



REGULAMIN

Mikołajkowe Drużynowe Wieloboje Sprawnościowe dla dzieci

Organizator :

Szkoła Podstawowa Nr 2 w Nidzicy

UKS „Dwójka

TS Nida Nidzica,

Warmińsko – Mazurskie Zrzeszenie LZS

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,

2. Warunki uczestnictwa w zawodach oraz sposób przeprowadzenia

- Prawo startu w turniejach mają dzieci w wieku do 12 lat (rok 2012 i mł.) ze szkół / klubów powiatu nidzickiego,
- drużyny składa się z 4 zawodników lub zawodniczek,
- uczestnicy startują w dwóch grupach oddzielnie dla drużyn dziewcząt i chłopców,
- uczestnicy zobowiązani są posiadać legitymację szkolną lub inny dok potwierdzający rocznik,
- klub sportowy/szkoła do eliminacji ma prawo wystawić dowolną liczbę drużyn (składy drużyn muszą być ustalone przed rozpoczęciem rywalizacji),

3. Termin i miejsce zawodów

Zawody zostaną przeprowadzone w dniu 09 grudnia 2024r. w Haki Widowiskowo – Sportowej ul. Polna 8, 13-100 Nidzica lub sala gimnastyczna SP nr 2 w Nidzicy ul. Barke 3, 13-100 Nidzica w zależności od ilości zgłoszonych drużyn.

Godz. 9.00 - przyjazd ekip

Godz. 9.30 – rozpoczęcie rywalizacji

Godz. 12.00 – wręczenie nagród

W trakcie zawodów będzie prowadzona zbiórka elektrośmieci. Zachęcamy wszystkich uczestników do zabrania ze sobą jakichkolwiek przedmiotów zalegających w domach, mających kontakt z elektrycznością.

Zgłoszenia prosimy przesyłać mailem na adres:
mareknachtygal@wp.pl

W zgłoszeniu (druk zgłoszenia poniżej) proszę podać :

- Nazwę klubu , szkoły
- nazwiska i imię zawodników oraz wiek
- nazwisko i imię opiekuna/trenera

4. Program zawodów

W turnieju sprawnościowym zawodniczki i zawodnicy rywalizować będą w 4 konkurencjach:

- 1. bieg 4 x 10m (obiegnięcie pachołka);**
- 2. siady z leżenia tyłem przez 30 sek (brzuski – nogi zgięte pod kotem 45°, stopy pod najniższym szczebelkiem drabinek);**
- 3. trójskok obunóż z miejsca (bez zatrzymania);**
- 4. rzut piłką lekarską w tył, linię startu można przekroczyć dopiero po upadku piłki (D -2kg, CH - 3kg rocznik 2012, 2013 / D - 1kg, CH - 2kg rocznik 2014, 2015)**

5. Zasady punktacji i oceny wyników

Uczestnicy wieloboju zostaną za wykonanie poszczególnych ćwiczeń oceniani wg specjalnie przygotowanej punktacji, w której uwzględniony będzie współczynnik wieku, premiujący przy tym samym wyniku młodszego rocznik startującego. Wynik drużyny stanowić będzie suma wyników uzyskanych przez wszystkich zawodników startujących w drużynie.

6. Nagrody

- pamiątkowe medale dla wszystkich uczestników
- Nagroda rzeczowa dla najlepszej zawodniczki i zawodnika
- Puchary dla trzech najlepszych drużyn w klasyfikacji chłopców
- Puchary dla trzech najlepszych drużyn w klasyfikacji dziewcząt
- Nagroda rzeczowa dla opiekuna/trenera najlepszej drużyny chłopców
- Nagroda rzeczowa dla opiekuna/trenera najlepszej drużyny dziewcząt

7.Wszyscy uczestnicy muszą posiadać badania lekarskie lub zgodę rodziców na udział.

Prawo interpretacji niniejszego regulaminu należy do Organizatorów

Zgłoszenia prosimy przesyłać do dnia 29.11.2024r. na załączonym druku na adres e-mail: mareknachtygal@wp.pl

Powiatowe Wieloboje Sprawnościowe dla dzieci

DRUK ZGŁOSZENIA ZAWODNIKÓW

L.P.	IMIE I NAZWISKO	ROK URODZENIA	KLUB/SZKOŁA/GMINA
1			
2			
3			
4			

ZGŁOSZENIA OPIEKUNA/TRENERA

L.P.	IMIE I NAZWISKO	KLUB/SZKOŁA/GMINA
1		