desko in 30 cm za njo. Odriv izven cone odriva za zadnjo prestopno črto cone odriva je neuspešen poskus. V kolikor učenec / učenka odrine pred začetkom cone odriva, to štejemo za uspešen skok, izmeri pa se ga od začetne črte cone odriva. Priporoča se, da je cona odriva rahlo posuta z magnezijo.*

*Če je odrivna deska predaleč od jame, je potrebno postaviti "cono odriva" bližje jami zaradi varnosti.*

### **ŠTEVILO POSKUSOV:**

*V skoku v daljino in v suvanju krogle imajo vsi dijaki tri (3) poskuse, v finalno serijo se uvrsti osem (8) najboljših, ki imajo še dodatne tri (3) poskuse.*

Začetna višina v skoku v višino in dvigovanje letvice:

Dijaki: 140 cm, po 5 cm do 165 cm, naprej po 3 cm in zatem po 2 cm.

Dijakinje: 120 cm, po 5 cm do 150 cm, naprej po 3 cm in zatem po 2 cm.

**Omejitev nastopa:** posamezen dijak ali dijakinja sme nastopiti le v **eni (1)** disciplini in štafeti.

Na vseh stopnjah tekmovanj se izpelje še finalni tek na 100 m (v primeru stadiona s šestimi stezami tudi B finale). Finaliste se določi na podlagi doseženih časov v polfinalih.

## PRVENSTVO SLOVENIJE V KROSU ZA OSNOVNE IN SREDNJE ŠOLE

**Datum tekmovanja:** četrtek, 17. april 2025 ob 10.30 uri

**Izvajalec:** Atletski klub Pomurje Murska Sobota

**Zadnji dan prijav:** petek, 11. april 2025 do 12.00 ure preko spletne aplikacije Zavoda za šport RS Planica.

### **Tekmovalne kategorije in proge za osnovne šole:**

Učenci, letnik 2014	1000 m
Učenke, letnik 2014	1000 m
Učenci, letnik 2013	1000 m
Učenke, letnik 2013	1000 m
Učenci, letnik 2012	1000 m
Učenke, letnik 2012	1000 m
Učenci, letnik 2011	1500 m
Učenke, letnik 2011	1000 m
Učenke, letnik 2010	1000 m
Učenci, letnik 2010	1500 m
Mešana štafeta OŠ	4 x 500 m
Učenci OŠPP, letnik 2009 in mlajši	1000 m
Učenke OŠPP, letnik 2009 in mlajše	1000 m

Predšolski otroci in 1. razred devetletke tečejo na razdalji 500 m, učenci in učenke letnika 2015 do 2017 tečejo na razdalji 500 m in je netekmovalnega značaja.

**Mešano štafeto za OŠ** sestavljata 2 učenca in 2 učenki. Predaja palice se opravi na 500 m. Zaporedje tekačev je Ž+M+M+Ž.

Šola mora obvezno prijaviti 2 ekipi. Vrstni red šol se določi na osnovi seštevka časov obeh ekip.

### **Tekmovalne kategorije in proge za srednje šole:**

Dijakinje, letnik 2008 in mlajše	1500 m
Dijakinje, letnik 2006 in 2007	1500 m
Dijaki, letnik 2008 in mlajši	2000 m
Dijaki, letnik 2006 in 2007	2000 m
Mešana štafeta SŠ	6 x 500 m

**Mešano štafeto za SŠ** sestavljajo 3 dijaki in 3 dijakinje. Predaja štafetne palice se opravi na 500 m. Zaporedje tekačev je Ž+M+Ž+M+Ž+M. Vrstni red se določi na osnovi doseženega časa.

**Prijave:** poimenske prijave je treba poslati v prijavnem roku **do petka, 11. aprila 2025**. V prijavi je potrebno razen imena in priimka navesti tudi letnico rojstva in kategorijo. Šola lahko za vsako kategorijo prijavi neomejeno število tekmovalcev, za ekipno razvrstitev pa se upoštevata uvrstitvi dveh (2) najuspešnejših tekačev ali tekačic.

**Ekipno prvenstvo šol:** Vrstni red ekip v posamezni kategoriji se določi na podlagi negativnega seštevka točk in sicer: prvouvrščeni dobi - 1 točko, drugouvrščeni - 2 točki, tretjeouvrščeni - 3 točke, itd.

Zmagovalna ekipa pri osnovnih šolah je tista, ki ima najmanjši seštevke točk dveh (2) učencev in učenk (skupna kategorija).

Zmagovalna ekipa pri srednjih šolah je tista, ki ima najmanjši seštevke točk dveh (2) dijakov ali dijakinj.

V primeru enakega števila točk dveh ali več šol, odloča o razvrstitvi uvrstitev slabšega - drugouvrščenega tekmovalca oziroma tekmovalke šole. Točkuj se samo popolne ekipe.

**Vseekipno prvenstvo osnovnih šol:** za vseekipni vrstni red se upošteva osem (8) najboljših uvrstitev šole v tekmovalnem delu (ne glede na kategorijo in ne glede na spol). Zmaga šola z najmanjšim številom točk. V primeru enakega števila točk o uvrstitvi šole odločajo višje uvrstitve tistih, ki so se upoštevali za točkovanje.

**Vseekipno prvenstvo srednjih šol:** vseekipnega zmagovalca, ločeno za dijake in dijakinje, dobimo s seštevkom ekipnih končnih vrstnih redov šol v posameznih kategorijah. Prvuvrščena ekipa šole v posamezni kategoriji prejme toliko točk kot je uvrščenih ekip, drugouvrščena prejme - 1 točko manj, tretjeouvrščena - 2 točki manj, itd.. Zmaga šola z največjim seštevkom točk. Če je seštevke enak, odloča večje število prvih mest v ekipnem tekmovanju šol. Točkuj se samo šole s popolnimi kategorijami.

**Končne določbe:** nastop v tekaški športni obutvi - "šprinterica" in nogometni športni obutvi - »kopačkah«, ni dovoljen.

Učenci in učenke osnovnih šol ter dijaki in dijakinje srednjih šol tekmujejo izključno v svoji starostni kategoriji.



## EKIPNO ATLETSKO TEKMOVANJE ZA OSNOVNE ŠOLE

**Datum in kraj:** četrtek, 9. oktober 2025

**Izvajalec:** izvajalec bo znan avgusta 2025

Občinska tekmovanja se morajo zaključiti do 12. septembra 2025

**Področna tekmovanja:** zaključiti se morajo do 3. oktobra 2025

Prijave na področno tekmovanje in obveščanje o tekmovanju potekata preko spletne aplikacije ŠŠT.

V finale se po izidih s področnih tekmovanj uvrsti **šestnajst (16)** moških in **šestnajst (16)** ženskih ekip z dvema tekmovalcema in rezervo v vsaki disciplini ter eno štafeto.

Sestava ekipe v finalu se lahko razlikuje od sestave na področnem tekmovanju. Zamenjava tekmovalcev je mogoča pred začetkom tekmovanja v tajništvu tekmovanja ali najpozneje v prijavnici.

### **Omejitev nastopa**

V ekipnem atletske tekmovanja lahko nastopijo učenci in učenke, rojeni 2011 do 2015. Učenec ali učenka sme nastopiti le v **eni (1)** disciplini in štafeti.

Na področnih ekipnih tekmovanjih nastopajo ekipe šol s tremi učenci ali učenkami v disciplini ter dvema štafetama 4x100 m. Za končni ekipni vrstni red šol se upoštevata dva boljša dosežka v vsaki disciplini in dosežek boljše štafete. Če posamezna šola nastopi z dvema ekipama, je treba v prijavi označiti tekmovalce ekipe A in B.

### **Točkovanje dosežkov**

Na področnem tekmovanju setočkovanje za ekipno prvenstvo izvede po atletske tablicah za šolsko atletiko, ki so objavljene v "Atletske priručniku za OŠ iz leta 1993". Vrstni red šol v posamezni kategoriji na finalnem tekmovanju se določi na podlagi seštevka točk, in sicer: prvo uvrščeni v posamezni disciplini prejme 32 točk, drugo uvrščeni 31 točk, tretje uvrščeni 30 točk, itd. V primeru enakega števila točk dveh ali več šol odloča o razvrstitvi več višjih uvrstitev v vseh disciplinah posamezne kategorije.

## PROGRAM EKIPNEGA TEKMOVANJA

### UČENCI (2011 do 2015)

60 m, 300 m, 1000 m, 4x100 m, daljina (cona), višina, kroglja (4 kg), vortex (teža 125-130 g, skupna dolžina 320 mm, dolžina glave 165 mm, dolžina repa 155 mm)

### UČENKE (2011 do 2015)

60 m, 300 m, 1000 m, 4x100 m, daljina (cona), višina, kroglja (3 kg), vortex (teža 125-130 g, skupna dolžina 320 mm, dolžina glave 165 mm, dolžina repa 155 mm)

### OPOMBA:

V skoku v daljino se skače iz "cone odriva", prostora, dolžine 80 cm. Cona odriva obsega odrivno desko ter po 30 cm širok pas pred desko in 30 cm za njo. Odriv izven cone odriva za zadnjo prestopno črto cone odriva je neuspešen poskus. V kolikor učenec / učenka odrine pred začetkom cone odriva, to štejemo za uspešen skok, izmeri pa se ga od začetne črte cone odriva. Priporoča se, da je cona odriva rahlo posuta z magnezijo.

Če je odrivna deska predaleč od jame, je potrebno postaviti "cono odriva" bližje jami zaradi varnosti.

Začetna višina v skoku v višino in dvigovanje letvice se določi pred pričetkom tekmovanja v dogovoru z mentorji šol.

Štafetnim tek se izvede po vseh končanih individualnih disciplinah v posamezni starostni kategoriji.

### ŠTEVILO POSKUSOV:

- v ekipnem tekmovanju ni finalnega teka na 60 m.
- v skoku v daljino iz cone odriva in v suvanju kroglice imajo učenci in učenke štiri (4) poskuse.
- v metu vorteksa imajo učenci in učenke tri (3) zaporedne mete, od katerih se upošteva najdaljši.

Šola, izvajalka finalnega ekipnega tekmovanja, bo avtomatsko uvrščena v finale le v primeru, da ne bo na podlagi področnih rezultatov uvrščena med prvih šestnajst ekip.

## EKIPNO ATLETSKO TEKMOVANJE ZA SREDNJE ŠOLE

**Datum in kraj:** 8. oktober 2025, Nova Gorica

**Izvajalec:** Atletski klub Gorica in Gimnazija Nova Gorica

**Področna tekmovanja:** zaključiti se morajo do 3. oktobra 2025

Prijave na področno tekmovanje in obveščanje o tekmovanju potekata preko spletne aplikacije ŠŠT.

V finale se po izidih s področnih tekmovanj uvrsti **dvanajst (12)** moških in **dvanajst (12)** ženskih ekip z dvema tekmovalcema in rezervo v vsaki disciplini ter eno štafeto. Sestava ekipe v finalu se lahko razlikuje od sestave na področnem tekmovanju. Zamenjava dijakov je mogoča pred začetkom tekmovanja v tajništvu tekmovanja ali najpozneje v prijavnici.

### **Omejitve nastopa**

V ekipnem atletske tekmovanja lahko nastopijo redno vpisani dijaki in dijakinje, rojeni 2006 in mlajši. Dijak ali dijakinja sme nastopi le v **eni (1)** disciplini in štafeti. Na področnih ekipnih tekmovanjih lahko nastopajo ekipe šol s tremi dijaki ali dijakinjami v disciplini ter dvema štafetama 4x100m. Za končni ekipni vrstni red se upoštevata dva (2) boljša dosežka v vsaki disciplini in dosežek ene (1) boljše štafete. Če posamezna šola nastopi z dvema ekipama, je treba v prijavi označiti tekmovalce ekipe A in B.

### **Točkovanje dosežkov**

Na vseh ekipnih tekmovanjih se dosežke točkuje po “**Tablicah WA (madžarske tablice) iz leta 2025**”.

### **Program tekmovanja**

#### **DIJAKI (2007 in mlajši)**

100 m, 400 m, 1000 m, 2000 m, 4x100 m, daljina (*cona*), višina, krogla (5 kg)

#### **DIJAKINJE (2007 in mlajše)**

100 m, 400 m, 1000 m, 4x100 m, daljina (*cona*), višina, krogla (3 kg)

**OPOMBA:**

*V skoku v daljino se skače iz "cone odriva", prostora, dolžine 80 cm. Cona odriva obsega odrivno desko ter po 30 cm širok pas pred desko in 30 cm za njo. Odriv izven cone odriva za zadnjo prestopno črto cone odriva je neuspešen poskus. V kolikor dijak / dijakinja odrine pred začetkom cone odriva, to štejemo za uspešen skok, izmeri pa se ga od začetne črte cone odriva. Priporoča se, da je cona odriva rahlo posuta z magnezijo.*

*Če je odrivna deska predaleč od jame, je potrebno postaviti "cono odriva" bližje jami zaradi varnosti.*

Začetna višina v skoku v višino in dvigovanje letvice se določi pred pričetkom tekmovanja v dogovoru z mentorji šol.

Štafetnim tek se izvede po vseh končanih individualnih disciplinah v posamezni starostni kategoriji.

**ŠTEVILO POSKUSOV:**

- v ekipnem tekmovanju ni finalnega teka na 100 m.
- v skoku v daljino iz cone odriva in v suvanju krogle imajo dijaki in dijakinje štiri (4) poskuse.

Šola, izvajalka finalnega ekipnega tekmovanja, bo avtomatsko uvrščena v finale le v primeru, da ne bo na podlagi področnih rezultatov uvrščena med prvih dvanajst ekip.

**PRVENSTVO SLOVENIJE V GORSKIH TEKIH**  
**ZA OSNOVNE IN SREDNJE ŠOLE**

**Organizatorji:** Zavod za šport RS Planica, Združenje za gorske teke Atletske zveze Slovenije, Osnovna šola Simona Jenka Smlednik in Turistično društvo Smlednik.

**Datum tekmovanja in kraj:** četrtek, 18. september 2025 ob 10.00 uri v Smledniku.

**Zadnji dan prijav:** ponedeljek, 15. september 2025

Prijava ekipe in posameznikov ter obveščanje o tekmovanju potekata skladno s skupnimi pravili ŠŠT (prek spletne aplikacije)

**Tekmovalne kategorije in proge za osnovne šole:**

Učenci in učenke, letnik 2011 in 2012	1350 m
Učenci in učenke, letnik 2013 in 2014	1350 m

**Netekmovalna kategorija:**

Učenci in učenke, letnik 2015 in mlajši	850 m
---	-------

**Tekmovalne kategorije in proge za srednje šole:**

Dijaki in dijakinje, letnik 2009 in 2010	1950 m
Dijaki in dijakinje, letnik 2007 in 2008	1950 m

Tekmovanje je posamično in ekipno. Za ekipo štejejo rezultati dveh najbolje uvrščenih učencev (dijakov) in učenk (dijakinj) v obeh kategorijah.

**PRVENSTVO SLOVENIJE V ULIČNEM TEKU**  
**ZA OSNOVNE IN SREDNJE ŠOLE**

**Organizator:** Mestna občina Ljubljana, Timing Ljubljana, Zavod za šport RS Planica in Atletska zveza Slovenije.

**Datum tekmovanja in kraj:** sobota, 18. oktober 2025 ob 12.30 uri v Ljubljani.

**Zadnji dan prijav:** torek, 7. oktober 2025.

**Tekmovalne kategorije in proge za osnovne šole:**

Učenci, letnik 2014	1800 m
Učenke, letnik 2014	1800 m
Učenci, letnik 2013	1800 m
Učenke, letnik 2013	1800 m
Učenci, letnik 2012	1800 m
Učenke, letnik 2012	1800 m
Učenci, letnik 2011	1800 m
Učenke, letnik 2011	1800 m

Tekmovanje je posamično in ekipno. Za vseekipni vrstni red se upošteva osem (8) najboljših uvrstitev šole v tekmovalnem delu (ne glede na kategorijo in ne glede na spol). Zmaga šola z najmanjšim številom točk. V primeru enakega števila točk odločajo o uvrstitvi šole višje uvrstitve tistih, ki so se upoštevali za točkovanje.

Točkuje se po sistemu negativnih točk. V ekipni razvrstitvi se upošteva le šole s popolnimi ekipami.

**Netekmovalna kategorija:**

Učenci in učenke letnika 2018 in 2019 tečejo na razdalji 600 m, učenci in učenke letnika 2015 do 2017 pa na razdalji 1350 m. Ti teki so promocijskega značaja.

**Tekmovalne kategorije in proge za srednje šole:**

Dijaki, letnik 2007 in 2008	3150 m
Dijaki, letnik 2009 in mlajši	3150 m
Dijakinje, letnik 2007 in 2008	3150 m
Dijakinje, letnik 2009 in mlajše	3150 m

Tekmovanje je posamično in ekipno. Ekipno tekmovanje je ločeno za dijake in dijakinje.

Ekipo sestavljajo štirje (4) dijaki, po dva (2) najbolje uvrščena v posamezni kategoriji, oziroma štiri (4) dijakinje, po dve (2) najbolje uvrščeni v posamezni kategoriji.

Za točkovanje velja sistem negativnih točk. Upošteva se le šole s popolnimi ekipami.