

RADOMSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY

PATRONAT HONOROWY

PREZYDENT MIASTA RADOMIA



do realizacji przez szkoły na terenie miasta Radomia na lata 2010 - 2014

Organizator:

WYDZIAŁ EDUKACJI SPORTU I TURYSTYKI UM W RADOMIU

Koordynator:

SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY W RADOMIU

RADOMSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY

Program i współzawodnictwo sportowe na lata 2010 - 2014

Cele i założenia

- Upowszechnienie sportu wśród dzieci i młodzieży szkolnej
- Aktywne uczestnictwo dzieci i młodzieży w szkolnych i międzyszkolnych imprezach sportowych stanowiących kontynuację celów wychowania fizycznego i zdrowotnego
- Tworzenie warunków do czynnego uczestnictwa w różnych formach sportu
- Propagowanie zdrowego stylu życia
- Stworzenie jednolitego systemu uczestnictwa i współzawodnictwa dla wszystkich grup wiekowych
- Wyłonienie najlepszych szkół reprezentujących Radom w Mazowieckich Igrzyskach Młodzieży Szkolnej

Organizator

- Organizatorem ROM z ramienia Prezydenta Miasta Radomia jest Wydział Edukacji, Sportu i Turystyki Urzędu Miejskiego w Radomiu.
- Koordynatorem Radomskiej Olimpiady Młodzieży jest Szkolny Związek Sportowy w Radomiu.
- Do przeprowadzenia zawodów wyznaczone szkoły są zobowiązane do nieodpłatnego udostępnienia sportowych obiektów, sprzętu i wyposażenia sportowego.
- Gospodarz zawodów (dyrektorzy szkół) dbają o bezpieczeństwo uczestników zawodów.
- Zapewnienie bezpieczeństwa uczestników należy do gospodarza zawodów zawodów.
- Koordynator imprezy jest zobowiązany do powiadomienia uczestników o terminarzu imprez, co najmniej tydzień przed zawodami – pocztą elektroniczną.

Uczestnictwo

- Szkoła może startować we wszystkich dyscyplinach wymienionych w Miejskim Kalendarzu Imprez Sportowych. Prawo startu mają uczniowie mieszczący się w odpowiednich limitach wiekowych na podstawie zgłoszenia imiennego przez szkołę, ważnej legitymacji szkolnej oraz posiadający kategorie zdrowia uprawniające do startu w danych zawodach.
- W grach zespołowych może startować tylko jeden zespół dziewcząt i chłopców z danej szkoły
- Prawo reprezentowania szkoły mają uczniowie, którzy w danym roku szkolnym rozpoczęli naukę nie później niż 1 października
- Liczbę reprezentantów szkoły w danej dyscyplinie sportowej określają szczegółowe regulaminy
- Wszystkie zawody rozgrywane będą zgodnie z obowiązującymi przepisami Polskich Związków Sportowych dla poszczególnych kategorii wiekowych i zgodnie z niniejszymi regulaminami Szkolnego Związku Sportowego.

Kategorie wiekowe:

- | | |
|-----------------------------------|--------------------|
| • Przedszkolaki | 5 - 6 lat |
| • Szkoły podstawowe | |
| Klasy I, II, III | 7 - 10 lat |
| Klasy IV | - 11 lat |
| Klasy V, VI | 12 - 13 lat |
| • Szkoły gimnazjalne | 14 - 16 lat |
| • Szkoły ponad gimnazjalne | 17- 20 lat |

PRZEDSZKOLAKI 5-6 LAT

Kategoria 5 - 6 lat

- Gry i zabawy dziewczęta +chłopcy

SZKOŁY PODSTAWOWE

Grupa A

Kategoria 7-10 lat (klasa I – III)

- Gry i zabawy dziewczęta +chłopcy

Kategoria 11 lat (klasa IV)

- Dwa ognie usportowione dziewcząt i chłopców

Kategoria 12 - 13 lat

- Mini piłka koszykowa dziewcząt
- Mini piłka koszykowa chłopców
- Mini piłka ręczna dziewcząt
- Mini piłka ręczna chłopców
- Mini piłka siatkowa dziewcząt
- Mini piłka siatkowa chłopców

Grupa B

- Biegi przełajowe (kl. V, VI) – 800m dla dziewcząt, 1000m dla chłopców
- Sztafetowe biegi przełajowe (kl. V, VI) – 10x800m dziewcząt i chłopców
- Czwórbój LA dziewcząt
- Czwórbój LA chłopców
- Tenis stołowy dziewcząt
- Tenis stołowy chłopców
- Unihokej dziewcząt
- Unihokej chłopców
- Trójbój LA (kl. IV i młodsi) dziewcząt
- Trójbój LA (kl. IV i młodsi) chłopców
- Halowa piłka nożna dziewcząt
- Halowa piłka nożna chłopców
- Halowe mistrzostwa Radomia LA dziewcząt
- Halowe mistrzostwa Radomia LA chłopców
- Pływanie (sztafety + indywidualne kl. III, IV, V, VI) dziewcząt
- Pływanie (sztafety + indywidualne kl. III, IV, V, VI) chłopców
- Gimnastyka dziewcząt
- Gimnastyk chłopców
- Mini piłka nożna dziewcząt
- Mini piłka nożna chłopców
- Czwartki lekkoatletyczne dziewcząt (kl. VI, V, IV i młodsi)
- Czwartki lekkoatletyczne chłopców (kl. VI, V, IV i młodsi)

SZKOŁY GIMNAZJALNE

Kategoria 14 – 16 lat

Grupa A

- Piłka koszykowa dziewcząt

- Piłka koszykowa chłopców
- Piłka ręczna dziewcząt
- Piłka ręczna chłopców
- Piłka siatkowa dziewcząt
- Piłka siatkowa chłopców

Grupa B

- Biegi przełajowe 1000m dziewcząt i 1500m chłopców
- Sztafetowe biegi przełajowe 10x800m dziewcząt 10x1000m chłopców
- Indywidualna LA kl. I-II i III dziewcząt i chłopców
- Tenis stołowy dziewcząt
- Tenis stołowy chłopców
- Dwubój nowoczesny dziewcząt
- Dwubój nowoczesny chłopców
- Ringo zespół mieszany (3 dziewczynki – 3 chłopców)
- Unihokej dziewcząt
- Unihokej chłopców
- Piłka siatkowa plażowa dziewcząt
- Piłka siatkowa plażowa chłopców
- Halowe Mistrzostwa Radomia LA dziewcząt i chłopców
- Pływanie (sztafety + indywidualne) dziewcząt i chłopców
- Gimnastyka dziewcząt
- Gimnastyka chłopców
- Piłka nożna (piątki piłkarskie) dziewcząt
- Piłka nożna (szóstki) chłopców

SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE

Kategoria 17-20 lat

- Biegi sztafetowe dziewcząt i chłopców 10x1000m
- Mistrzostwa Radomia w LA dziewcząt i chłopców
- Piłka nożna dziewcząt
- Piłka nożna chłopców
- Piłka ręczna dziewcząt
- Piłka ręczna chłopców
- Koszykówka dziewcząt
- Koszykówka chłopców
- Siatkówka dziewcząt
- Siatkówka chłopców
- Siatkówka plażowa dziewcząt
- Siatkówka plażowa chłopców
- Tenis stołowy turniej indywidualny dziewcząt
- Tenis stołowy turniej indywidualny chłopców
- Gimnastyka dziewcząt
- Gimnastyka chłopców
- Triobasket chłopców
- Pływanie dziewcząt
- Pływanie chłopców.

Zgłoszenia.

Zgłoszenia do współzawodnictwa sportowego szkół przyjmowane są wyłącznie po jednym zespole szkolnym w danej dyscyplinie sportu na podstawie Karty Uczestnictwa Szkoły potwierdzonej przez dyrekcję szkoły, w nieprzekraczalnym terminie do 10 września aktualnego roku szkolnego, w Szkolnym Związku Sportowym w Radomiu przy ul. Młynarskiej 17, e-mail: szsradom@interia.pl lub fax. (48) 385-14-38. W uzasadnionych przypadkach można dopuścić do zawodów zespół po terminie zgłoszeń.

Ocena wyników

Prowadzona będzie klasyfikacja szkół w każdej dyscyplinie oddzielnie dla dziewcząt i chłopców. Obowiązywać będą następujące punktacje dla szkół:

I Szkoły podstawowe za całokształt osiągnięć sportowych tj. suma pkt. za zawody ROM (Mistrzostwa Radomia), eliminacje międzypowiatowe , finały MIMSz. Łącznie dziewczęta i chłopcy wg. poniższych kryterium w ROM-ie:

- **3 najlepsze wyniki z następujących dyscyplin** (sztafetowe biegi przełajowe, indywidualne biegi przełajowe, czwórbój ła, trójbój ła, czwartki lekkoatletyczne, halowa ła) w kategorii dziewcząt i chłopców
- **2 najlepsze wyniki z następujących dyscyplin** (mini piłka siatkowa, mini piłka ręczna, mini koszykówka, mini piłka nożna) w kategorii dziewcząt i chłopców
- **Gry i zabawy klas I-III dziewczęta + chłopcy**
- **4 najlepsze wyniki** z pozostałych dyscyplin ujętych w programie ROM w kategorii dziewcząt i chłopców

II Szkoły gimnazjalne za całokształt osiągnięć sportowych tj. suma pkt. za zawody ROM (Mistrzostwa Radomia), eliminacje międzypowiatowe , finały MIMSz. Łącznie dziewczęta i chłopcy wg. poniższych kryterium w ROM-ie:

- **2 najlepsze wyniki z następujących dyscyplin** (sztafetowe biegi przełajowe, indywidualne biegi przełajowe, indywidualna ła, halowa ła) w kategorii dziewcząt i chłopców
- **2 najlepsze wyniki z następujących dyscyplin** (piłka siatkowa, piłka ręczna, koszykówka, piłka nożna) w kategorii dziewcząt i chłopców
- **4 najlepsze wyniki** z pozostałych dyscyplin ujętych w programie ROM w kategorii dziewcząt i chłopców

III Szkoły ponadgimnazjalne za całokształt osiągnięć w zawodach ROM (Mistrzostwa Radomia). Oddzielna klasyfikacja w kategorii dziewcząt i chłopców wg poniższych kryterium :

- sztafetowe biegi przełajowe, indywidualna ła
- **2 najlepsze wyniki z następujących dyscyplin** (piłka siatkowa, piłka ręczna, koszykówka, piłka nożna)
- **4 najlepsze wyniki** z pozostałych dyscyplin ujętych w programie ROM

Punktacja

I. Do punktacji szkół podstawowych, gimnazjalnych **GRUPA A** zaliczać się będzie punkty zdobyte przez szkołę w zawodach miejskich wg poniższej tabeli:

1. miejsce - 90 pkt	9. miejsce - 25 pkt
2. miejsce - 80 pkt	10. miejsce - 20 pkt
3. miejsce - 70 pkt	11. miejsce - 15 pkt
4. miejsce - 60 pkt	12. miejsce - 10 pkt
5. miejsce - 50 pkt	13. miejsce - 5 pkt
6. miejsce - 40 pkt	14. miejsce - 5 pkt
7. miejsce - 35 pkt	15. miejsce - 5 pkt
8. miejsce - 30 pkt	16. miejsce - 5 pkt

Szkoła sklasyfikowana poniżej 16 miejsca otrzymuje 2pkt.

II. Do punktacji szkół podstawowych, gimnazjalnych **GRUPA B** i szkół ponadgimnazjalnych zaliczać się będzie punkty zdobyte przez szkołę w zawodach miejskich wg poniższej tabeli:

1. miejsce - 60 pkt	9. miejsce - 5 pkt
2. miejsce - 45 pkt	10. miejsce - 5 pkt
3. miejsce - 35 pkt	11. miejsce - 5 pkt
4. miejsce - 30 pkt	12. miejsce - 5 pkt
5. miejsce - 25 pkt	13. miejsce - 2 pkt
6. miejsce - 20 pkt	14. miejsce - 2 pkt
7. miejsce - 15 pkt	15. miejsce - 2 pkt
8. miejsce - 10 pkt	16. miejsce - 2 pkt

Szkoła sklasyfikowana poniżej 16 miejsca otrzymuje 1 pkt.

1. Jeżeli w zawodach weźmie udział mniej niż 5 szkół, to ich wyniki nie będą zaliczane do współzawodnictwa sportowego .
2. Szkoły podstawowe i gimnazjalne reprezentujące miasto w rozgrywkach szczebla ponadmiejskiego będą miały zaliczone punkty do współzawodnictwa wg poniższych kryteriów:
 - finały Międzypowiatowe
 - 1 miejsce - 100 pkt;
 - 2 miejsce - 70 pkt;
 - 3 miejsce - 50 pkt;
 - finały Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej
 - 1 miejsce - 200 pkt;
 - 2 miejsce - 150 pkt;
 - 3 miejsce - 120 pkt;
 - 4 miejsce - 100 pkt;
 - 5 miejsce - 80 pkt;
 - 6 miejsce - 60 pkt;
3. W dyscyplinach indywidualnych kolejność szkół ustalona będzie na podstawie odpowiedniej punktacji pomocniczej.
4. W przypadku równej ilości punktów w klasyfikacji o wyższym miejscu decyduje większa liczba zwycięstw we wszystkich konkurencjach, następnie wyższych miejsc.
5. W przypadku nieuzasadnionego oddawania walkowerów przez zespół, organizator za zgodą koordynatora może zdyskwalifikować zespół z powiadomieniem dyrekcji szkoły.

Końcową klasyfikację Radomskiej Olimpiady Młodzieży zatwierdzi Dyrektor Wydziału Edukacji, Sportu i Turystyki UM W Radomiu.

Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody w grach zespołowych (piłka siatkowa, ręczna i koszykowa dziewcząt i chłopców) rozpoczynają się równocześnie w oddzielnych terminach dla szkół podstawowych, gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych, zgodnie z terminarzami dla poszczególnych typów szkół

Nagrody

1. Za miejsca 1-3 w końcowej klasyfikacji współzawodnictwa szkoły otrzymują puchary i nagrody, zaś za miejsca 1-8 dyplomy.
2. W klasyfikacji generalnej szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych dziewcząt i chłopców za miejsce I – sprzęt sportowy do kwoty 2.000 zł, II – sprzęt sportowy do kwoty 1.500 zł; III – sprzęt sportowy do kwoty 1.000 zł
3. Dla wyróżniających się uczniów, nauczycieli organizator może ufundować nagrody indywidualne.
- 4.

Finansowanie

Koszty organizacyjne oraz nagrody dla przedszkoli, szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponad gimnazjalnych prowadzone w ramach systemu współzawodnictwa sportowego szkół pokrywa Prezydent Miasta Radomia.

Postanowienia końcowe

- W sprawach szczegółowych dotyczących interpretacji regulaminu lub w sprawach w nich nie ujętych decydują organizatorzy turniejów i finałów w porozumieniu ze SZS w Radomiu
- Nie przewiduje się protestów, odwołań od wyników sportowych uzyskanych na zawodach, zakładając uczciwość uczestników, sędziów, opiekunów i organizatorów
- Bez zgody organizatora nie może być przełożony termin rozgrywek
- Koordynator organizator zawodów odpowiada za zabezpieczenie obsadę sędziów, opiekę lekarską, pielęgniarską, szatnie, otwarcie i zamknięcie zawodów
- Sprawy badan lekarskich regulują Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dn. 22.XII.2004r w sprawie zakresu i organizacji profilaktycznej opieki zdrowotnej nad dziećmi i młodzieżą i z dn. 21.III.2007 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie zakresu i organizacji profilaktycznej opieki zdrowotnej nad dziećmi i młodzieżą.

ZASADA OGÓLNA: wszystkie zawody rozgrywane będą zgodnie z obowiązującymi przepisami Polskich Związków Sportowych dla poszczególnych kategorii wiekowych i zgodnie z niniejszymi regulaminami SZS.

REGULAMINY DYSCYPLIN SPORTOWYCH W RAMACH RADOMSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY

OLIMPIADA PRZEDSZKOLAKÓW

1. W Olimpiadzie mogą brać udział dzieci w wieku 5-6 lat.
2. Rozgrywki między przedszkolami poprzedzone będą losowaniem grup.
3. Drużyna składa się z 12 zawodników, w tym 2 rezerwowych.
4. Przebieg zawodów odbywać się będzie:
 - eliminacje wewnątrzprzedszkolne – wybór reprezentacji przedszkolnej - marzec
 - półfinały – kwiecień MOSiR w Radomiu

- finały – maj MOSiR w Radomiu

Do nauczycieli poszczególnych przedszkoli należy:

- zapewnienie dzieciom bezpieczeństwa i opieki
- dokładnie sprawdzić predyspozycje dzieci do udziału w zawodach
- uzyskać pisemną akceptację rodziców, opiekunów na udział dziecka w zawodach
- zapewnić dzieciom należyłą opiekę, odpowiedni strój, obuwie,
- przygotować dzieci emocjonalnie do rywalizacji
- należy zabrać ze sobą apteczkę.

Przedszkola zgłaszające akces do udziału w zawodach zobowiązane są do wypełnienia karty zgłoszenia i złożenia jej u organizatora.

Nad prawidłowością przebiegu rozgrywek sportowych będzie czuwać skład sędziowski, który też rozstrzyga ewentualne spory.

Dojazd uczestników do miejsca zawodów we własnym zakresie.

Każdy uczestnik Olimpiady zostanie nagrodzony, zwycięzcy dodatkowo otrzymują upominki ufundowane przez organizatorów oraz sponsorów.

PROGRAM ZABAW OLIMPIADY PRZEDSZKOLAKÓW

ZABAWA BIEŻNA „SADZENIE ZIEMNIAKÓW”

USTAWIENIE: Drużyny ustawione w rzędach na linii startu

PRZYBORY: 2 woreczki na każdy rząd, 2 pudełka ustawione ok. 4m od siebie, chorągiewka na półmetku.

PRZEBIEG ZABAWY: Na sygnał pierwszy zawodnik z każdego rzędu wybiega niosąc w ręku dwa „ziemniaki”(woreczki), które sadi w wyznaczonych miejscach(pudełka). Następnie dobiega do półmetka, obiega chorągiewkę i wraca do swojego rzędu. Daje sygnał startu następnemu zawodnikowi przez dotknięcie jego prawej dłoni, a sam staje na końcu rzędu. Następny zawodnik dobiega do chorągiewki, obiega ją i wracając zbiera „ziemniaki” i wręcza je następnemu zawodnikowi z rzędu, który z kolei sadi „ziemniaki” itd.

ZABAWA „PRZEJŚCIE PRZEZ TUNEL”

USTAWIENIE : Drużyny ustawione są w rzędach na linii startu

PRZYBORY: 2 płotki (odwrócone bokiem) na każdy rząd, worek bez dna, chorągiewka na półmetku.

PRZEBIEG ZABAWY: Na sygnał pierwszy zawodnik biegnie do płotka, następnie czołga się pod płotkiem, dobiega do drugiego płotka, gdzie znów się czołga. Następnie dobiega do worka, przechodzi przez worek w dowolny sposób i biegnie do chorągiewki, obiega ją i czym prędzej wraca do swojego rzędu.

ZABAWA „WYŚCIG NA PIŁKACH”

USTAWIENIE: Drużyny ustawione są w rzędach na liniach startu

PRZYBORY: Duża piłka z dwoma uchwytnymi na każdy rząd, chorągiewka na półmetku

PRZEBIEG ZABAWY: Na sygnał pierwszy zawodnik skacze wyznaczony dystans na piłce, trzymając się oburącz uchwytów. Kiedy dotrze do chorągiewki okrąży ją skacząc na piłce i dalej wraca do swojego rzędu przekazując piłkę następnemu zawodnikowi.

ZABAWA „TOR PRZESZKÓD”

USTAWIENIE: Drużyny ustawione w rzędach na linii startu

PRZYBORY: kałuża wycięta z folii samoprzylepnej, płotek lekkoatletyczny, szarfa, pacholek na półmetku

PRZEBIEG ZABAWY: Na sygnał pierwszy zawodnik biegnie do kałuży, wykonuje skok tj ok.. 40cm szer., następnie przechodzi przez „dziurę w płocie”(pod płotkiem lekkoatletycznym) następnie czworakuje do szarfy i przechodzi przez nią w dowolny sposób, a następnie dobiega do

pachołka obiega go i wraca na koniec swojego rzędu dając jednocześnie sygnał startu następnemu zawodnikowi poprzez dotknięcie jego prawej dłoni.

ZABAWA „PIŁKA W TUNELU”

USTAWIENIE: Zawodnicy ustawieni są w tunelu w odległości na wyciągnięcie dłoni od siebie, w dużym rozkroku.

PRZEBIEG ZABAWY Pierwszy zawodnik trzyma w obu rękach piłkę. Na sygnał zawodnik podaje piłkę oburącz dołem następnemu zawodnikowi, ten następnemu itd. Kiedy piłka dotrze do ostatniego zawodnika z rzędu ten biegnie z nią na początek rzędu i rozpoczyna kolejne podawanie piłki aż do ostatniego zawodnika.

GRY I ZABAWY –Szkoły Podstawowe

1. W turnieju gier i zabaw uczestniczą oddzielnie uczniowie z klas I, II, III.
2. W poszczególnych konkurencjach startuje zespół klasowy składający się z 20 uczniów: w tym 10 dziewcząt i 10 chłopców.
3. Reprezentacja szkoły liczy łącznie 60 uczestników (30 dziewcząt i 30 chłopców – po 10 dziewcząt i 10 chł z klasy I, II, III)

Program i terminy:

Eliminacje (wewnątrz szkolne)	X-XII
Ćwierćfinały(eliminacje dzielnicowe)	I-II
Półfinały	III
Finały	IV

W miesiącach od października do 10 grudnia przeprowadzić eliminacje szkolne na zasadzie zawodów wewnątrz szkolnych oddzielnie dla klasy I, II, III.

Zwycięzcy klasowi stanowią reprezentację szkoły w poszczególnych grupach wiekowych odpowiadających danej klasie.

- Do 10 grudnia przesłać informację z zawodów szkolnych podając ilość startujących klas z zaznaczeniem zwycięskiego zespołu klasowego (na adres e-mail: szsradom@interia.pl lub fax. (048) 385-14-38)
- W zależności od ilości zgłoszonych szkół tj. zespołów klasowych zostaną przeprowadzone zawody ćwierćfinałowe(styczeń-luty) półfinałowe(marzec) i finałowe (kwiecień)

Wykaz gier i zabaw szczegółowe opisy w podręczniku Romana Trzeźniowskiego „Gry i zabawy ruchowe”

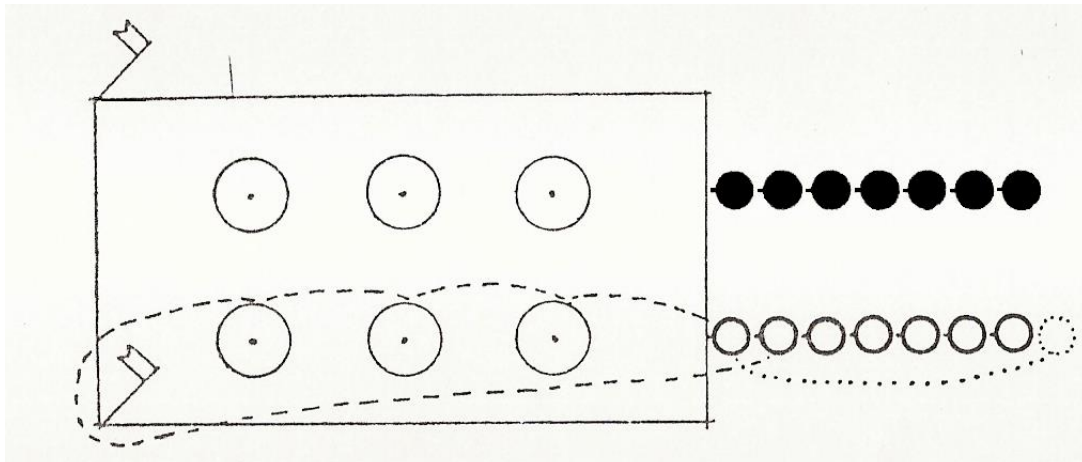
Klasa I

SADZENIE ZIEMNIAKÓW

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

PRZYBORY – chorągiewki, szarfy w dwóch kolorach, piłeczki palantowe lub woreczki czyli „ziemniaki”.

USTAWIENIE – zespoły ustawiają się na linii startu w dwóch rzędach.



PRZEBIEG GRY – Pierwszy z każdego rzędu wybiega niosąc w ręku 2 – 3 ziemniaki, które „sadzi” w wyznaczonych miejscach, a gdy dobiegnie do półmetka, obiega chorągiewkę i wraca do swojego rzędu. To uprawnia do biegu następnego przez dotknięcie jego wyciągniętej dłoni, a sam staje na końcu. Następny wracając zbiera ziemniaki, wręcza je następnemu z rzędu, który z kolei sadi je na wyznaczonych miejscach. W ten sposób następuje na zmianę sadzenie i zbieranie ziemniaków. Wygrywa rząd, który lepiej sadi i zbiera ziemniaki oraz prędzej ukończył wyścig.

PRZEWRÓC - POSTAW

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, z wyznaczonymi dwoma liniami równoległymi (startu i mety) w odległości 20 – 30 kroków od siebie; na mecie ustawione są małe chorągiewki lub kółka z wetkniętymi w nie pałeczkami sztafetowymi, w ilości równej liczbie rzędów, biorących udział w grze.

PRZYBORY – 4 chorągiewki lub tyleż kółek i pałeczek sztafetowych.

USTAWIENIE – na linii startu 4 rzędy, których ilość zależy od liczby biorących udział w grze.

PRZEBIEG GRY – Pierwszy z każdego rzędu biegnie jak najprędzej do chorągiewki, którą przewraca w ustalony sposób lub wyjmuje z kółka wetkniętą pałeczkę sztafetową. Po wykonaniu zadania wraca do swojego rzędu, uprawnia następnego do biegu przez dotknięcie jego wyciągniętej dłoni, a sam staje na końcu.

Następny z kolejki ustawia chorągiewki lub zakłada kółka na pałeczki sztafetowe. Wyścig wygrywa rząd, który pierwszy wykona zadanie.

UWAGA. Należy dopilnować, aby każdy z uczestników gry wykonał przypadające mu zadanie dokładnie i w ustalony sposób. W przeciwnym przypadku należy wymagać, aby wrócił i poprawił. Grę należy powtórzyć, aby po zmianie ról każdy wykonał inne niż poprzednio zadanie.

ODMIANA. Na trasie biegu można ustalić kilka przeszkód.

ZMIENŃ WORECZEK

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – równe, o długości około 20 kroków, na nim wyznaczona linia startu, a w odległości 10 kroków dwa kółka.

PRZYBORY – 4 - 6 kolorowych woreczków.

USTAWIENIE – dwa rzędy przed linią startu. Przed nimi na linii dwa woreczki, a w kółkach dwa następne.

PRZEBIEG ZABAWY. Pierwszy z każdego rzędu chwyta leżący przed sobą woreczek i zanosí go biegiem do nakreślonego lub wyznaczonego szarfą kółka. Stamtąd zabiera znajdujący się woreczek, który w powrotnej drodze układa na linii przed swym rzędem. Woreczek ten natychmiast chwyta następny z rzędu i wymienia w taki sposób jak to uchwycił pierwszy. Wymiana woreczków trwa tak długo aż pierwszy z rzędu znajdzie się znowu na jego czele.

UWAGA. Jest to najłatwiejsza i najprostsza forma biegu sztafetowego. Należy zwracać uwagę, aby dzieci nie rzucały woreczka, lecz układały go na kole, oraz aby nie przejmowały go z rąk wracającego.

Wyścig ten można utrudniać przez zwiększenie odległości lub wyznaczenie dwóch nawet trzech kółek z umieszczonymi w nich woreczkami.

WYŚCIG Z PRZESZKODAMI

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – równe, o wymiarach około 15 x 40 m, z wyznaczonymi liniami startu i mety. Między liniami ustawia się różnego rodzaju przeszkody, poukładane dowolnie i dobrane w zależności od boiska i możliwości uczestników.

PRZYBORY – szarfy, piłeczki, chorągiewki, piłki dęte linka lub tp.

USTAWIENIE – wszyscy dzielą się na grupy po 10 osób w każdej (w zależności od liczby uczestników gry) i stają w rzędach na linii startu..

PRZEBIEG GRY. Pierwszy z każdego rzędu wybiegają do mety pokonując po drodze kolejno przeszkody. Przeszkodą może być naciągnięta przez dwóch uczestników linka, przez którą trzeba przeskoczyć, jeśli jest dość wysoko, albo przeczołgać się. Mogą być rozłożone na jednej linii szarfy, które należy przeciągnąć przez siebie. W następnym miejscu biegnący wykonuje obrót dookoła ustawionych chorągiewek, toczą piłki głową na określoną odległość, itp. W chwili, gdy przekraczają metę, sędziowie dają znak chorągiewką, że pierwsi zawodnicy ukończyli bieg. Na ten znak w ślad za poprzednimi biegną następni. Bieg wygrywa ten zespół, którego wszyscy gracze pierwsi przebędą trasę zachowując ustalone przepisy.

WYŚCIG Z KOZŁOWANIEM PIŁKI

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – równe, z wyznaczonymi dwoma liniami równoległymi (startu i mety) w odległości 30 kroków od siebie. Na mecie zatknięte chorągiewki.

PRZYBORY –chorągiewka i piłka dla każdego zespołu.

USTAWIENIE – dwa, trzy... rzędy.

PRZEBIEG GRY. Pierwszy z każdego rzędu biegnie kozłując piłkę w ustalony sposób, np. uderza o ziemię, potem podrzuca jeden raz do góry i znowu kozłuje itp. W ten sposób kozłując obiega swoją chorągiewkę na mecie i wraca do swojego rzędu, uprawnia następnego do biegu wręczając mu piłkę lub rzucając z linii wyznaczonej w odległości około 3 kroków przed linią startu. Następny wykonuje bieg w podobny sposób. Wygrywa rząd, który pierwszy ukończy wyścig. Jeśli gra powtarza się kilka razy, rząd, który wygrywa, zdobywa dla siebie jeden punkt. Wyścig powinien zakończyć się podaniem kolejności miejsc osiągniętych w wyścigu na podstawie ilości zdobytych punktów.

ODMIANA. Między linią startu a linią mety ustawia się po kilka chorągiewek (np. pięć). Bieg z piłką wykonuje się w ten sposób, że biegnący omija chorągiewki raz z lewej, raz z prawej strony ciągle kozłując piłkę w sposób podany wyżej. Ilość chorągiewek na terenie biegu można dowolnie zmieniać; im lepiej uczestnicy kozłują piłkę, tym większa może być ilość chorągiewek.

UWAGA. Gdy uczestnicy gry nie umieją kozłować piłki, nie należy stosować drugiej odmiany, choć jest ona urozmaiceniem wyścigu.

Klasa II

WYŚCIG NA JEDNEJ NODZE

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, z wyznaczonymi liniami startu i mety w odległości 10 – 15 kroków od siebie.

USTAWIENIE – szereg na linii startu.

PRZEBIEG ZABAWY. Wszyscy skacząc na jednej (prawej) nodze, mając drugą ugiętą w kolanie, starają się jak najprędzej dotrzeć do mety. Wolno im zmieniać nogę z prawej na lewą i odwrotnie. Wygrywa, kto pierwszy prawidłowo dobiegnie do mety.

UWAGA. Podobnie jak przy innych tego rodzaju wyścigach możemy zastosować szereg odmian. Uczestnicy wyścigu mogą, więc walczyć o zwycięstwo indywidualne lub brać udział w wyścigu zespołów, wówczas należy ich ustawić w rzędzie.

WYŚCIG W PRZYSIADZIE

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, na nim zaznaczone linie startu i mety w odległości 8 – 12 kroków od siebie.

PRZYBORY – zbędne.

USTAWIENIE – na linii startu w przysiadzie lub półprzysiadzie.

PRZEBIEG WYŚCIGU. Uczestnicy wyruszają z linii startu, przebiegają trasę w przysiadzie lub półprzysiadzie, starając się jak najszybciej osiągnąć metę. Wyścig wygrywa ten, kto zachowując nakazaną pozycję pierwszy stanie na mecie.

UWAGA. Bieg w tej pozycji najłatwiej wykonywać podskokami. Trasy tego rodzaju biegu nie mogą być długie.

WYŚCIG W PÓLPĘTACH

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, z wyznaczonymi liniami startu i mety w odległości 10 do 20 kroków od siebie.

PRZYBORY – pęta – sznury, szarfy, chustki..

USTAWIENIE – wszystkie pary wiążą razem wewnętrzne nogi powyżej kostek i ustawiają się w szeregu na linii startu. Pary te obejmują się wzajemnie wewnętrznymi rękami w pasie lub za barki.

PRZEBIEG WYŚCIGU. Ze startu wybiegają powiązane pary, z których każda pragnie jak najszybciej dostać się na metę. Jedne z nich zachowują wspólny rytm biegu i te biegną sprawnie, inne zaś podskakują nierytmicznie, szarpią i te najczęściej przewracają się i pozostają w tyle.

Wyścig wygrywa para, która najszybciej przybiegła na metę.

UWAGA. Podobnie jak w wyścigu spętanych można tu zastosować szereg odmian, w zależności od liczby uczestników i założeń organizacyjnych (walka o zespołowe zwycięstwo lub jednej pary).

WYŚCIG KOZŁÓW

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, z wyznaczonymi liniami startu i mety w odległości 15 do 20 kroków od siebie.

PRZYBORY – piłki dęte lub lekarskie w ilości równej liczbie rzędów, biorących udział w wyścigu.

USTAWIENIE – na linii startu dwa, trzy lub więcej rzędów; przed każdym piłką.

PRZEBIEG WYŚCIGU. Pierwszy z każdego rzędu ustawia się w przysiadzie podpartym, naprzeciw leżącej przed nim piłki. „Trykając” jak kozioł, uderza piłkę głową, tak aby przepchnąć ją poza metę. Tu chwytą swoją piłkę i przenosi do swojego rzędu, ustawiając ją na ziemi przed następnym zawodnikiem. Ten z kolei odbywa bieg. Wyścig wygrywa rząd, w którym wszyscy zawodnicy wykonują zadanie najszybciej i w sposób ustalony.

ODMIANA I. Ustawienie i wyścig podobny, z tą różnicą, że zawodnicy nie przyniosą piłki, ale popychają ją głową również i w drodze powrotnej, jak to czynili z miejsca startu.

ODMIANA II. Obydwa rzędy dzielą się na grupy, z których jedna znajduje się na mecie, druga zaś na starcie. Na sygnał wyruszają ze startu pierwsi z rzędu, którzy doprowadzają piłkę na metę, gdzie oddają ją zawodnikom drugiej grupy należącej do ich zespołu. Piłka jest więc przekazywana po kolei zawodnikom stojącym na linii startu i mety. Wyścig wygrywa rząd, którego wszyscy zawodnicy przebili trasę w określony sposób najdokładniej i najszybciej.

UWAGA. Należy zwracać uwagę, aby kozły nie posuwały się na kolanach, lecz na rekach i stopach.

WYŚCIG Z JAJKIEM

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, z wyznaczone

nymi liniami startu i mety w odległości 12 do 20 kroków od siebie.

PRZYBORY – łyżki metalowe lub drewniane, kamyczki lub piłki tenisowe, palantowe, gumowe lub jajka ugotowane na twardo.

USTAWIENIE – uczestnicy w szeregu na linii startu, każdy z nich trzyma w ręku łyżkę, na której znajduje się „jajko”.

PRZEBIEG WYŚCIGU. Wszyscy ruszają równocześnie ze startu, przy czym każdy pragnie jak najszybciej osiągnąć metę. Jedni biegną więc równiuteńko, inni maszerują szybkim krokiem, a wszyscy uważają, by w czasie ruchu „jajko” nie spadło z łyżki. Jeśli spadnie, można je podnieść, położyć na łyżkę i dalej biec, lecz zajmuje to wiele czasu i poważnie zmniejsza możliwość zdobycia zwycięstwa. Wyścig wygrywa ten, kto pierwszy przekroczy metę, mając na łyżce jajko.

ODMIANA I. Ustawienie i przebieg wyścigu, z tą różnicą, że każdy z uczestników trzyma łyżkę w zębach, a nie w ręku.

ODMIANA II. Ustawienie w szeregu na linii startu. Uczestnicy trzymają łyżki w ręku, jajka zaś leżą na ziemi, na połowie trasy wyścigu. Wszyscy podbiegają do nich nabierają na łyżki bez pomocy drugiej ręki i biegną z nimi do mety. Wyścig wygrywa ten, kto pierwszy wykonał bezbłędnie zadanie i pierwszy przybył na metę.

ODMIANA III. Ustawienie takie samo, lecz uczestnicy nie tylko przebiegają ze startu do mety, ale także odbywają z jajkiem drogę powrotną, przy czym można je kłaść na połowie trasy lub przenosić na start.

UWAGA. Podobnie jak w innych tego rodzaju wyścigach można i w tym stosować różne, nie podobne tu odmiany. Powstają one w zależności od tego ile posiadamy łyżek i jaj, ilu uczestników bierze udział w zabawie, nadto od tego, czy pragniemy rozegrać wyścig indywidualnie, czy zespołowo.

Klasa III

WYŚCIG Z PIŁKĄ

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, z wyznaczonymi liniami startu i mety w odległości 15 do 20 kroków od siebie.

PRZYBORY – piłki dęte w ilości równej liczbie par biorących udział w wyścigu.

USTAWIENIE – na linii startu pary, które objawszy się w pasie, wkładając między swoje głowy piłkę, mocno ją przyciskając, aby nie wypadła.

PRZEBIEG WYŚCIGU. Z linii startu wybiegają wszystkie pary, które starają się jak najszybciej dobiec na metę i zanieść tam piłkę. Wygrywa para, której udało się najszybciej wykonać zadanie.

ODMIANA. Wszystkich uczestników wyścigu dzielimy na dwa równe zespoły, które ustawiają się parami w dwu rzędach. Potrzebne są przynajmniej dwie piłki, które przynoszą pary na metę, skąd przerzucają je lub przenoszą na linię startu następnym parom.

UWAGA. Obok podanej odmiany można stosować szereg podobnych, opisanych przy okazji omawiania innego rodzaju wyścigów, np. z jajkiem itp.

WYŚCIG W WORKACH

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, z wyznaczonymi liniami startu i mety w odległości 15 do 20 kroków od siebie.

PRZYBORY – worek na każdy startujący zespół.

USTAWIENIE – pierwsi w szeregu na linii startu wchodzi do worków, które przewiązują na wysokości bioder, aby nie spadały.

PRZEBIEG WYŚCIGU. Zespoły ustawiają się na linii startu w rzędach. Na mecie ustawiamy chorągiewki. Pierwszy z każdego rzędu biegnie do chorągiewki, obiega ją i wraca na linię startu przekazując worek następnemu zawodnikowi, sam staje na końcu rzędu. Wygrywa zespół którego wszyscy gracze pierwsi przebiegli ustaloną odległość i powrócili na swe miejsce.

RZUT PIŁEK DO CELU

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne, wyznaczona linia rzutu i cel.

PRZYBORY – piłeczki lub woreczki w ilości równej liczbie uczestników, ewentualnie kamyki, grudki ziemi, szyszki, itp.

USTAWIENIE – w szeregu na mecie.

PRZEBIEG ZABAWY. Dzieci wykonują kolejno rzuty starając się trafić do określonego celu, umieszczonego na wysokości oczu. Dalszym utrudnieniem są rzuty do kosza ustawionego przed nimi w pewnej odległości, do koła wyznaczonego lub wytyczonego gałązkami, liśćmi, kamykami, do tarczy, znaku na płocie, drzewie, obręczy czy innego przedmiotu zawieszzonego, np. na gałęzi lub określonego w terenie. Odległość do celu należy zwiększać w miarę doskonalenia się dzieci w rzutach.

ODMIANA. Dzieci ustawiają się w dwu szeregach naprzeciw siebie. Jeden z szeregów rzuca piłkę do drugiego, przy czym siedzący naprzeciw starają się chwycić piłkę. W sposób określony, np. oburącz, jednorącz itp. Z kolei chwytający odrzucają itd. Odległość zwiększamy stopniowo zaczynając od 1 – 2 m.

PODANIE PIŁKI GÓRA

LICZBA UCZESTNIKÓW – wg regulaminów

BOISKO – dowolne.

PRZYBORY – 2 piłki dęte, najlepiej ręczne.

USTAWIENIE – 2 rzędy, w odległości 5 – 6 kroków. Uczestnicy w odstępnie 1 kroku od siebie.

PRZEBIEG ZABAWY. Pierwsi z każdego rzędu podają piłkę górą, nad głową do następnego gracza, ten z kolei do swojego zaplecznego itd. Gdy piłka zawędruje na koniec rzędu, do ostatniego gracza, ten biegnie z nią na czoło, skąd podaje piłkę ponownie. Piłka wędruje tak długo, aż wszyscy gracze w czasie wyścigu zmienią miejsca i kolejno znajdują się na czele i na końcu swojego rzędu. Wygrywa zespół, którego piłka szybciej dojdzie do tego samego gracza, który grę rozpoczął i ponownie znalazł się na czele swego rzędu.

ODMIANA. Ustawienie i przebieg gry podobny, z tą różnicą, że piłkę podajemy w prawo lub w lewo, kolejno od gracza do gracza.

UWAGA. Przy podawaniu piłki górną czy też bokiem uczestnicy powinni stać w rozkroku.

DWA OGNIE USPORTOWIONE – Szkoły Podstawowe

Uczestnictwo:

W zawodach biorą udział uczniowie ze szkół podstawowych z klasy IV.

Drużyna liczy 11 zawodników/zawodniczek w tym kapitan w kategorii dziewcząt i chłopców

Program i terminy:

Eliminacje (wewnątrz szkolne) X-XII

Ćwierćfinały(eliminacje dzielnicowe) I

Półfinały II

Finały III

- W miesiącach od listopada do 10 grudnia przeprowadzić eliminacje szkolne na zasadzie zawodów wewnątrz szkolnych oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców klas IV

Zwycięzcy klasowi stanowią reprezentację szkoły w poszczególnych kategoriach.

- Do 10 grudnia przesłać informację z zawodów szkolnych podając ilość startujących klas z zaznaczeniem zwycięskiego zespołu klasowego w kategorii dziewcząt i chłopców.

(Na adres e-mail : szsradom@interia.pl lub fax. (048) 385-14-38)

- W zależności od ilości zgłoszonych szkół tj. zespołów klasowych zostaną przeprowadzone zawody ćwierćfinałowe(styczeń), półfinałowe(luty) i finałowe (marzec)

OPIS GRY „ DWA OGNIE”

BOISKO: od 6m x12m do 9m x18m podzielone linią środkową na dwie połowy, piłka siatkowa lub ręczna, czas gry 2x15min. z przerwą 5 minutową lub do „skucia” wszystkich graczy.

USTAWIENIE - dwie drużyny z wcześniej wybranymi kapitanami zajmują wylosowaną połowę boiska, na której ustawiają się w luźnej gromadce. Kapitanowie walczą o rozpoczęcie gry starając się odbić do swoich podrzucaną przez sędziego piłkę na linii środkowej. Kapitanowie zajmują miejsca za polem przeciwnika, rzutami piłki od i do swojej drużyny biorą przeciwnika w dwa ognie.

PRZEBIEG GRY – Gracz który schwyci piłkę przebitą w momencie rozpoczęcia gry, rzuca nią w przeciwników. Ci jednak chronią się przed trafieniem unikami, podskokami, lub ucieczką w najdalszy kąt swojego boiska, starając się nie przekroczyć jego linii granicznych. Jeśli któryś z graczy celnym rzutem trafi w jednego z uciekających przeciwników, trafiony jako „zbity” staje obok swego kapitana i pomaga mu wzmocnić ogień. Jeśli piłka wytoczy się na aut, tzn. poza obręb boiska, nikomu nie wolno biec za nią. Piłkę przejmuje ten kapitan, w kierunku którego się ona potoczy. Piłkę wybitą na aut może zdobyć dla swojej drużyny każdy gracz, jeśli w momencie gdy piłka przechodzi przez granicę położy się na ziemi i mając stopy obydwu nóg na boisku, dosięgnie piłki. Gracz, który wyjdzie ,wytoczy, czy wysunie się obunóż za linię boiska – jest „zbity”. W ten sposób obok kapitana staje coraz więcej graczy, a wewnątrz boiska jest ich coraz mniej. Po „wybiciu” wszystkich wchodzi na boisko kapitan, który korzysta z prawa, że może być trzykrotnie „zbijany”. Zwycięża drużyna, która wcześniej „wybije” swych przeciwników wraz z ich kapitanem. Jeśli gra ma się toczyć dalej, drużynie za zwycięstwo zalicza się jeden punkt.

REGULAMINY DYSCYPLIN SPORTOWYCH W RAMACH RADOMSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY

INDYWIDUALNE I SZTAFETOWE BIEGI PRZEŁAJOWE



Program zawodów

Biegi indywidualne:

- Szkoły Podstawowe - klasy IV, V, VI - 800m dla dziewcząt
- 1000m dla chłopców
- Szkoły Gimnazjalne - klasy I, II, III - 1000m dla dziewcząt
- 1500m dla chłopców

Biegi sztafetowe:

- Szkoły Podstawowe - klasy IV, V, VI - 10 x 800m dla dziewcząt i chłopców
- Szkoły Gimnazjalne - klasy I, II, III - 10 x 800m dla dziewcząt
10 x 1000m dla chłopców
- Szkoły Ponadgimnazjalne - 10 x 1000m dla dziewcząt i chłopców

Uczestnictwo

- w biegach indywidualnych startują po 4 najlepszych zawodników/czek z jednej szkoły osobno na każdym dystansie wynikającym z programów zawodów
- w biegach sztafetowych startują szkoły zgłoszone do Radomskiej Olimpiady Młodzieży

Sposób prowadzenia zawodów:

Nie dopuszcza się biegu w obuwiu z kolcami.

W biegach indywidualnych i na pierwszej zmianie w sztafetach wszyscy startują ze startu wspólnego. Strefa zmian w sztafetach wynosi 20m.

Ocena wyników:

W biegach indywidualnych prowadzona będzie punktacja indywidualna i szkolna. Punktacją objęci są wszyscy uczestnicy biegu wg zasady:

I	miejsce	-	6pkt
II-III	miejsce	-	5pkt
IV-X	miejsce	-	4pkt
XI-XXXIII	miejsce	-	3pkt
XXXIV-LXVI	miejsce	-	2pkt
LXVII-CI	miejsce	-	1pkt
pozostałe miejsca		-	0,5pkt

Suma punktów uzyskanych przez startujących z danej szkoły składa się na punktacja pomocnicza szkół.

CZWÓRBÓJ LEKKOATLETYCZNY

1. Uczestnictwo

W zawodach startują reprezentacje szkół podstawowych oddzielnie dziewcząt i chłopców. Reprezentacja składa się z 6 dziewcząt i 6 chłopców w wieku 13 lat – młodsi.

2. Program zawodów

- bieg 60 m
- rzut piłką palantową (do 150 g)

- bieg: dla dziewcząt 600 m dla chłopców 1000 m
- skok (dla całego zespołu) w dal ze strefy lub wzwyż

3. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody zostaną rozegrane w ciągu dwóch dni.

I DZIEŃ: Dziewczęta

II DZIEŃ: Chłopcy

Kolejność rozgrywania konkurencji jest dowolna z tym, że bieg długi musi być rozgrywany jako ostatnia konkurencja.

Bieg 60 m

Bieg będzie rozgrywany w seriach na czas. Zawodnicy startują z bloków i powinni biec po przydzielonym im torze od startu do mety.

Zawodnik zostaje wyeliminowany z biegu po drugim fałstarcie zachowując prawo startu w następujących konkurencjach.

Skok w dal

Strefa jest częścią rozbiegu posypana kredą.

Szerokość strefy równa się szerokości rozbiegu, a długość wynosi 100 cm. Końcem strefy powinna być belka z plasteliną.

W skład strefy nie wchodzi plastelina.

Każdy zawodnik ma prawo do trzech prób.

Pomiaru dokonujemy od najbliższego śladu zostawionego przez czubek buta w strefie.

Jeżeli zawodnik odbije się przed strefą, pomiaru dokonujemy od początku strefy.

Pozostałe przepisy jak w skoku w dal.

Skok wzwyż

Pierwsza wysokość ustalana jest bezpośrednio przed konkursem, przy czym w zawodach obowiązują następujące wysokości:

Dla dziewcząt – do 140 cm co 5 cm, powyżej co 3 cm

Dla chłopców – do 160 cm co 5 cm, powyżej co 3 cm

Przekroczenie płaszczyzny skoku (na zewnątrz stojaków), bez strącenia poprzeczki nie powoduje zaliczenia próby jako nieudanej. W przypadku strącenia poprzeczki przy schodzeniu ze skoczni, po prawidłowo wykonanym skoku, nie należy próby zaliczać jako nieważnej, lecz poinformować (ostrzec) zawodnika, że w przypadku powtórzenia się takiej sytuacji skok uznany zostanie za „nieważny”.

Rzut piłką palantową

Rzut wykonuje się w dowolny sposób prawą ręką lub lewą ręką, z miejsca lub z rozbiegu. Każdy startujący zawodnik ma prawo do wykonania jednego rzutu próbnego, a następnie trzy rzuty w konkursie.

Odległość uzyskaną przez zawodnika ocenia sędzia z dokładnością do 0,5 m. Liczy się najlepszy rezultat. Pomiaru dokonuje się linii prostopadłej do osi rzutu na niekorzyść zawodnika.

Bieg 600 m i 1000 m.

Biegi rozgrywane będą w seriach na czas.

4. Punktacja

Wyniki przelicza się na punkty według tabel czwórbojowych. Suma osiągniętych punktów za cztery konkurencje daje ostateczny rezultat każdego zawodnika. Na wynik drużyny składają się końcowe rezultaty 5 najlepszych zawodników (z 6 startujących). W przypadku równej liczby punktów uzyskanych przez dwie lub więcej szkół przyznaje się miejsca dzielone. Przy jednakowej liczbie punktów uzyskanych przez szkoły zajmujące miejsca od I do III o wyższej lokacie decyduje wynik w czwórboju najlepszego zawodnika.

TRÓJBÓJ LEKKOATLETYCZNY

1. Uczestnictwo:

W zawodach startują reprezentacje szkół podstawowych oddzielnie dziewcząt i chłopców. Reprezentacja składa się z 5 dziewcząt i 5 chłopców w wieku 11 lat i młodszy.

2. Program zawodów:

- bieg 50 m
- rzut piłką palantową (do 150 g)
- skok w dal ze strefy

3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Zawody zostaną rozegrane w ciągu dwóch dni.

I DZIEŃ: Dziewczęta

II DZIEŃ: Chłopcy

Kolejność rozgrywania konkurencji jest dowolna. Regulamin konkurencji tak jak w czwórboju.

4. Punktacja:

Wyniki przelicza się na punkty według tabeli trójbojowej. Suma osiągniętych punktów za trzy konkurencje daje ostateczny rezultat każdego zawodnika/czki. Na wynik szkoły składają się końcowe rezultaty 4 najlepszych zawodników/czek (z 5 startujących).

LEKKOATLETYKA indywidualna klas: I – II i III-ch (Szkół Gimnazjalnych)



1. Program zawodów

klas I – II-gich:

- dziewczęta - 100, 300, 600, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą (3kg), sztafeta 4x100m.
- chłopcy - 100, 300, 1000, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą (4kg), sztafeta 4x100m.

klas III-cich:

- dziewczęta - 100, 200, 400, 800, skok w dal, wzwyż, kula (4kg), sztafety 4x100m i olimpijska /800, 400, 200, 100/
- chłopcy - 100, 200, 400, 800, 1500, skok w dal, wzwyż, kula (5kg), sztafety 4x100m i olimpijska /800, 400, 200, 100/

2. Uczestnictwo:

Zawodnik /czka może brać udział w jednej konkurencji i w jednej sztafecie. Do jednej konkurencji można zgłosić maksimum 3 zawodników /czek i po jednej sztafecie. Zawodniczka /k młodsza/szy nie może startować w klasie starszej.

3. Punktacja:

Współzawodniczą osobno dziewczęta i chłopcy. Suma punktów uzyskanych przez szkołę w klasach I – II i III-cich daje końcowy wynik danej szkoły.

Obowiązuje następująca punktacja:

I m - 9 pkt	VI – VII m - 4 pkt
II m - 7 pkt	VIII – IX m - 3 pkt
III m - 6 pkt	X – XI m - 2 pkt
IV – V m - 5 pkt	XII m - 1 pkt

3-ch pierwszych zawodników/czek w każdej konkurencji i dwie kolejne sztafety z zawodów Radomskiej Olimpiady Młodzieży kwalifikuje się do zawodów międzypowiatowych.

DWUBÓJ NOWOCZESNY

1. Uczestnictwo

W zawodach biorą udział drużyny szkolne osobno dziewczęta i chłopcy w składzie 4 dziewczęta i 4 chłopców z jednego gimnazjum w wieku 16 lat i młodszy

2. Program zawodów

W skład dwuboju wchodzi:

- pływanie: 100 m stylem dowolnym (basen 25/50 metrowy)
- bieg: 1000 m (stadion lekkoatletyczny)

3. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zawody rozgrywane są jednego dnia w następującej kolejności:

- pływanie
- bieg



4. Punktacja

Prowadzona jest punktacja drużynowa

Do punktacji wchodzi łączny wynik wszystkich zawodników, wg następującej zasady.

Chłopcy:	100 m – czas: 1.14.0	1000 pkt. 0,5 sek. +- 6 pkt.
	1000 m – czas: 3.10.0	1000 pkt. 0,5 sek. +- 3 pkt.
Dziewczęta:	100 m – czas: 1.20.0	1000 pkt. 0,5 sek. +- 6 pkt.
	1000 m – czas: 3.40.0	1000 pkt. 0,5 sek. +- 3 pkt.

DRUŻYNOWE ZAWODY W PŁYWANIU

1. Uczestnictwo

W zawodach startują zespoły 8-mio osobowe – po dwie osoby z każdej klasy od III-ciej do VI-tej, wszyscy z jednej szkoły.

W konkurencjach indywidualnych startują po jednym/nej z klasy III i IV na dystansie 25 m stylem grzbietowym i po jednej stylem dowolnym analogicznie z klas V-VI na dystansie 50m dowolnym i grzbietowym oraz zespoły szkół gimnazjalnych i szkół ponadgimnazjalnych 6-cio osobowe, po dwie osoby z każdej kolejnej klasy.

2. Program

Dla szkół podstawowych:

Sztafeta 8 x 25 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców

Indywidualnie:

- 25m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców - Klasy III i IV
- 25m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców - Klasy III i IV
- 50m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców - Klasy V i VI
- 50m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców - Klasy V i VI

Dla szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych

Sztafeta 6 x 25 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców zespoły sześciu osobowe z każdej klasy od I do III

Indywidualnie:

- 50m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców - Klasy I
- 50m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców - Klasy I
- 50m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców - Klasy II
- 50m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców - Klasy II
- 50m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców - Klasy III

3. Sposób przeprowadzenia zawodów

- zawody zostaną przeprowadzone w seriach na czas,
- start do wyścigu sztafetowego następuje po gwizdku sędziego, skokiem dowolnym ze słupka startowego; start do kolejnego odcinka od strony płytkiej wody następuje z wody,
- kolejni zawodnicy/czki rozpoczynają swój odcinek sztafety dopiero po uprzednim dotknięciu ściany przez zawodnika kończącego odcinek,
- przedwczesny start powoduje dyskwalifikację sztafety

4. Punktacja

Obowiązuje łączna punktacja szkół tj. za sztafetę i konkurencje indywidualne

- suma czasów sztafety i konkurencji indywidualnej



TENIS STOŁOWY

1. Uczestnictwo

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZTS.

W zawodach biorą udział drużyny dziewcząt i chłopców w dwóch kategoriach wiekowych:

13 lat i młodsi (Szkoły Podstawowe)

16 lat i młodsi (Szkoły Gimnazjalne)

Zespół liczy 3 dziewczynki lub 3 chłopców (trzeci zawodnik/czka może grać tylko w grze deblowej).

2. Sposób przeprowadzenia zawodów

Kolejność gier jest następująca:

I RZUT

A – X

B – Y

II RZUT

Gra podwójna

III RZUT

A – Y

B – X

3. Punktacja

System wyłonienia mistrza uzależniony jest od liczby uczestniczących drużyn.

4. Szkoły ponadgimnazjalne

- 20 lat i młodsi turniej indywidualny według regulaminu podanego przed zawodami

UNIHOKEJ 13 lat i młodsi, 16 lat i młodsi (dziewczęta i chłopcy)

1. Uproszczone przepisy gry (dla obu kategorii wiekowych):

Czas gry:

dla obu kategorii wiekowych – 2 x 5-10 minut

w czasie gry, na boisku znajduje się 5-ciu zawodników/czek

Gra się bez bramkarza, na małe bramki.

Wolno:

- podawać i przechwytywać piłkę niezależnie od tego na jakiej połowie znajduje się zawodnik
- zagrać stopą do własnego kija
- przyjąć piłeczkę ciałem za wyjątkiem użycia rąk, ramienia czy głowy

Nie wolno:

- przebywać w polu bramkowym (wymiary 3 x 1,5m) jeżeli jest się zawodnikiem biorącym udział w grze
- podnosić kija powyżej pasa, jeżeli jest się w stosunku do przeciwnika z tyłu i powyżej kolana jeżeli znajdujemy się z przodu przeciwnika
- podawać piłki nogą do innego gracza
- rozmyślnego zatrzymania piłki ręką, głową
- branie udziału w grze w pozycji leżącej lub klęczącej na obu kolanach
- odpychanie zawodnika ciałem

Rzuty wolne:

- wykonuje się z miejsca gdzie nastąpiło przewinienie lecz nie bliżej niż 3 m od bramki
- w tej samej odległości powinni znajdować się przeciwnicy (łącznie z kijem)

Rzuty karne:

- wykonuje się z odległości 7 m od bramki (bez bramkarza) w centralnym położeniu
- po nieudanym rzucie karnym następuje wznowienie gry rzutem sędziowskim

2. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis 1 punkt, za przegraną 0 punktów

O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów
- wynik bezpośredniego spotkania
- lepsza różnica bramek
- większa liczba zdobytych bramek
- rzuty karne między zainteresowanymi zespołami



GIMNASTYKA SPORTOWA

1. Uczestnictwo:

Szkołę reprezentują 4- osobowe drużyny dziewcząt i 4- osobowe drużyny chłopców w kategoriach:

- uczniowie Szkół Podstawowych;
- uczniowie Szkół Gimnazjalnych.

Uwaga! W przypadku drużyn poniżej 4 osób obowiązuje klasyfikacja indywidualna.

Zawodnicy nie mogą startować poza konkursem.

2. Program i punktacja:

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z regulaminem i układami dla dziewcząt i chłopców w następujących konkurencjach:

- ćwiczenia wolne (wykonują wszyscy zawodnicy)
- ćwiczenia dwójkowe (2 dwójki z każdej szkoły)

Będzie prowadzona klasyfikacja indywidualna i zespołowa.

- kolejności miejsc indywidualnych w ćwiczeniach wolnych i dwójkach decydować będzie lepsza nota uzyskana w poszczególnych konkurencjach.
- kolejności miejsc drużynowych decydować będzie suma wyników w ćwiczeniach wolnych oraz suma wyników 2 dwójek.

ZESPOŁOWE GRY SPORTOWE

UCZESTNICTWO

W każdej z gier mają prawo uczestniczyć uczniowie jednej szkoły w składzie:

Szkoły podstawowe:

- | | |
|------------------------|--------------------|
| - mini piłka koszykowa | 12 zawodników/czek |
| - mini piłka nożna | 10 zawodników/czek |

- mini piłka ręczna 14 zawodników/czek
- mini piłka siatkowa 10 zawodników/czek
- unihokej (13 lat i młodsi) 10 zawodników/czek

Szkoły Gimnazjalne:

- piłka koszykowa 12 zawodników/czek
- piłka nożna 17 zawodników
- piłka nożna „5 ki” 10 zawodniczek
- piłka ręczna 14 zawodników/czek
- piłka siatkowa 12 zawodników/czek
- ringo w składzie mieszanym 6 zawodników/czek (3dz + 3chł)
- unihokej (16lat i młodsi) 10 zawodników/czek

Szkoły Ponadgimnazjalne:

- piłka koszykowa 12 zawodników/czek
- piłka nożna 17 zawodników/czek
- piłka ręczna 14 zawodników/czek
- piłka siatkowa 12 zawodników/czek

Uwaga:

Rocznik początkowy w poszczególnych kategoriach wiekowych liczy się od stycznia tj. drugiej części kalendarzowej roku szkolnego

MINI PIŁKA SIATKOWA – CZWÓRKI

1. Uczestnictwo

- - drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej
- - w skład zespołu wchodzi 10 zawodników (w całym turnieju)

2. Przepisy gry

- wymiary boiska: 7m x 7m, na boisku wyznacza się linię ataku (3m od siatki),
- wysokość siatki 215 cm dziewczęta, 225 cm chłopcy, obowiązuje normalny rozmiar piłki,
- gra się do dwóch wygranych setów. Sety rozgrywane są *tie breakiem* do 25 punktów.
- Ewentualny 3 set decydujący rozgrywany jest do 15 pnk.
- w pierwszym secie gra 4 zawodników + 1 rezerwowy,
- w drugim secie pozostałych 5 zawodników,
- w trzecim secie, rozgrywanym w przypadku remisu w setach, gra dowolna czwórka, wyznaczona z dziesiątki + 1 rezerwowy,
- kolejność czwórek ustalona przed zawodami nie może być zmieniona przez cały turniej,
- każdy zespół może wykorzystać 2 czasy po 30 sekund w każdym secie,
- obowiązuje rotacyjna kolejność wykonywania zagrywki,
- atakować z pierwszej linii i zastawiać nie może zawodnik zagrywający, który jest także zawodnikiem obrony podczas zagrywek drużyny przeciwnej aż do momentu rotacji,
- rozsądna tolerancja czystości odbić,
- w każdym secie dozwolona jest tylko jedna podwójna zmiana tzn można wymienić jednego z zawodników, który może wrócić w trakcie seta na swoje miejsce (druga zmiana dokonana).

3. Punktacja

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 pkt, za przegrane – 1 pkt, za walkower 0 pkt.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

- 1) większa liczba zdobytych punktów
- 2) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
 - a) większa liczba zdobytych punktów między zainteresowanymi drużynami,

- b) lepszy stosunek setów zdobytych do straconych pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
- c) lepszy stosunek małych punktów
- d) wynik bezpośredniego spotkania

MINI PIŁKA KOSZYKOWA

1. Przepis gry.

Czas gry: 4x6 minut (czystej gry).

Piłka numer „5”.

Zespół I i II kwartę gra innymi piątkami; w III i IV kwarcie obowiązuje dowolność zmian

Zawodnicy/czki 11 i 12 pozostają w dyspozycji trenera

W przypadku popełnienia 5 przewinień (dotyczy I i II) kwarty do gry wchodzi zawodnik 11 lub 12.

Obowiązuje krycie „każdy swego” (zakaz gry obroną strefową), przepis połowy, przepis 3 sekund, przepis 5 sekund.

O przewinieniach technicznych dla zawodników i trenerów decyduje sędzia zgodnie z przepisami PZKosz.

Za przewinienie dokonane na zawodniku rzucającym celnie do kosza nie przyznaje się dodatkowego rzutu.

Kosze powinny być zawieszane na wysokości 260 cm od podłoża. Dopuszcza się rozgrywanie zawodów na koszach wysokich.

Odległość linii rzutów wolnych od tablicy wynosi 4 m.

Nie wyznacza się linii rzutów za trzy punkty.

2. Punktacja.

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis 1 punkt, za przegraną 0 punktów.

O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów,
- większa liczba punktów między zainteresowanymi drużynami
- lepsza różnica zdobytych małych punktów
- większa liczba zdobytych małych punktów
- wynik bezpośredniego spotkania

MINI PIŁKA RĘCZNA.

1. Przepis gry.

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami ZPRP z ułatwieniami:

Piłka:

- obwód 44 - 48 cm
- waga 250 - 300 g

Proponuje się stosowanie piłek damskich do piłki ręcznej.

- czas gry: 2 x 12 minut i 5 minut przerwy

Obowiązuje kategoriyczny zakaz używania środków klejących piłkę. Sposób krycia w czasie I połowy meczu system gry w obronie „każdy swego” a w II połowie system obrony strefowej 3:3. Drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu.

2. Punktacja

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis 1 punkt, za przegraną 0 punktów.

O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów
- większa liczba zdobytych punktów między zainteresowanymi zespołami

- lepsza różnica bramek między zainteresowanymi zespołami
- lepsza różnica bramek w rozgrywkach
- większa liczba zdobytych bramek
- wynik bezpośredniego spotkania

MINI PIŁKA NOŻNA

1. Przepis gry.

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZPN z ułatwieniami:

- zespół składa się z 4 zawodników/czek w polu + bramkarz
- boisko trawiaste: 40 x 20 m
- bramki: 3 x 2 m
- czas gry: 2 x 20 minut + 5 minut przerwa/ dla dziewcząt 2 x 15 minut z 5 minutowa przerwą
- obuwie: korkotrampki – podeszwa jednolita (zakaz wymiennych korków)
- piłka: nr „4”
- bramkarz może chwytać piłkę rękami tylko w polu bramkowym (pole bramkowe: półłuk o promieniu 6 metrów)
- gra bez „spalonego”
- zmiany hokejowe (błędy będą karane jak w piłce ręcznej: strata piłki, wykluczenie, rzut karny z 7 m za złą zmianę bramkarza)
- bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy boiska



2. Punktacja

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 3 punkty, za remis 1 punkt, za przegrane 0 punktów.

O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów
- wynik bezpośredniego spotkania
- lepsza różnica bramek
- większa liczba zdobytych bramek
- rzuty karne po meczu remisowym

PIŁKA KOSZYKOWA

1. Przepis gry

Zawody rozgrywane są zgodnie z PZ Kosz. Mecz składa się z czterech (4) kwart po dziesięć (10) minut. Przerwy dwu (2) minutowe mają miejsce pomiędzy kwartą pierwszą i drugą oraz trzecią i czwartą jak również przed każdą dogrywką. Przerwa między połowami meczu wynosi dziesięć (10) minut. Jeśli po zakończeniu czasu gry czwartej kwarty wynik jest nierozstrzygnięty (remis) mecz będzie kontynuowany dogrywką trwającą pięć (5) minut, lub tyłoma pięciominutowymi dogrywkami ile okaże się konieczne do rozstrzygnięcia wyniku. W wyniku zmiany czasu gry na 4 x 10 min przerwy na żądanie przysługują według następujących zasad. Jedna przerwa w każdej z pierwszych trzech kwart i dwie w czwartej kwarcie oraz jedna w każdej dogrywce. Czas na wyprowadzenie piłki na pole ataku wynosi 8 sekund. Czas w którym musi być wykonany rzut wynosi 24 sekundy.

2. Punktacja

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane 1 pkt. O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów

- większa liczba pkt. między zainteresowanymi drużynami
- lepsza różnica zdobytych małych punktów
- większa liczba zdobytych małych punktów
- wynik bezpośredniego spotkania

PIŁKA SIATKOWA

1. Przepis gry

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZPS.

Wysokość siatki:

- dziewczęta 224 cm
- chłopcy 243 cm

Spotkanie odbywa się do dwóch wygranych setów. Sety rozgrywa się *Tie breakiem* do 15 punktów.

2. Punktacja

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane 1 punkt, za walkower 0 punktów.

O kolejności miejsc we wszystkich grach decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów
- lepszy stosunek setów
- lepszy stosunek małych punktów
- wynik bezpośredniego spotkania



PIŁKA NOŻNA SZKOŁY GIMNAZJALNE CHŁOPCY SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY

1. Przepis gry

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZPN.

Czas gry, 2 x 30 minut + 10 minut przerwy (przy 3 spotkaniach: 2 x 20 minut).

Boisko i bramki pełnowymiarowe.

Obuwie piłkarskie – korkotrampki.

Zawody rozgrywane są piłką numer „5”

W czasie gry można wymienić 5 zawodników w polu oraz bramkarza.

2. Punktacja

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 3 punkty, za remis 1 punkt, za przegrane 0 punktów.

O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów
- wynik bezpośredniego spotkania
- lepsza różnica bramek
- większa liczba zdobytych bramek
- rzuty karne po meczu remisowym
- wynik bezpośredniego spotkania

PILKA NOŻNA PIŁKARSKIE PIĄTKI SZKOŁY GIMNAZJALNE DZIEWCZĘTA

1. Przepis gry.

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZPN z ułatwieniami:

- zespół składa się z 4 zawodniczek w polu + bramkarz
- boisko trawiaste: 40 x 20 m
- bramki: 3 x 2 m
- czas gry: 2 x 15 minut + 5 minut przerwa
- obuwie: korkotranki – podeszwa jednolita (zakaz wymiennych korków)
- piłka: nr „4”
- bramkarz może chwytać piłkę rękami tylko w polu bramkowym (pole bramkowe: półkuk o promieniu 6 metrów)
- gra bez „spalonego”
- zmiany hokejowe (błędy będą karane jak w piłce ręcznej: strata piłki, wykluczenie, rzut karny z 7 m za złą zmianę bramkarza)
- bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy boiska

2. Punktacja

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 3 punkty, za remis 1 punkt, za przegrane 0 punktów.

O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów
- wynik bezpośredniego spotkania
- lepsza różnica bramek
- większa liczba zdobytych bramek
- rzuty karne po meczu remisowym



PIŁKA RĘCZNA

1. Przepis gry

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami ZPRP.

Czas gry: 2 x 20 minut + 10 minut przerwy (przy 3 spotkaniach: 2 x 15 minut).

Sposób krycia: w czasie I połowy meczu system obrony strefowej 3:3 w II połowie zaleca się stosowanie innych obron strefowych niż 6:0. Zakaz dokonywania zmian zawodników w okresie gry, gdy zespół przeciwnika jest w posiadaniu piłki.

2. Punktacja

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis 1 punkt, za przegraną 0 punktów.

O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów
- większa liczba zdobytych punktów pomiędzy zainteresowanymi zespołami
- lepsza różnica bramek między zainteresowanymi zespołami
- lepsza różnica bramek w rozgrywkach
- większa liczba zdobytych bramek
- wynik bezpośredniego spotkania

RINGO

System rozgrywek i przepisy

Reprezentacje szkolne rozgrywają między sobą mecze w systemie:

- jedyńki dziewcząt
- jedyńki chłopców
- dwójki dziewcząt
- dwójki chłopców
- trójki mieszane

Zawody ringo rozgrywane są na otwartej przestrzeni bądź w hali z wykorzystaniem boiska siatkówki lub boisk ringo, których wymiary podstawowe wynoszą 9 x 18 m z linką dzielącą zawieszoną na wysokości 243 cm.

W zależności od kategorii wiekowych mogą być one zmniejszone a wysokość zawieszenia linki obniżana np.: 6 x 12 m, 200 cm lub 7 x 14 m, 224 cm lub 8 x 16 m, 243 cm.

Rozstawienie na boisku jest dowolne a każdy rozgrywa swe rzuty sam, bez podawania partnerom ani sobie. Celowe podbijanie kółka pod pozorem „upuszczenia” powoduje utratę punktu.

Ponadto obowiązują przepisy PZ Ringo.

Zasady opłacania sędziów i obsługi technicznej – medycznej na zawodach w ramach współzawodnictwa sportowego szkół ze środków Gminy Miasta Radomia

Dotyczy:

1. Zawodów dla szkół podstawowych
2. Zawodów dla szkół gimnazjalnych
3. Zawodów dla szkół ponadgimnazjalnych

Sędziowie otrzymują:

Ryczałt sędziowski 45 zł przy zawodach 5 do 8 godzin

Obsługa techniczna 50 zł przy zawodach 5 do 8 godzin

Obsługa medyczna 50 zł przy zawodach 5 do 8 godzin

W grach zespołowych limit - sędziów 2 osoby

koszykówka 3 osoby

obsługa techniczna 1 osoba

obsługa medyczna 1 osoba

w pozostałych dyscyplinach tj. LA, pływanie, gimnastyka, tenis stołowy – obsada sędziów w oparciu o przepisy Polskie Związki Sportowych

Uwaga: SZS stosować będzie zasadę ograniczania ilości sędziów do niezbędnego minimum

Powyższe stawki przyjęto na podstawie stawek obowiązujących w systemie sportu dzieci i młodzieży, oraz zatwierdzone na posiedzeniach Zarządu Szkolnego Związku Sportowego w Radomiu.



**DEKLARACJA CZŁONKOWSKA
SZKOLNEGO ZWIĄZKU SPORTOWEGO
W RADOMIU**

.....
nazwa szkoły lub klubu

.....
adres

Na podstawie statutu Szkolnego Związku Sportowego w Radomiu rozdział 3 § 12 przystępujemy w poczet członków SZS w celu realizacji programu Radomskiej Olimpiady Młodzieży dla szkół podstawowych, gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych.

Zobowiązujemy się do przestrzegania programu i regulaminów Radomskiej Olimpiady Młodzieży w roku szkolnym

Deklarujemy dobrowolną składkę w wysokości 50 zł rocznie. Wpłata zostanie dokonana do końca września na rok szkolny na konto Szkolnego Związku Sportowego w Radomiu Bank Pekao SA o/Radom Nr 22 1240 5703 1111 0000 49030 6950 lub w kasie Związku

.....
Nauczyciel-Opiekun

.....
Dyrektor Szkoły

.....
data podpisania deklaracji

pieczętka szkoły

KARTA UCZESTNICTWA SZKOŁY W RADOMSKIEJ OLIMPIADZIE MŁODZIEŻY

Zgłaszamdo współzawodnictwa
(podać nazwę szkoły)

Radomia w roku szkolnym w następujących dyscyplinach sportowych:

SZKOŁY PODSTAWOWE

Lp	DYSCYPLINA SPORTOWA	DZIEWCZĘTA	CHŁOPCY
		Czytelnie Nazwisko i Imię n-la	Czytelnie Nazwisko i Imię n-la
<u>Kategoria wiekowa 13-12 lat (kl. VI i V)</u>			
1	Mini piłka ręczna		
2	Mini piłka siatkowa		
3	Mini piłka koszykowa		
4	Mini piłka nożna		
5	Unihokej		
6	Indywidualne biegi przełajowe		
7	Sztafetowe biegi przełajowe		
8	Czwórbój LA		
9	Halowa LA		
10	Tenis stołowy		
11	Gimnastyka		
12	Pływanie drużynowe (sztaf.+ind.)		
<u>Kategoria wiekowa 12-11 lat (kl. V i IV)</u>			
13	Halowa piłka nożna		
<u>Kategoria wiekowa 11-7 lat (kl. IV-I)</u>			
14	Trójbój LA		
15	Dwa ognie usportowione		
16	Gry i zabawy (dz + chl)		

UWAGA!!!

Wpisanie nazwiska (nauczyciela-opiekuna) w rubryce dz. lub chl. w danej dyscyplinie jest zgłoszeniem zespołu do zawodów.

Radom dnia.....

.....
(podpis i pieczętka Dyrektora)

Niniejszy dokument jest jedynym dokumentem zgłoszenia

pieczętka szkoły

KARTA UCZESTNICTWA SZKOŁY W RADOMSKIEJ OLIMPIADZIE MŁODZIEŻY

Zgłaszamdo współzawodnictwa
(podać nazwę szkoły)

Radomia w roku szkolnym w następujących dyscyplinach sportowych:

SZKOŁY GIMNAZJALNE

Lp	DYSCYPLINA SPORTOWA	DZIEWCZĘTA	CHŁOPCY
		Czytelnie Nazwisko i Imię n-la	Czytelnie Nazwisko i Imię n-la
1	Piłka ręczna		
2	Piłka siatkowa		
3	Piłka koszykowa		
4	Piłka nożna		
5	Unihokej		
6	Indywidualne b.przełajowe		
7	Sztafetowe biegi przełajowe		
8	Indywidualna LA kl. I-II		
9	Indywidualna LA kl. III		
10	Tenis stołowy		
11	Gimnastyka		
12	Halowa LA		
13	Pływanie drużyn (sztaf +ind)		
14	Dwubój nowoczesny		
15	Plażowa piłka siatkowa		
16	Aerobik dziewcząt		_____
17	Ringo (dz + chl)		

UWAGA!!!

Wpisanie nazwiska (nauczyciela-opiekuna) w rubryce dz. lub chl. w danej dyscyplinie jest zgłoszeniem zespołu do zawodów.

Radom dnia.....

.....
(podpis i pieczętka Dyrektora)

Niniejszy dokument jest jedynym dokumentem zgłoszenia

pieczętka szkoły

KARTA UCZESTNICTWA SZKOŁY W RADOMSKIEJ OLIMPIADZIE MŁODZIEŻY

Zgłaszamdo współzawodnictwa
(podać nazwę szkoły)

Radomia w roku szkolnym w następujących dyscyplinach sportowych:

SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE

Lp	DYSCYPLINA SPORTOWA	DZIEWCZĘTA	CHŁOPCY
		Czytelnie Nazwisko i Imię n-la	Czytelnie Nazwisko i Imię n-la
1	Piłka ręczna		
2	Piłka siatkowa		
3	Piłka koszykowa		
4	Piłka nożna		
5	Sztafetowe biegi przełajowe		
6	Indywidualna LA		
7	Tenis stołowy		
8	Pływanie		
9	Plażowa piłka siatkowa		
10	Aerobik dziewcząt		_____
11	Triobasket chłopc. (kl. I-II)	_____	

UWAGA!!!

Wpisanie nazwiska (nauczyciela-opiekuna) w rubryce dz. lub chl. w danej dyscyplinie jest zgłoszeniem zespołu do zawodów.

Radom dnia.....

.....
(podpis i pieczętka Dyrektora)

Niniejszy dokument jest jedynym dokumentem zgłoszenia

.....
pieczęć szkoły

OFERTA ORGANIZACJI ZAWODÓW W RAMACH WSPÓŁZAWODNICTWA
SPORTOWEGO SZKÓŁ NA ROK SZKOLNY

Organizator.....
nazwa szkoły

Osoba odpowiedzialna za organizację.....
imię i nazwisko

Dyscyplina.....

Miejsce i adres.....
.....

Termin.....

Sprawy organizacyjne: bezpieczeństwo uczestników, zabezpieczenie mienia, opieka medyczna i inne.

.....
.....
.....
.....

Radom.....
.....
pieczętka i podpis Dyrektora szkoły

Niniejszy druk jest jedynym dokumentem zgłoszenia oferty

Komunikat końcowy
z półfinału/ finału Radomskiej Olimpiady Młodzieży
w dyscyplinie

- I. Miejsce zawodów
- II. Termin zawodów
- III. Wyniki zawodów półfinałowych/finałowych

LP	Nazwa zespołów	Wyniki
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		

IV. Kolejność końcowa

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.
16.

Radom

.....
 podpis organizatora