



REGULAMIN

Wojewódzkie Wieloboje Sprawnościowe dla dzieci

Organizator: Warmińsko-Mazurskie Zrzeszenie LZS, Gmina Nidzica, OSIR NIDZICA, TS NIDA NIDZICA, Wojewódzkie Okręgowe Związki Sportowe

1. Cel imprez

- popularyzacja ćwiczeń ogólnorozwojowych, sprawnościowych i technicznych wśród dzieci i młodzieży,
- wstępna selekcja dzieci do uprawiania sportu w klubach sportowych,
- propagowanie zdrowego trybu życia i kształtowanie postaw prozdrowotnych,
- popularyzacja idei olimpizmu i zasada fair-play w życiu i sporcie,
- wyłonienie najsprawniejszych dziewcząt i chłopców oraz najlepszych drużyn,

2. Warunki uczestnictwa w zawodach

- Prawo startu w turniejach mają dzieci w wieku do 12 lat (rok 2006 i mł.) ze szkół / klubów województwa warmińsko-mazurskiego.
- uczestnicy startują w dwóch grupach: dziewczęta i chłopcy (drużyny liczą 4 zawodników/zawodniczki)
- uczestnicy zobowiązani są posiadać legitymację szkolną oraz stosowne oświadczenie rodziców,
- klub sportowy/szkoła ma prawo zgłosić dowolną liczbę zawodniczek i zawodników.

3. Termin i miejsce zawodów

Nidzica, (War-Maz) 01.12.2018, Hala MOSIR ul Polna 8, godz. 9.30 weryfikacja drużyn, godz. 10.00 rozpoczęcie zawodów

Zgłoszenia mailem na adres: wzm@lzs.olsztyn.pl do dnia 21.11.2018

W zgłoszeniu proszę podać: Nazwę Klubu/Szkoły/Gminy, Liczbę zgłaszanych drużyn

4. Program zawodów

W turnieju sprawnościowym zawodniczki i zawodnicy rywalizować będą w 4 konkurencjach ogólnorozwojowych. Rozgrywane będą następujące konkurencje:

bieg 4 x 10m; siady z leżenia tyłem przez 30 sek (brzuski).; trójskok obunóż z miejsca; rzut piłką lekarską (D - 1kg, CH - 2kg)

5. Zasady punktacji i oceny wyników

- a) Uczestnicy wieloboju zostaną za wykonanie poszczególnych ćwiczeń ogólnorozwojowych oceniani wg specjalnie przygotowanej punktacji.
- b) Uczestnicy zawodów mają możliwość wykonania 2 prób w przypadku każdej konkurencji
- c) Do punktacji końcowej indywidualnej wieloboju liczone będą punkty z najlepszych prób w każdym ćwiczeniu,
- d) Do punktacji drużynowej liczona będzie suma punktów uzyskanych przez wszystkie zawodniczki i zawodników danej drużyny.

6. Nagrody

- Indywidualnie za miejsca I-III Medale, Dyplomy
- Drużynowo za miejsca I-VI Puchary, Dyplomy

Prawo interpretacji niniejszego regulaminu należy do Organizatora