

 

REGULAMIN

LVIII WARSZAWSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY

**w relacji szkolnej**

na rok szkolny 2024-2025

WARSZAWSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY

**- OGÓLNE ZAŁOŻENIA REGULAMINOWE**

1. **CELE I ZAŁOŻENIA**

* aktywne uczestnictwo dzieci i młodzieży w szkolnych i międzyszkolnych imprezach sportowych stanowiących kontynuację celów i zadań ogólnego wychowania fizycznego i zdrowotnego;
* tworzenie każdemu warunków do czynnego uczestnictwa w różnych formach współzawodnictwa sportowego;
* propagowanie zdrowego i aktywnego stylu życia;
* wyłonienie szkół reprezentujących Warszawę w Mazowieckich Igrzyskach Młodzieży Szkolnej;

1. **KIEROWNICTWO**

* kierownictwo nad przebiegiem Warszawskiej Olimpiady Młodzieży sprawuje Szkolny Związek Sportowy Warszawy i Województwa Mazowieckiego z upoważnienia i w uzgodnieniu z władzami sportowymi i oświatowymi m.st. Warszawy tj.:
* Biurem Sportu i Rekreacji Urzędu m.st. Warszawy.
* Biurem Edukacji Urzędu m. st. Warszawy;

1. **ORGANIZATOR**

* organizatorem zawodów na poziomie stołecznym jest Szkolny Związek Sportowy Warszawy i Województwa Mazowieckiego;
* za przeprowadzenie zawodów na poziomie dzielnicowym odpowiedzialne są Wydziały Sportu i Rekreacji dla Dzielnic lub inne komórki organizacyjne Urzędów Dzielnic m.st. Warszawy zajmujące się sportem dzieci i młodzieży;
* wyłonienie reprezentacji sportowych szkół jest zadaniem szkół;
* organizatorzy zawodów miejskich - finałowych zapewniają uczestnikom w miarę mozliwości ubezpieczenie NNW

1. **UCZESTNICTWO**
2. Uczestnictwo w zawodach Warszawskiej Olimpiady Młodzieży jest dobrowolne.
3. We współzawodnictwie na równych prawach mogą brać udział szkoły publiczne i niepubliczne, które zwyciężyły w bezpośrednich zawodach międzyszkolnych w dzielnicy. Prawo startu bez etapu dzielnicowego mają szkoły, które:
   * są jedynymi szkołami swojego typu na terenie dzielnicy;
   * do zawodów dzielnicowych zgłosiła się tylko jedna szkoła.
   * W gimnastyce - po 2 szkoły z każdej dzielnicy wskazane przez koordynatora dzielnicowego WOM
4. Rywalizacja odbywa się w następujących kategoriach:

* Olimpiada dzieci – rocznik 2012 i młodsi
* Olimpiada młodzieży - rocznik 2010-2011
* Licealiada – rocznik 2005 i młodsi - uczniowie dziennych szkół średnich.

1. We wszystkich kategoriach zespoły składają się z uczniów jednej szkoły (dopuszcza się zespół szkół dla dziennych szkół średnich) z wyjątkiem indywidualnych biegów przełajowych i LA.
2. O udziale w kolejnym etapie rozgrywek decyduje start w zawodach niższego szczebla.

6) Uczestnicy muszą posiadać ważne legitymacje szkolne i być uczniami szkół dziennych oraz winni być objęci szkolnym ubezpieczeniem NW.

7) Do zawodów dopuszczani są uczniowie bez dodatkowych badań lekarskich, posiadający grupę dyspanseryjną A lub B, uczestniczący czynnie w zajęciach wychowania fizycznego.

8) Szczegółowe uwarunkowania startowe

* nie ma ograniczeń startowych z wyjątkiem konkurencji lekkoatletycznych;
* w zawodach dziennych szkół średnich – Licealiada, w poszczególnych dyscyplinach ( z wyjątkiem indywidualnych i sztafetowych biegów przełajowych) wyklucza się możliwość startu czynnym zawodnikom klubowym uprawiającym daną dyscyplinę sportu – wymagana karencja dla byłych zawodników/czek wynosi rok wstecz od daty rozpoczęcia zawodów na poziomie stołecznym;
* przed zawodami opiekun każdego zespołu musi dostarczyć bezpośredniemu organizatorowi zawodów pisemne zgłoszenie szkoły do zawodów poprzez SRS podpisane przez dyrektora szkoły z potwierdzeniem ubezpieczenia ucznia, opiekuna zespołu i pielęgniarki.
* do zawodów nie zostanie dopuszczony zespół lub zawodnicy pod nieobecność opiekuna wskazanego w zgłoszeniu szkoły oraz zawodnicy nie wymienieni w zgłoszeniu szkoły i/lub nie mogący okazać swojej legitymacji szkolnej;
* bezpośredni organizator zawodów oraz sędziowie zawodów mają prawo sprawdzić tożsamość opiekuna zespołu (na podstawie dokumentu tożsamości) oraz zawodników (na podstawie legitymacji szkolnych).
* **Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**
* **Od poziomu finałów stołecznych rejestracja i zgłoszenie przez SRS jest bezwzględnie obowiązkowe!!!**

**Szkoły, które nie dopełnią tej formalności nie będą dopuszczane do zawodów. W przypadku uczestnictwa w zawodach (niedopatrzenie sędziego głównego) drużyna otrzymuje 0 pkt WOM niezależnie od zajętego miejsca.**

* **Zarząd SZSWWM na posiedzeniu w dniu 18.09.2015 podjął uchwałę o zakazie występowania w strojach z emblematami klubów sportowych na wszystkich szczeblach rozgrywek Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej oraz Warszawskiej Olimpiady Młodzieży w edycji szkolnej. Dopuszczalne są jedynie nazwa i logo szkoły. Zespoły nie stosujące się do powyższej uchwały nie będą dopuszczane do rozgrywek. Zarządzenie weszło w życie z dniem 01.01.2016**

1. **PROGRAM WOM**
2. **Kategoria dzieci – rocznik 2012 i młodsi – (szkoły podstawowe)**
3. indywidualne i sztafetowe biegi przełajowe dziewcząt

i chłopców ;

1. czwórbój LA dziewcząt i chłopców;
2. pływanie dziewcząt i chłopców (sztafety + indywidualne)
3. gimnastyka dziewcząt i chłopców;
4. tenis stołowy dziewcząt i chłopców;
5. unihokej dziewcząt i chłopców;
6. koszykówka dziewcząt i chłopców;
7. piłka nożna dziewcząt i chłopców;
8. piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
9. piłka siatkowa – 4-ki dziewcząt i chłopców;
10. dwa ognie – do szczebla zawodów dzielnicowych, (rocznik 2013 i młodsi)
11. badminton drużynowy
12. szachy drużynowe

Uwaga! Dla gimnastyki, pływania i indywidualnych oraz sztafetowych biegów przełajowych uprawnione roczniki do startu oraz podziały na roczniki ustalone są w szczegółowych regulaminach danej konkurencji.

1. **Kategoria młodzieży– rocznik 2010-2011–(szkoły podstawowe)**
   1. indywidualne i sztafetowe biegi przełajowe dziewcząt i chłopców ;
   2. LA dziewcząt i chłopców rocznik 2010-2011 ;
   3. pływanie dziewcząt i chłopców (sztafety + indywidualne);
   4. unihokej dziewcząt i chłopców ;
   5. tenis stołowy dziewcząt i chłopców;
   6. koszykówka dziewcząt i chłopców;
   7. piłka nożna dziewcząt i chłopców;
   8. piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
   9. piłka siatkowa dziewcząt i chłopców;
   10. badminton drużynowy
   11. ringo (zespół mieszany).
   12. szachy drużynowe

Uwaga! Dla pływania i indywidualnych oraz sztafetowych biegów przełajowych podziały na roczniki ustalone są w szczegółowych regulaminach danej konkurencji.

1. **Licealiada – rocznik 2005 i młodsi (dzienne szkoły średnie)**
2. indywidualne i sztafetowe biegi przełajowe dziewcząt i chłopców
3. koszykówka dziewcząt i chłopców;
4. piłka nożna dziewcząt i chłopców;
5. piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
6. piłka siatkowa dziewcząt i chłopców.
7. badminton dziewcząt i chłopców

Uwaga! Dla indywidualnych oraz sztafetowych biegów przełajowych podziały na roczniki ustalone są w szczegółowych regulaminach danej konkurencji.

1. Zawody dzielnicowe mogą być poszerzone o dodatkowe konkurencje w zależności od potrzeb lokalnych.
2. **SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW**

W grach zespołowych obowiązuje system dla 18 zespołów dzielnic podzielonych na: 6 grup eliminacyjnych z prawem awansu 2 – ch zespołów do 4-ch grup ćwierćfinałowych – z prawem awansu do zawodów półfinałowych 2-ch zespołów do 2-ch grup półfinałowych, a dalej kolejnych 3-ch zespołów do zawodów finałowych. W pozostałych dyscyplinach prawo startu bezpośredniego w zawodach finałowych mają wszystkie dzielnice Warszawy tj. łącznie 18 zespołów. W przypadku zgłoszenia się do rozgrywek 12 lub mniej zespołów organizator zawodów ma prawo zarządzić inny system rozgrywek.

1. Zawody dzielnicowe odbywają się wg terminarzy własnych z uwzględnieniem terminów zawodów na poziomie stołecznym..
2. Ogólny terminarz zawodów na poziomie stołecznym stanowi załącznik do Regulaminu.
3. Szczegółowy terminarz i miejsce zawodów na poziomie stołecznym uzgodniony z Biurem Sportu i Rekreacji Szkolny Związek Sportowy publikuje przed kolejną WOM najpóźniej do 10 września przed rozpoczęciem kolejnej edycji WOM. Terminarz szczegółowy musi być zgodny z terminarzem ogólnym.
4. Szkolny Związek Sportowy ustala przydział do grup eliminacyjnych z uwzględnieniem miejsc zajętych przez dzielnice w poprzedniej edycji WOM.
5. Sposób przeprowadzania zawodów dzielnicowych określa się w dzielnicach.
6. **OCENA WYNIKÓW**

Prowadzona będzie klasyfikacja w każdej dyscyplinie osobno dla kategorii wieku, oraz dziewcząt i chłopców z wyjątkiem zespołów mieszanych.

Obowiązywać będą następujące punktacje:

# Dla szkół:

* osobno szkoły w kategoriach:
* Szkoły podstawowe – dzieci
* Szkoły podstawowe - młodzież
* Dzienne szkoły średnie (licealiada) za osiągnięcia w zawodach finałowych WOM

# Dla dzielnic:

* medalowa – łącznie za wszystkie kategorie wiekowe.
* generalna – dzielnice łącznie za wszystkie kategorie wiekowe

**UWAGA**

**W zawodach gimnastycznych dzieci punktuje tylko jedna szkoła (lepsze miejsce) z dzielnicy**

Zasady naliczania punktów:

- indywidualne biegi przełajowe i lekkoatletyka ( klasyfikacja szkół)

I m-ce 16 pkt

II m-ce 14 pkt

III m-ce 12 pkt

IV m-ce 10 pkt

V m-ce 9 pkt

VI m-ce 8 pkt

VII-X m-ce 7 pkt

XI-XV m-ce 6 pkt

XVI-XX m-ce 5 pkt

XXI-XXV m-ce 4 pkt

XXVI-XXX m-ce 3 pkt

XXXI-L m-ce 2 pkt

LI i dalsze m-ce 1 pkt

- gry zespołowe w tym unihokej i tenis stołowy:

I m-ce 16 pkt.

II m-ce 14 pkt.

III m-ce 12 pkt.

IV m-ce 10 pkt.

V m-ce 8 pkt.

VI m-ce 7 pkt.

VII-VIII m-ce 6 pkt.

IX-XII m-ce 4 pkt.

XIII-XVIII m-ce 2 pkt.

- pozostałe dyscypliny

I m-ce 16 pkt.

II m-ce 14 pkt.

III m-ce 12 pkt.

IV m-ce 10 pkt.

V m-ce 9 pkt.

VI m-ce 8 pkt.

VII m-ce 7 pkt.

VIII m-ce 6 pkt.

IX m-ce 5 pkt.

X-XII m-ce 4 pkt.

XIII-XIV m-ce 3 pkt.

XV-XVI m-ce 2 pkt.

za udział 1 pkt.

1. **NAGRODY**

Za zawody otrzymują:

* szkoły za miejsca I-III - puchary;
* za I-VI - dyplomy
* zawodnicy za miejsca I-III – medale

Za punktację z zawodów na poziomie miejskim szkoły i dzielnice otrzymują puchary i dyplomy za miejsca I-VI.

W miarę posiadanych środków finansowych przewidziane są nagrody pieniężne na zakup sprzętu sportowego dla szkół - osobno w trzech kategoriach wiekowych.

1. **TERMIN ZAWODÓW WOM**

* w szkołach - cały rok szkolny
* zawody dzielnicowe wg terminarzy własnych z uwzględnieniem terminów zawodów stołecznych;
* finały wg kalendarza opracowywanego na każdy kolejny rok

1. **FINANSOWANIE**

* zawody szkolne finansowane są przez szkoły;
* zawody dzielnicowe finansowane są przez dzielnice;
* zawody na poziomie stołecznym – finały WOM – koszty pokrywane są ze środków m.st. Warszawy przekazanych do realizacji Szkolnemu Związkowi Sportowemu Warszawy i Województwa Mazowieckiego.

1. **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

W sprawach szczegółowych dotyczących interpretacji postanowień regulaminu lub w sprawach nim nie objętych decydują bezpośredni organizatorzy poszczególnych szczebli rozgrywkowych w porozumieniu ze Szkolnym Związkiem Sportowym Warszawy i Województwa Mazowieckiego. Nie będą rozpatrywane protesty wynikające z pracy sędziów.

**Obowiązuje generalna zasada i wiara w uczciwość uczestników i organizatorów. W przeciwnym wypadku winni będą wykluczeni w kolejnej edycji WOM.**

**Prawo dokonywania zmian regulaminowych w formie aneksów przysługuje wyłącznie Szkolnemu Związkowi Sportowemu Warszawy i Województwa Mazowieckiego w uzgodnieniu z Biurem Sportu i Rekreacji .**

#### REGULAMIN

**POSZCZEGÓLNYCH DYSCYPLIN SPORTOWYCH OBJĘTYCH PROGRAMEM IGRZYSK**

**ZASADA OGÓLNA:** wszystkie zawody rozegrane będą zgodnie z obowiązującymi przepisami polskich Związków Sportowych dla poszczególnych kategorii wiekowych oraz  zgodnie z niniejszymi regulaminami (z niniejszym regulaminem).

##### DWA OGNIE USPORTOWIONE

1. Uczestnicy – uczniowie / uczennice klasy IV (r 2014) i młodsi;
2. Zasady rozgrywania zawodów: zawody od szczebla szkoły do dzielnicy.
3. Zasady gry wg przepisów ustalonych przez Zarządy Dzielnicowe SZS.

##### INDYWIDUALNE I SZTAFETOWE BIEGI PRZEŁAJOWE

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. Program zawodów:

## Biegi indywidualne:

Dzieci

Rocznik 2012 - 800 m dla dziewcząt i 1000m chłopców

Rocznik 2013 –800 m dla dziewcząt i 1000m chłopców

Młodzież

Rocznik 2010- 1000 m dla dziewcząt i 1000 m dla chłopców

Rocznik 2011- 1000 m dla dziewcząt i 1000 m dla chłopców

Dzienne szkoły średnie - licealiada

Rocznik 2005-2007– 1500 m dla dziewcząt i 2000 dla chłopców

Rocznik 2008 i młodsi– 1500 m dla dziewcząt i 2000 dla chłopców

Biegi sztafetowe:

- Rocznik 2012-2013 - 6 x 800 m dziewcząt

- 6 x 800 m chłopców

- Rocznik 2010-20111 - 6 x 1000 m dziewcząt

- 6 x 1000 m chłopców

- Uczniowie średnich szkół dziennych - 6 x 1000 m dziewcząt

rocznik 2004 i młodsi - 6 x 1000 m chłopców

1. Uczestnictwo:

W biegach indywidualnych startuje po 10 najlepszych zawodników/czek z zawodów dzielnicowych osobno na każdym dystansie wynikającym z programów zawodów.

1. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Nie dopuszcza się do startu w obuwiu z kolcami.

Wszyscy startują ze startu wspólnego w tym na pierwszej zmianie w biegach

sztafetowych. Strefa zmian w sztafetach wynosi 20 m.

1. Ocena wyników:

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

I miejsce - 15 pkt.

II miejsce - 12 pkt.

III miejsce - 10 pkt.

IV-VI miejsce - 8 pkt.

VII-X miejsce - 7 pkt.

XI-XV miejsce - 6 pkt.

XVI-XX miejsce - 5 pkt.

XXI-XXX miejsce - 4 pkt

XXXI-XL miejsce - 3 pkt

XLI-L miejsce - 2 pkt

LI-C miejsce (za udział) - 1 pkt

Suma punktów uzyskanych przez startujących z danej szkoły składa się na punktacje szkolną.

10 najlepszych zawodników/czek z każdego dystansu ma prawo reprezentowania Warszawy w finałach wojewódzkich

### **CZWÓRBÓJ LEKKOATLETYCZNY**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. **Program zawodów:**

* bieg 60 m;
* rzut piłką palantową (do 150 g.)
* bieg: 600 m dziewcząt; 1000 m chłopców;
* skok (dla całego zespołu) w dal ze strefy lub wzwyż.

1. **Uczestnictwo:**

W zawodach prawo startu mają reprezentacje szkół podstawowych rocznik 2012 i młodsi) oddzielnie dziewcząt i chłopców w składzie 6 osób.

1. **Sposób przeprowadzania zawodów:**

Zawody zostaną rozegrane w ciągu 1-go dnia.

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

1. 60 m

Bieg będzie rozgrywany w seriach na czas. Zawodnicy startują z bloków i winni biec po przydzielonym im torze od startu do mety. Zawodnik zostaje wyeliminowany z biegu po trzecim falstarcie zachowując prawo startu w następnych konkurencjach.

1. skok w dal

Strefa odbicia 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 pozostawionego przez czubek buta

w strefie.

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

Pozostałe przepisy jak w skoku w dal.

1. skok wzwyż

Pierwsza wysokość ustalana jest bezpośrednio przed konkursem, przy czym

w zawodach obowiązują następujące interwały wysokości:

* dziewczęta do 140 cm co 5 cm powyżej co 3 cm;
* chłopcy 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, po prawidłowo wykonanym skoku, nie należy próby zaliczyć jako nieważnej, lecz poinformować (ostrzec) zawodnika, że w przypadku powtórzenia się takiej sytuacji skok uznany zostanie za „nieważny”.

1. rzut piłką palantową

Rzut wykonuje się w dowolny sposób prawą lub lewą ręką, z miejsca lub 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 pół metra. Liczy się najlepszy rezultat. Pomiaru dokonuje się w linii prostopadłej do osi rzutu na niekorzyść zawodnika.

1. **Punktacja:**

Wyniki przelicza się na punkty wg lekkoatletycznych tabel punktowych.

Suma osiągniętych punktów za cztery konkurencje daje ostateczny rezultat każdego zawodnika.

Na wynik drużyny składają się końcowe rezultaty 5-ciu 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 I-III miejsce, o wyższej lokacie decyduje wynik najlepszego zawodnika.

### **LEKKOATLETYKA**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. Program zawodów:

Rocznik 2010-2011

- dziewczęta - 100,200, 300, 600, 1000 skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą (3 kg), sztafeta 4 x 100 m i olimpijska

- chłopcy - 100,200, 300, 600, 1000, skok w dal, skok wzwyż,

pchnięcie kulą (5 kg), sztafeta 4 x 100 m i olimpijska

1. Uczestnictwo:

Zawodnik /czka może brać udział w jednej konkurencji i w sztafecie.

Do jednej konkurencji można zgłosić maksimum 3 zawodników /czek.

Zawodnik /czka biegnący na 600 lub 1000m nie może uczestniczyć w sztafecie olimpijskiej na zmianie 800m.

1. Punktacja:

Współzawodniczą osobno dziewczęta i chłopcy. Suma punktów uzyskanych przez szkołę we wszystkich rocznikach – daje końcowy wynik danej szkoły.

Obowiązuje następująca punktacja:

I m miejsce 9 pkt

II m miejsce 7 pkt

III m miejsce 6 pkt

IV – V miejsce 5 pkt

VI – VII miejsce 4 pkt

VIII – IX miejsce 3 pkt

X – XI miejsce 2 pkt

XII i dalsze miejsce 1 pkt

Trzech pierwszych zawodników/czek w każdej konkurencji i dwie kolejne sztafety kwalifikują się do zawodów Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej.

##### V. GIMNASTYKA

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. Program:

Układ gimnastyczny dla dziewcząt i chłopców:

* ćwiczenia wolne;
* skoki – rozkroczny przez kozła (wysokość 90-110 m);
* ćwiczenia równoważne dla dziewcząt;
* ćwiczenia na drążku – wymyk do podporu przodem – dla chłopców;

1. Uczestnictwo:

Startują drużyny szkolne składające się z 8 (+1 rezerwowy/a) zawodników /czek (rocznik 2014-2017).

Zawodnik rezerwowy może wejść tylko w przypadku kontuzji (choroby) zawodnika podstawowego.

1. Sposób przeprowadzania ćwiczeń:

W zawodach szkolnych oceniać ćwiczenia może jedna osoba.

W zawodach gminnych, dzielnicowych minimum 2, a w zawodach finałowych minimum 3-ch sędziów.

Ostateczny wynik drużyny stanowi suma punktów z czterech konkurencji uzyskanych przez wszystkich członków.

**Układ ćwiczeń wolnych dziewcząt i chłopców na ścieżce akrobatycznej, filcu lub materacach.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr | Opis ćwiczenia | Wartość ćwicz. | Błędy wykonania | Potrącenia |
| 1. | Z PZ RR w górę, krok w przód i zamachem jednej nogi ST na RR (przy ścianie lub drabince – wytrzymać 3 sek. | 1,5 pkt. | Brak wytrzymania, NN i RR ugięte. | do 0,5 pkt. |
| 2. | Opust prosty, złączonych NN i łącznie wyprost T do PZ, RR w górę zewnątrz | 0,5 pkt. | NN ugięte | do 0,2 pkt. |
| 3. | Krążenie RR łukiem tylnym w dół i łącznie wyskok z ½ OBR do PZ, RR w górę zewnątrz | 0,5 pkt. | Zachwianie, NN ugięte | do 0,2 pkt. |
| 4. | Krok w przód i przerzut bokiem („gwiazda”) do rozkroku, RR w bok | 1,5 pkt. | Załamanie w biodrach, NN ugięte | do 0,5 pkt. |
| 5. | Krążenie P-L R łukiem zewnętrznym w dół z ¼ OBR do PZ, RR w górę zewnątrz |  |  |  |
| 6. | Z półprzysiadu przewrót w przód (chwilowy wyprost NN w kolanach, po odbiciu w fazie lotu) do przysiadu i łącznie wyprost T do PZ, RR w górę zewnątrz | 1,0 pkt. | NN ugięte | do 0,2 pkt. |
| 7. | Skłon T w przód (dłonie na podłożu) i przewrót w przód (NN proste, złączone) do leżenia tyłem, RR wzdłuż T | 1,0 pkt. | NN ugięte | do 0,5 pkt. |
| 8. | Ugięcie RR i NN – podpór łukiem leżąc tyłem („mostek”) 0 wytrzymać 3 sek. Równoczesne ugięcie RR i NN, przejście do leżenia tyłem, RR wzdłuż T | 1,5 pkt. | Brak wytrzymania, NN i RR ugięte | do 0,2 pkt. |
| 9. | Wznos T i przejście do siadu prostego i łączenie skłon T w przód z chwytem od zewnątrz za stopy – wytrzymać 3 sek. | 1,0 pkt. | Brak wytrzymania, NN ugięte, skłon niepełny | do 0,5 pkt. |
| 10. | Przewrót w tył do rozkroku podpartego | 0,5 pkt. | NN ugięte | do 0,2 pkt. |
| 11. | Podskokiem przysiad podparty; wyprost i wyskok w górę z wymachem RR do góry – w tył, NN („sprężynka”). Doskok do PZ, RR w górę zewnątrz. | 0,5 pkt. | NN gięte, brak ustania | do 0,2 pkt. |

ocena wyjściowa - 9,5 pkt.

premia - 0,5 pkt.

- 10, 0 pkt.

Wykaz skrótów:

T - tułów

L-P - lewa, prawa

PZ - postawa zasadnicza

NN - nogi

RR - ręce

OBR - obrót

ST na RR - stanie na rękach

UWAGI:

Ćwiczenie powinno być wykonane ściśle z opisem, płynnie, obszernie i estetycznie pozycje statyczne (ST na RR „mostek”, skłon T w przód) powinny być wytrzymane 3 sek. Zezwala się na dowolną interpretację ruchów RR i NN i szczegółów połączeń głównych elementów nie ujętych opisem. Za mistrzowskie wykonanie ćwiczenia dodaje się premie – 0,5 pkt.

**Ćwiczenia równoważne na ławeczce (dziewczęta)**

ławeczka gimnastyczna dł. 4 m, szer. 25 cm

UWAGI:

Ćwiczenie powinno być wykonane ściśle z opisem, płynnie, obszernie i estetycznie pozycje statyczne (ST na RR „mostek”, skłon T w przód) powinny być wytrzymane 2-3 sek. Zezwala się na dowolną interpretację ruchów RR i NN i szczegółów połączeń głównych elementów nie ujętych opisem.

Za mistrzowskie wykonanie ćwiczenia dodaje się premie – 0,5 pkt.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr | Opis ćwiczenia | Wartość ćwicz. | Błędy wykonania | Potrącenia |
| 1. | Wejście na początek ławeczki do pozycji równoważnej na 1 N, druga N prosta w tył O wytrzymać 2-3 sek. | 1,5 pkt. | Brak wytrzymania, NN i RR ugięte. | do 0,5 pkt. |
| 2. | 4 kroki w przód z pogłębieniem, RR w bok | 1,0 pkt. | Zachwianie | do 0,5 pkt. |
| 3. | Wspięcie na palce obunóż i obrót o 180 | 2,0 pkt. | Zachwianie | do 0,2 pkt. |
| 4. | Stanie równoważne na 1 N, druga N ugięta w przód, ręka przeciwna w przód, druga w bok – wytrzymać 2-3 sek. | 1,0 pkt. | Brak wytrzymania , zachwianie | do 0,5 pkt. |
| 5. | 2-3 kroki w tył | 1,0 pkt. | Zachwianie | do 0,2 pkt. |
| 6. | Przysiad, obrót w przysiadzie 180 | 2,0 pkt. | Zachwianie | do 0,2 pkt. |
| 7. | Zeskok w bok do PZ (w fazie lotu przed doskokiem – zamach NN i RR w tył) | 1,0 pkt. | Zeskok niski, brak ustania, brak wytrzymania, NN RR ugięte | do 0,3 pkt.  do 0,5 pkt. |

ocena wyjściowa - 9,5 pkt.

premia - 0,5 pkt.

- 10,0 pkt.

**Skok rozkroczny przez kozła (dziewczęta i chłopcy)**

- skok rozkroczny przez kozła wzdłuż wysokości 90-110 cm;

- wykonuje się dwa skoki, ocena ostateczna za skok lepszy;

- zezwala się na użycie dwóch odskoczni.

Ocena skoku:

- skok wykonany w pozycji stojącej - do 8,0 pkt. (minus błędy wykonane)

- skok wykonany z zamachem NN - do 9,0 pkt. (minus błędy wykonane)

(stopy na wysokości bioder)

- skok wykonany z zamachem NN - do 10,0 pkt. (minus błędy wykonane)

(stopy powyżej bioder)

Błędy wykonania:

- brak wyprostu (w biodrach) po odbiciu z RR za kozłem (lot i doskok w załamaniu) - kara do 1,0 pkt.

- brak lub złe odbicie z odskoczni - kara do 0,5 pkt.

- NN ugięte w całym skoku - kara do 0,5 pkt.,

**Drążek – wymyk do podporu przodem (chłopcy)**

- drążek przyścienny lub zawieszony na drabince

Ocena ćwiczenia:

- wykonanie ćwiczenia siłą (bez odbicia z NN – z pełnego zwisu) o NN prostych - do 10,0 pkt.

- wykonanie ćwiczenia siłą (bez odbicia z NN – z pełnego zwisu) o NN ugiętych - do 9,5 pkt.

wykonanie ćwiczenia z odbicia z NN prostych - do 8,0 pkt.

- wykonanie ćwiczenia z odbicia z NN ugiętych - do 7,5 pkt.

Błędy wykonania i uwagi:

- ćwiczenie powinno być zakończone w podporze przodem o RR prostych(wytrzymać 3 sek.)

- brak podporu przodem i wytrzymania - kara do 1,0 pkt.

- po wykonaniu ćwiczenia dozwolone jest dowolne zejście

z przyrządu tj. odmyk lub zeskok w tył

- pomoc przy ćwiczeniu powoduje nie zaliczenie całości ćwiczenia - ocena 0,0 pkt

##### DRUŻYNOWE I INDYWIDUALNE ZAWODY W PŁYWANIU

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. **Program:**

**Kategoria „dzieci”**

Rocznik 2012-2015 :

**-** sztafeta 6 x 25 m stylem dowolnym dziewcząt – 2 uczniów – rocznik 2012: 2 – r. 2013: 2 – r. 2014 i mł.

-sztafeta 6 x 25 m stylem dowolnym chłopców – 2 uczniów – rocznik 2012: 2 – r. 2013: 2 – r. 2014 i mł.

Po płytkiej stronie basenu obowiązuje start z wody z odbicia od ściany (nie wolno skakać do wody).

- indywidualne:

25 m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców – rocznik 2014 i mł.

25 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2014 i mł.

25 m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców – rocznik 2014 i mł.

50 m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców – rocznik 2013

50 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2013

50 m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców – rocznik 2013

50 m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców – rocznik 2012

1. m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2012

50 m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców – rocznik 2012

**Kategoria „młodzież”**

Rocznik 2010-2011:

- sztafeta 6 x 50 m stylem dowolnym dziewcząt

- sztafeta 6 x 50 m stylem dowolnym chłopców.

- indywidualne:

50 m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców – rocznik 2011

50 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2011

50 m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców – rocznik 2011

50 m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców – rocznik 2010

1. m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2010

50 m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców – rocznik 2010

1. **Uczestnictwo:**

W zawodach dzieci startują uczniowie jednej szkoły urodzeni w 2012r. i młodsi, w zawodach młodzieży – uczniowie jednej szkoły urodzeni w latach 2010 - 2011

Zawodnik może brać udział w jednej konkurencji + sztafeta

Sztafeta 6x25 m stylem dowolnym – po 2 zawodników z każdego rocznika od 2012 do 2014.

W konkurencjach indywidualnych młodzieży (2010-2011) startuje po 2 zawodników w każdym stylu.

Sztafeta 6x25m stylem dowolnym – 6 zawodników z danej szkoły.

1. Sposób przeprowadzenia zawodów:

* zawody zostaną przeprowadzone seriami na czas;
* start do wyścigu sztafetowego następuje po gwizdku sędziego, skokiem dowolnym ze słupka startowego; start do kolejnego odcinka od strony płytkiej basenu następuje z wody;
* kolejni zawodnicy/czki rozpoczynają swój odcinek sztafety dopiero po uprzednim dotknięciu ściany przez zawodnika kończącego swój odcinek;
* przedwczesny start karany jest 5-ma dodatkowymi sekundami doliczanymi do osiągniętego czasu..

1. Punktacja:

Szkoły otrzymują puchary i medale, dyplomy za miejsca sztafet. W konkurencjach indywidualnych zawodnicy otrzymują medale

Medale w konkurencjach indywidualnych nie są wliczane do klasyfikacji medalowej WOM

##### TENIS STOŁOWY

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. **Uczestnictwo:**

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

Dzieci – rocznik 2012 i młodsi – szkoły podstawowe

Młodzież – rocznik 2010-2011 – szkoły podstawowe

* Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w 2012 i młodsi (dzieci) lub 2010-2011 (młodzież) . Zespół liczy:

- 2 dziewczynki + 1 rezerwowa,

- 2 chłopców + 1 rezerwowy,

* - obowiązuje ten sam skład przez cały turniej.

1. **Sposób przeprowadzenia zawodów**

* Kolejność gier:

I rzut II rzut III rzut

A – X A – Y

Gra podwójna

B – Y B – X

* W fazie grupowej rozgrywamy wszystkie pięć gier w meczu, natomiast w fazie pucharowej trzeci punkt kończy mecz (np. 3:0, 3:1)
* Gry rozgrywane są do dwóch wygranych Sety gra się do 11 pkt (bez prawa podwyższania). W przypadku trzeciego seta zmiana stron przy 6 punkcie.
* Zawodnik rezerwowy może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym.
* W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną a zawodnik rezerwowy od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.
* Zawodnik rezerwowy może występować w danym meczu tylko w grze podwójnej, a w kolejnym meczu może być zawodnikiem podstawowym.
* System wyłaniania mistrza uzależniony jest od liczby uczestniczących drużyn.

1. **BADMINTON DRUŻYNOWY**

**Badminton**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. **Uczestnictwo:**

* W zawodach biorą udział (osobno) drużyny dziewcząt i chłopców w trzech kategoriach wiekowych:

- rocznik 2012 i młodsi (dzieci)

- rocznik 2010-2011 (młodzież)

- rocznik 2005 i młodsi (licealiada)

* Drużyny składają się z max. trzech dziewcząt lub trzech chłopców. Trzeci zawodnik/czka może być wystawiony w grze podwójnej w danym meczu.

**II. Sposób przeprowadzenia zawodów:**

* Kolejność gier:

I rzut II rzut III rzut

A – X A – Y

Gra podwójna

B – Y B – X

* Zawodnik, który rozpoczął grę, musi ją dokończyć. Mecz składa się z dwóch gier singlowych i jednej gry podwójnej.
* Zawody finałowe rozgrywane są systemem pucharowym do dwóch przegranych.
* Mecz rozgrywany jest do dwóch wygranych pojedynków.
* Pojedynek rozgrywany jest do dwóch wygranych setów.
* Sety rozgrywane są do 11 pkt (bez prawa podwyższania)
* Zawody przeprowadzone zostaną zgodnie z ogólnym regulaminem WOM i przepisami Polskiego Związku Badmintona.

1. **SZACHY** ( w kategorii dzieci i młodzieży)

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

**1. Uczestnictwo**

* - drużynę stanowią:

dzieci - uczniowie jednej szkoły podstawowej, rocznik 2012 i młodsi.

* młodzież - uczniowie jednej szkoły podstawowej, rocznik 2010-2011
* drużyna składa się z 4 osób:

- I szachownica - chłopiec lub dziewczyna

- II szachownica - chłopiec lub dziewczyna

- III szachownica - chłopiec lub dziewczyna

- IV szachownica - dziewczyna,

* skład drużyny obowiązuje przez cały turniej.
* w zawodach obowiązują przepisy FIDE i PZSzach.
* do ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu upoważniony jest sędzia główny, którego decyzje są ostateczne.
* zaleca się wprowadzenie na każdym etapie rozgrywek kojarzenia komputerowego systemem ChessArbiter.

2. System rozgrywek

* + - * zaleca się prowadzenie zawodów systemem szwajcarskim kontrolowanym na dystansie 7-9 rund
      * tempo gry:

- w przypadku posiadania zegarów elektronicznych 10 – 15 min. na partię dla zawodnika.

1. Punktacja

* Kolejność miejsc w zawodach będzie ustalona na podstawie sumy punktów małych zdobytych na wszystkich szachownicach (wygrana 1p., remis 0,5p., przegrana- 0p.), a przy ich równości decydują kolejno:
* liczby zdobytych dużych punktów (tzw. meczowych): wygranie meczu - 2 p., remis – 1 p., przegrana - 0 p,
* wynik bezpośredniego spotkania,
* wartościowanie pełne Buchholza,
* lepszy wynik na pierwszej, ewentualnie kolejnych szachownicach.

**ZESPOŁOWE GRY SPORTOWE**

### **PROGRAM**

1. Mini gry dla grupy dzieci – rocznik 2012 i młodsi:

* koszykówka dziewcząt i chłopców;

- piłka nożna (6-tki) dziewcząt i chłopców

* piłka ręczna dziewcząt i chłopców
* piłka siatkowa (4-ki) dziewcząt i chłopców
* unihokej dziewcząt i chłopców

1. Zespołowe gry sportowe (duże)

młodzieży – rocznik 2010-2011; licealiada – 2005 i młodsi

* koszykówka dziewcząt i chłopców
* piłka nożna - 6-tki dziewcząt i chłopców
* piłka ręczna dziewcząt i chłopców
* piłka siatkowa dziewcząt i chłopców
* unihokej dziewcząt i chłopców
* ringo ( zespół mieszany )

**UCZESTNICTWO:**

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

* koszykówka 12 zawodników /czek
* piłka nożna 10 zawodników/czek
* piłka ręczna 14 zawodników /czek
* piłka siatkowa 4-ki 10 zawodników /czek
* piłka siatkowa 12 zawodników /czek
* unihokej 9 zawodników/czek (dzieci)

12 zawodników/czek (młodzież)

UWAGA:

Rocznik początkowy w poszczególnych kategoriach wiekowych musi odpowiadać rocznikowi ustawowemu danej klasy.

W meczach finałowych rozgrywanych systemem pucharowym w przypadku remisu zarządza się dogrywkę a gdy ta nie daje rozstrzygnięcia należy zastosować rzuty karne /dotyczy p. ręcznej, nożnej i unihokeja/.

* **W piłce nożnej, unihokeju o kolejności w rozgrywkach grupowych decydują kolejno:**

1. Większa liczba zdobytych punktów,
2. Jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
   1. większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
   2. korzystniejsza różnica bramek z zawodów pomiędzy

zainteresowanymi zespołami,

* 1. większa liczba zdobytych bramek z zawodów pomiędzy

zainteresowanymi zespołami,

* 1. korzystniejsza różnica bramek w całym turnieju,
  2. większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju.
  3. rzuty karne po meczach remisowych granych w grupie
* **W piłce siatkowej o kolejności w rozgrywkach grupowych decydują kolejno:**

1. Większa liczba zdobytych punktów,
2. Jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
   1. większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
   2. lepszy stosunek setów zdobytych do straconych pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
   3. lepszy stosunek małych punktów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
   4. wynik bezpośredniego spotkania.

* **W koszykówce o kolejności w rozgrywkach grupowych decydują kolejno:**

1.  większa liczba zdobytych punktów  
2.  jeżeli dwie (2) lub więcej drużyn ma równą liczbę punktów po rozegraniu wszystkich meczów w danej grupie, to o kolejności miejsc decyduje (-ą) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi druż[y](https://poczta.wp.pl/d692/listHTML.html?&zalf=Nowe&wid=100285&p=2&o2=3622&t=TEXT&st=HTML&ct=UVVPVEVELVBSSU5UQUJMRQ==&cs=dXRmLTg=&nowa=1&ifhck=1)nami.  Jeżeli liczba punktów w meczach pomiędzy tymi drużynami wciąż jest taka sama, klasyfikację ustala się według poniższych zasad, w następującej kolejności:   
a.    decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami.  
b.    decyduje większa liczba koszy zdobytych w meczach pomiędzy zainteresowanymi  drużynami.  
c.    decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych we wszystkich meczach w danej grupie.  
d.    decyduje większa liczba koszy zdobytych we wszystkich meczach w danej grupie.

Jeżeli powyższe zasady w dalszym ciągu nie dają rozstrzygnięcia, klasyfikację końcową ustala się w drodze losowania.

3. Jeżeli jedna (1)  lub  więcej  drużyn  zostaje  sklasyfikowanych na  którymkolwiek  etapie zasad  podanych powyżej,  to  procedury  z punktu 2 stosuje się ponownie w stosunku do pozostałych  niesklasyfikowanych drużyn.

* **W piłce ręcznej** **o kolejności w rozgrywkach grupowych decydują kolejno**

1) większa liczba zdobytych punktów;

2) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:

a) większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

b) większa dodatnia różnica bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

c) większa liczba zdobytych bramek w zawodach pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

d) większa dodatnia (mniejsza ujemna) różnica bramek ze wszystkich zawodów;

e) większa liczba zdobytych bramek we wszystkich zawodach;

g) losowanie.

3. W meczach kończących się w podstawowym czasie gry remisem zarządza się serie rzutów karnych (po 3 rzuty), które wyłonią zwycięzcę zawodów. (Zgodnie z przepisami ZPRP nie mogą w rzutach karnych uczestniczyć zawodnicy wcześniej wykluczeni lub zdyskwalifikowani w danym meczu).Rzuty karne po regulaminowym czasie gry służą jedynie wyłonieniu zwycięzcy i nie są zaliczane do wyniku meczu oraz statystyk indywidualnych.

**UWAGA – czas oczekiwania na drużynę – 15 minut od planowanej godziny rozpoczęcia meczu. Po tym czasie – walkower.**

**PRZEPISY SZCZEGÓŁOWE MINI GIER (dzieci):**

1. **KOSZYKÓWKA:**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. **Uczestnictwo**

* drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2012 i młodsi.
* zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
* zespół liczy maxymalnie 12 zawodników/czek.

1. **Przepisy gry**

* czas gry: 4 x 6 minut.
* - piłka: numer „5”.
* - mecze powinny być rozgrywane na koszach zawieszonych na wysokości **305** cm. Odległość linii rzutów wolnych od tablicy wynosi 4 m. (linia przerywana koła od strony kosza).
* - nie wyznacza się linii rzutów za 3 pkt.
* - zespół I i II kwartę gra innymi piątkami. Zawodnicy biorący udział w I kwarcie nie mogą grać w II kwarcie. W III i IV kwarcie obowiązuje dowolność zmian. W przypadku, gdy zespół liczy 11 lub 12 zawodników zawodnicy ci są odpowiednio zawodnikami pierwszej i ew. drugiej piątki i mogą zostać zmienieni w pierwszej i drugiej kwarcie za dowolnego zawodnika występującego w tej kwarcie
* - gdy zespół składa się z 10 zawodników – zespół kończy grać kwartę w składzie 3-4 osobowym.
* **obowiązuje**:

1. krycie “każdy swego” (zakaz gry obroną strefową),
2. przepis dotyczący błędu „połowy” (powrót piłki na pole obrony),
3. przepis dotyczący błędu 3 sekund,
4. przepis dotyczący błędu 5 sekund.

e. Przepis dotyczący błędu 8 sekund.

* w przypadku remisu zarządza się 3 minutowe dogrywki.
* w wypadku nieprzestrzegania przepisu obrony „każdy swego” i po zwróceniu uwagi trenerowi, sędzia ma obowiązek przerwać grę - bez orzekania faula technicznego i zarządzić wykonanie jednego rzutu wolnego przez dowolnego zawodnika drużyny ataku, a następnie wręczyć piłkę drużynie ataku do wprowadzenia jej do gry z przedłużenia linii środkowej naprzeciw stolika sędziowskiego,
* 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.
  + 1. **Punktacja**  
       Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane 1 punkt, za walkower 0 punktów.  
       O kolejności zespołów decydują kolejno:  
       1.  większa liczba zdobytych punktów  
       2.  jeżeli dwie (2) lub więcej drużyn ma równą liczbę punktów po rozegraniu wszystkich meczów w danej grupie, to o kolejności miejsc decyduje (-ą) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi druż[y](https://poczta.wp.pl/d692/listHTML.html?&zalf=Nowe&wid=100285&p=2&o2=3622&t=TEXT&st=HTML&ct=UVVPVEVELVBSSU5UQUJMRQ==&cs=dXRmLTg=&nowa=1&ifhck=1)nami.  Jeżeli liczba punktów w meczach pomiędzy tymi drużynami wciąż jest taka sama, klasyfikację ustala się według poniższych zasad, w następującej kolejności:   
       a.    decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami.  
       b.    decyduje większa liczba koszy zdobytych w meczach pomiędzy zainteresowanymi  drużynami.  
       c.    decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych we wszystkich meczach w danej grupie.  
       d.    decyduje większa liczba koszy zdobytych we wszystkich meczach w danej grupie.

Jeżeli powyższe zasady w dalszym ciągu nie dają rozstrzygnięcia, klasyfikację końcową ustala się w drodze losowania.

3. Jeżeli jedna (1)  lub  więcej  drużyn  zostaje  sklasyfikowanych na  którymkolwiek  etapie zasad  podanych powyżej,  to  procedury  z punktu 2 stosuje się ponownie w stosunku do pozostałych  niesklasyfikowanych drużyn.

1. **PIŁKA SIATKOWA – 4-ki:**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. **Uczestnictwo**

* - drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2012 i młodsi.
* zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
* - w skład zespołu wchodzi 10 zawodników (w całym turnieju)

1. **Przepisy gry**

* wymiary boiska:14 m x 7 m, na boisku nie wyznacza się linii ataku (3 m od siatki)
* wysokość siatki 215 cm dziewczęta, 224 cm chłopcy
* obowiązuje rozmiar piłki nr 5
* gra się do dwóch wygranych setów. Sety rozgrywane są do 25 punktów. Ewentualny 3 set decydujący rozgrywany jest do 15 punktów.
* 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.
* 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,
* zawodnik zagrywający jest zawodnikiem obrony. Zawodnik linii obrony nie może przebijać na stronę przeciwnika piłki znajdującej się powyżej górnej krawędzi siatki
* 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).
* w momencie uderzenia piłki przez zagrywającego, każdy zespół musi znajdować się na własnej stronie boiska, ustawiony zgodnie z porządkiem rotacji ( z wyjątkiem zawodnika zagrywającego)

**Uwaga:**

**Zgodnie z Regulaminem Polskiego Związku Piłki Siatkowej w turnieju przeprowadzanym w ramach Igrzysk Młodzieży Szkolnej w którym startuje więcej niż 4 drużyny, w którym drużyny rozgrywają więcej niż 4 mecze dziennie gra się do dwóch wygranych setów. Sety rozgrywane są do 11 punktów. Ewentualny 3 set decydujący rozgrywany jest do 7 punktów**

1. **Punktacja**

* Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane - 1 punkt, za walkower 0 punktów.
* kolejności zespołów decydują kolejno:

1. większa liczba zdobytych punktów

2. jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:

* większa liczba zwycięstw,
* większy stosunek setów,
* większy stosunek „małych” punktów,
* wynik bezpośrednich spotkań (kolejno - punkty, sety, „małe punkty”).

1. **PIŁKA RĘCZNA:**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. **Uczestnictwo**

* drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2012

i młodsi.

* zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
* zespół liczy do 14 zawodników

1. **Przepisy gry:**

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami ZPRP z ułatwieniami:

* na boisku może znajdować się łącznie z bramkarzem 7 zawodników;
* czas gry: 2 x 12 i 5 minut przerwy;
* drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu.
* dowolny system ustawienia obrony podczas całego meczu
* zmiany zawodników możliwe są w dowolnym momencie meczu
* obowiązuje kategoryczny zakaz używania środków klejących piłkę.
* czas wykluczenia zawodnika 1 min.
* piłka: nr „1” dla dziewcząt, i chłopców

1. **Punktacja:**

1) 3 pkt. za zwycięstwo w regulaminowym czasie gry  
2) 2 pkt. - za zwycięstwo po rzutach karnych,  
3) 1 pkt. - za porażkę po rzutach karnych,  
4) 0 pkt - za porażkę w regulaminowym czasie gry.

O kolejności miejsc decyduje:

1) większa liczba zdobytych punktów;

2) jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:

a) większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

b) większa dodatnia różnica bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

c) większa liczba zdobytych bramek w zawodach pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

d) większa dodatnia (mniejsza ujemna) różnica bramek ze wszystkich zawodów;

e) większa liczba zdobytych bramek we wszystkich zawodach;

f) losowanie.

3. W meczach kończących się w podstawowym czasie gry remisem zarządza się serie rzutów karnych (po 3 rzuty), które wyłonią zwycięzcę zawodów. (Zgodnie z przepisami ZPRP nie mogą w rzutach karnych uczestniczyć zawodnicy wcześniej wykluczeni lub zdyskwalifikowani w danym meczu).Rzuty karne po regulaminowym czasie gry służą jedynie wyłonieniu zwycięzcy i nie są zaliczane do wyniku meczu oraz statystyk indywidualnych.

1. **PIŁKA NOŻNA:**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

* + - 1. **Uczestnictwo**
* drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2012 i młodsi.
* zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
* zespół liczy do 10 zawodników
  + - 1. **Przepisy gry**

1. zespół składa się z 5 zawodników w polu + bramkarz,
2. zawody powinny być rozgrywane na boisku o nawierzchni trawiastej o wymiarach szerokość,
3. 20 – 32 m długość 40 – 56 m,
4. bramki: 5 x 2 m, dopuszcza się na niższych szczeblach – na poziomie dzielnic bramki 3 x 2 m.,
5. czas gry: 2 x 15 - 20 minut + do 5 minut przerwa,
6. obuwie: typu adidas, korki lane, obowiązkowe nagolenniki
7. piłka: numer „4”,
8. pole karne: prostokąt o wymiarach 7 x 15 m ( w przypadku o wymiarach boiska 20 x 40 m, pole karne wyznacza półłuk o promieniu 6 m (pole ja w piłce ręcznej),
9. bramkarz może chwytać piłkę rękami tylko w polu karnym,
10. gra bez “spalonego”,
11. zmiany hokejowe (błędy będą karane jak w piłce ręcznej: strata piłki, wykluczenie, rzut karny z 7 m /przy bramkach 3 x 2 m/ lub 9 m /przy bramkach 5 x2 m/,- za złą zmianę bramkarza – rzut karny,
12. bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy boiska,
13. piłka z rzutu od bramki nie może bezpośrednio przekroczyć linii środkowej,
14. jeżeli piłka z rzutu od bramki przekroczy bezpośrednio linię środkową to drużyna, która nie popełniła przewinienia wykonuje rzut wolny pośredni z linii środkowej boiska. W tym przypadku nie obowiązuje przepis o „prawie korzyści”,
15. Podczas wykonywania stałych fragmentów gry zawodnicy drużyny przeciwnej musza znajdować się przynajmniej w odległości 5 m od piłki.

- stosowane będą kary wychowawcze: 2 min., 5 min. i dyskwalifikacja (wykluczenie z meczu).

1. **Punktacja**

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

O kolejności zespołów decydują kolejno:

1. większa liczba zdobytych punktów,

2. jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:

a- większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami,

b- korzystniejsza różnica bramek z zawodów pomiędzy

zainteresowanymi zespołami,

c- większa liczba zdobytych bramek z zawodów pomiędzy

zainteresowanymi zespołami,

d- korzystniejsza różnica bramek w całym turnieju,

e- większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju.

f- rzuty karne po meczach remisowych granych w grupie

3. jeżeli powyższe punkty nie przyniosą rozstrzygnięcia należy przeprowadzić rzuty karne między zainteresowanymi zespołami

W meczach, które muszą wyłonić zwycięzcę, w przypadku remisu, przeprowadza się dogrywkę trwająca 2 x 5 minut i gra się do „złotej bramki". Następnie rzuty karne strzelane najpierw po 5, potem po razie do skutku.

1. **UNIHOKEJ**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

**1.Uczestnictwo**

* drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2012 i młodsi.
* zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
* zespół składa się makymalnie z 9 zawodników/czek – 3 na boisku + bramkarz i 5 rezerwowych. W zawodach ogólnopolskich dopuszcza się maksymalnie 12 zawodników/czek

**2.Przepisy gry**

Zawody rozgrywane są zgodnie z niniejszym regulaminem. Pozostałe zasady nie określone w regulaminie – zgodnie z przepisami PZU.

Czas gry 3 x 5-10 minut + 1 – 2 minuty przerwy (w zależności od ilości drużyn).

Ostatnia minuta meczu jest zatrzymywana na każdy gwizdek sędziego.

Bramki 160 cm x 115 cm (dopuszcza się bramki klubowe 140 cm x 105 cm).

Pole bramkowe: szerokość 5 m, długość 4 m.

Pole przedbramkowe: szerokość 2,5 m, długość 1 m (linia bramkowa znajduje się 3,5 od linii końcowej boiska)

* Boisko o wymiarach: 24m x 12m. Dopuszcza się boisko o mniejszych wymiarach 22m x 11m i 20m x 10m,w zależności od wielkości hali sportowej organizatora).

**3.Punktacja:**

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

* O kolejności zespołów decydują kolejno:

1. większa liczba zdobytych punktów

2. jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:

* 1. większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
  2. korzystniejsza różnica bramek z zawodów pomiędzy

zainteresowanymi zespołami,

* 1. większa liczba zdobytych bramek z zawodów pomiędzy

zainteresowanymi zespołami,

* 1. korzystniejsza różnica bramek w całym turnieju,
  2. większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju.
  3. rzuty karne po meczach remisowych granych w grupie

**PRZEPISY SZCZEGÓŁOWE GIER „DUŻYCH”:**

**(Kategorie „ młodzież” i „licealiada)**

**I. KOSZYKÓWKA:**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

MŁODZIEŻ (rocznik 2009-2010)

LICEALIADA (rocznik 2005 i młodsi)

###### Uczestnictwo

- drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły rocznik 2010– 2011 – młodzież lub 2005 i młodsi - licealiada.

- zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców

- zespół liczy do 12 zawodników.

* 1. **Przepisy gry**
* czas gry: 4 x 8-10 minut z przerwami między I i II kwartą 2 min., a między II i III kwartą 10 min., a między III i IV 2 minuty.
* w razie remisu zarządza się 5 minutowe dogrywki.
* czas akcji – 24 sekundy. Piłkę trzeba wprowadzić na pole przeciwnika w ciągu 8 sekund.
* w przypadku rozgrywania turnieju 4x8 minut - rzuty wolne są wykonywane za każdy faul obrońców po czwartym faulu drużyny w każdej kwarcie drużyna podlega karze (rzuty wolne) za faule drużyny, kiedy popełniła cztery (4) faule w kwarcie meczu. W przypadku gry 4x10 minut rzuty wolne po piątym faulu drużyny.
* nowe 14 sekund zostają przyznane, gdy piłka dotyka obręczy po zbiórce w ataku.
* rzuty wolne są wykonywane za każdy faul obrońców po czwartym faulu drużyny w każdej kwarcie
* w każdej kwarcie zespół ma prawo do 1-minutowej przerwy. W czwartej kwarcie dodatkowo jeszcze jedną.
* rozgrywki dziewcząt odbywać się będą piłką nr 6, chłopców piłka nr 7
  1. **Punktacja**

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegrane 1 punkt, za walkower 0 punktów.  
O kolejności zespołów decydują kolejno:  
1.  większa liczba zdobytych punktów  
2.  jeżeli dwie (2) lub więcej drużyn ma równą liczbę punktów po rozegraniu wszystkich meczów w danej grupie, to o kolejności miejsc decyduje (-ą) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi druż[y](https://poczta.wp.pl/d692/listHTML.html?&zalf=Nowe&wid=100285&p=2&o2=3622&t=TEXT&st=HTML&ct=UVVPVEVELVBSSU5UQUJMRQ==&cs=dXRmLTg=&nowa=1&ifhck=1)nami.  Jeżeli liczba punktów w meczach pomiędzy tymi drużynami wciąż jest taka sama, klasyfikację ustala się według poniższych zasad, w następującej kolejności:   
a.    decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami.  
b.    decyduje większa liczba koszy zdobytych w meczach pomiędzy zainteresowanymi  drużynami.  
c.    decyduje większa różnica koszy zdobytych do straconych we wszystkich meczach w danej grupie.  
d.    decyduje większa liczba koszy zdobytych we wszystkich meczach w danej grupie.

Jeżeli powyższe zasady w dalszym ciągu nie dają rozstrzygnięcia, klasyfikację końcową ustala się w drodze losowania.

* 1. Jeżeli jedna (1)  lub  więcej  drużyn  zostaje  sklasyfikowanych na  którymkolwiek  etapie zasad  podanych powyżej,  to  procedury  z punktu 2 stosuje się ponownie w stosunku do pozostałych  niesklasyfikowanych drużyn

1. **PIŁKA NOŻNA:**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

MŁODZIEŻ (rocznik 2010-2011)

LICEALIADA (rocznik 2005 i młodsi

1. **Uczestnictwo**

* - drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły rocznik 2010 – 2011 – młodzież, lub 2005 i młodsi – licealiada
* - zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
* zespół liczy do 10 zawodników

**2. Przepisy gry:**

1. zespół składa się z 5 zawodników w polu + bramkarz,

2. zawody powinny być rozgrywane na boisku o nawierzchni trawiastej o wymiarach szerokość

20 – 32 m długość 40 – 56 m, bramki: 5 x 2 m, dopuszcza się na niższych szczeblach bramki

3 x 2 m.,

3. czas gry: 2 x 10 - 20 minut + do 5 minut przerwa,

4. obuwie: miękkie – trampki, tzw. korkotrampki, tzw. Lanki oraz obowiązkowo nagolenniki.

5. piłka: numer „5”,

6. pole karne: prostokąt o wymiarach 7 x 15 m (w przypadku o wymiarach boiska 20 x 40 m,

pole bramkowe wyznacza półłuk o promieniu 6 m (pole jak w piłce ręcznej),

7. bramkarz może chwytać piłkę rękami tylko w polu karnym,

8. gra bez “spalonego”,

9. zmiany hokejowe (błędy będą karane w następujący sposób: strata piłki),

10. rzut karny z 7 m przy bramkach 3 x 2 m lub 9 m przy bramkach 5 x 2 m,

11. rzut od bramki wybijany jest z tzw. „piątki” (czyli z piłki nieruchomo stojącej na ziemi w obrębie

pola karnego).

12. rzut od bramki wybijany jest z „piątki” tylko w obrębie własnej połowy (piłka musi dotknąć

podłoża na własnej połowie),

13. bramkarz po chwycie piłki z akcji wprowadza piłkę tylko w obrębie własnej połowy, piłka

wprowadzona do gry przez bramkarza nie może przekroczyć linii środkowej boiska,

14. za złe wprowadzenie przez bramkarza przyznaje się drużynie przeciwnej rzut wolny pośredni,

wykonywany z linii środkowej boiska z miejsca jej przekroczenia; w tym przypadku nie

obowiązuje przepis o „prawie korzyści”,

15. rozpoczęcie i wznowienie gry ze środka boiska traktowane jest jako rzut wolny pośredni,

16. piłka z rozpoczęcia/wznowienia gry może zostać zagrana do tyłu,

17. rzut wolny: bramkę bezpośrednio można zdobyć tylko z połowy przeciwnika,

18. podczas wykonywania stałych fragmentów gry zawodnicy drużyny przeciwnej musza znajdować

się przynajmniej w odległości 5 m od piłki,

19. Stosuje się następujące kary dyscyplinarne:

• pierwsze czasowe wykluczenie zawodnika z gry na 2 minuty,

• drugie czasowe wykluczenie zawodnika z gry na 2 minuty,

• czerwona kartka – wykluczenie zawodnika z gry do końca danego spotkania. Oznacza to, że

zawodnik winien być wykluczony z powodu trzeciej dwuminutowej kary.

• Za naprawdę poważne przewinienia (np. poważny rażący faul, gwałtowne agresywne

zachowanie, oplucie przeciwnika/innej osoby, używanie ordynarnego, obelżywego,

obraźliwego języka/gestów) sędzia winien od razu stosować karę wykluczenia

• Sędzia zaczyna mierzenie czasu trwania kary wychowawczej od momentu wznowienia.

1. **Punktacja**

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

O kolejności miejsc decyduje liczba zdobytych punktów. Przy równej liczbie punktów decyduje kolejno:

a- większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami,

b- korzystniejsza różnica bramek z zawodów pomiędzy

zainteresowanymi zespołami,

c- większa liczba zdobytych bramek z zawodów pomiędzy

zainteresowanymi zespołami,

d- korzystniejsza różnica bramek w całym turnieju,

e- większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju.

f- rzuty karne po meczach remisowych granych w grupie

W meczach, które muszą wyłonić zwycięzcę, w przypadku remisu, przeprowadza się dogrywkę

trwająca 2 x 5 minut i gra się do „złotej bramki". Następnie rzuty karne strzelane najpierw po 5,

potem po razie do skutku.

1. **PIŁKA RĘCZNA**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

MŁODZIEŻ (rocznik 2010-2011)

LICEALIADA (rocznik 2005 i młodsi

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

###### 

* + 1. **Uczestnictwo**
* - drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły rocznik 2010 – 2011 – młodzież lub 2005 i młodsi – licealiada
* - zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
* - zespół liczy do 14 zawodników
  + 1. **Przepisy gry**
* czas gry: 2 x 20 minut + 5 minut przerwy.
* obowiązują rozmiary piłki:
* -młodzież: nr 1 (50-52 cm) – dziewczęta; nr 2 ( 54-56)- chłopcy
* -licealiada: nr 2 ( 54-56)- dziewczęta, nr 3 (58-60)-chłopcy
* przy większej liczbie spotkań dziennie zaleca się skracanie czasu gry.
* dowolny system ustawienia obrony podczas całego meczu.
* zmieniony jest przepis dotyczący zmian; zmiany zawodników możliwe są w dowolnym momencie meczu, a nie tylko wtedy, gdy drużyna zmieniająca zawodnika jest w posiadaniu piłki
* drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu.
* zakaz używania kleju.
  + 1. **Punktacja**

1) 3 pkt. za zwycięstwo w regulaminowym czasie gry  
2) 2 pkt. - za zwycięstwo po rzutach karnych,  
3) 1 pkt. - za porażkę po rzutach karnych,  
4) 0 pkt. - za porażkę w regulaminowym czasie gry.

O kolejności zespołów decydują kolejno:

1. większa liczba zdobytych punktów;
2. jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:

a) większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

b) większa dodatnia różnica bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

c) większa liczba zdobytych bramek w zawodach pomiędzy zainteresowanymi drużynami;

d) większa dodatnia (mniejsza ujemna) różnica bramek ze wszystkich zawodów;

e) większa liczba zdobytych bramek we wszystkich zawodach;

g) losowanie.

3) W meczach kończących się w podstawowym czasie gry remisem zarządza się serie rzutów karnych (po 3 rzuty), które wyłonią zwycięzcę zawodów. (Zgodnie z przepisami ZPRP nie mogą w rzutach karnych uczestniczyć zawodnicy wcześniej wykluczeni lub zdyskwalifikowani w danym meczu).Rzuty karne po regulaminowym czasie gry służą jedynie wyłonieniu zwycięzcy i nie są zaliczane do wyniku meczu oraz statystyk indywidualnych.

**IV. PIŁKA SIATKOWA:**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

MŁODZIEŻ (rocznik 2010-2011)

LICEALIADA (rocznik 2005 i młodsi

###### Uczestnictwo

###### - drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły rocznik 2010 – 2011 – młodzież lub 2005 i młodsi – licealiada

* - zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
* - zespół liczy do 12 zawodników

1. **Przepisy gry:**

* Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZPS.
* Wysokość siatki
* dziewczęta - 215 - chłopcy- 235 cm - młodzież
* - dziewczęta - 224 - chłopcy- 243 cm - licealiada
* Gra się do dwóch wygranych setów; sety do 25 pkt., trzeci set do 15 pkt.

1. **Punktacja:**

* Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegraną 0 pkt.
* Jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
  1. większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
  2. lepszy stosunek setów zdobytych do straconych pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
  3. lepszy stosunek małych punktów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
  4. wynik bezpośredniego spotkania.

**V.UNIHOKEJ**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

MŁODZIEŻ (rocznik 2009-2010)

**1.Uczestnictwo**

* drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły rocznik 2010-2011.
* zespół składa się z 12 zawodników w tym 5 zawodników w polu + bramkarz i 6 rezerwowych zawodników.
* zawody rozgrywane są oddzielnie dla dziewcząt i chłopców.

**2. Przepisy gry**

* - wymiary boiska szer. 18-20 m dł. 36-40 m.
* - czas gry: 3 x 6-8 minut + 2 minuty przerwy (zgodnie z ustaleniami organizatora).
* - pole bramkowe: szerokość 5 m długość 4 m,
* - pole przedbramkowe szerokość 2,5 m długość 1 m (linia bramkowa znajduje się 3,5 m od linii końcowej boiska)
* - bramki 160 x 115 cm
* - ostatnia minuta meczu jest zatrzymywana na każdy gwizdek sędziego

**3. Punktacja**

* Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis – l punkt, za przegrana- 0 punktów.
* kolejności zespołów decydują kolejno:

1. większa liczba zdobytych punktów

2. jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:

* 1. większa liczba pktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
  2. korzystniejsza różnica bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
  3. większa liczba zdobytych bramek z zawodów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
  4. korzystniejsza różnica bramek w całym turnieju,
  5. większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju.
  6. rzuty karne po meczach remisowych granych w grupie

3.Jeżeli powyższe punkty nie przyniosą rozstrzygnięcia należy przeprowadzić rzuty karne między zainteresowanymi zespołami

**VI. RINGO:**

**Szkoły przystępujące do współzawodnictwa muszą się zarejestrować przez system rejestracji szkół srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi nie później niż do 30 września bieżącego roku szkolnego.**

1. **System rozgrywek i przepisy:**

W zawodach uczestniczy młodzież – rocznik 2010-2011

Reprezentacje szkolne rozgrywają między sobą mecze w systemie:

* jedynki dziewcząt;
* jedynki chłopców;
* dwójki dziewcząt;
* dwójki chłopców;
* trójki mieszane.
* Zawody rozgrywane będą w hali lub na obiekcie otwartym z wykorzystaniem boiska do gry w siatkówkę 9 x 18 m dla gier podwójnych i trójek oraz 8 x 16 m dla gier pojedynczych z linką dzielącą zawieszoną na wysokości 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 PZRingo.

**OGÓLNY TERMINARZ**

**WARSZAWSKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY**

**NA ROK SZKOLNY 2022/2023**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Dyscypliny sportowe** | **Terminy** |
| 1. | Biegi przełajowe – indywidualne | październik |
| 2. | Biegi przełajowe – sztafety | październik |
| 3. | Piłka nożna dz.chł. – młodzież | październik |
| 5 | piłka ręczna dziew, chł. - dzieci | listopad |
| 6 | piłka ręczna dziew, chł. - młodzież | listopad |
| 7 | Unihokej dzieci | listopad/grudzień |
| 8 | Unihokej młodzież | listopad/grudzień |
| 9 | Badminton- dzieci i młodzież | październik/listopad |
| 10 | Szachy – dzieci i młodzież | listopad/grudzień |
| 11 | koszykówka - dzieci | styczeń/luty |
| 12 | Koszykówka – młodzież | luty/marzec |
| 13 | Tenis stołowy - dzieci | Styczeń//luty |
| 14 | Tenis stołowy – młodzież | styczeń-luty |
| 15 | Siatkówka 4-ki – dzieci | luty/marzec |
| 16 | Siatkówka - młodzież | marzec |
| 17 | Sporty zimowe – dzieci | marzec |
| 18 | Gimnastyka - dzieci | kwiecień |
| 19 | Pływanie- dzieci i młodzież | marzec/kwiecień |
| 20 | piłka nożna dziewcząt i chłopców - dzieci | maj |
| 21 | 4-bój LA dzieci | maj |
| 22 | LA – młodzież | maj |
| 23 | Ringo młodzież | maj |
| **Kategoria – Licealiada** | | |
| 24 | Biegi przełajowe – indywidualne | październik |
| 25 | Biegi przełajowe – sztafety | październik |
| 26 | Badminton | listopad |
| 27 | Siatkówka | marzec-kwiecień |
| 28 | Piłka ręczna | listopad/grudzień |
| 29 | Koszykówka | styczeń/luty |
| 30 | Piłka nożna | maj |

**WYKAZ REJONÓW ROZGRYWKOWYCH**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **l.P.** | Dzielnica | Imię i nazwisko organizatora |  |
| 1 | Bemowo | Paweł Szułczyński | [pszulczynski@um.warszawa.pl](mailto:pszulczynski@um.warszawa.pl) |
| 2 | Białołęka | Iwona Stańczak | [istanczak@um.warszawa.pl](file:///C:\Users\Sekretariat\Desktop\istanczak@um.warszawa.pl)  tel. +48223254204 |
| 3 | Bielany | Mateusz Gotz  Maciej Matryba | [mgotz@um.warszawa.pl](mailto:mgotz@um.warszawa.pl) 48223254437  [m.matryba@um.warszawa.pl](file:///C:\Users\Sekretariat\Desktop\m.matryba@um.warszawa.pl) |
| 4 | Mokotów | Krzysztof Gampel | [kgampel@um.warszawa.pl](file:///C:\Users\Sekretariat\Desktop\kgampel@um.warszawa.pl)  570886698, 22 443-67-91 22 443-67-93 |
| 5 | Ochota | Elżbieta Lonycz | [elalonycz@op.pl](mailto:elalonycz@op.pl) 608-199-653 |
| 6 | Praga Południe | Piotr Pytel | [goclaw75pytel@wp.pl](mailto:goclaw75pytel@wp.pl) [wompraga@onet.poczta.pl](file:///C:\Users\Sekretariat\Desktop\wompraga@onet.poczta.pl)  501-270-277 |
| 7 | Praga Północ | Piotr Pytel | [goclaw75pytel@wp.pl](mailto:goclaw75pytel@wp.pl)  501-270-277 |
| 8 | Rembertów | Sebastian Tchórzewski | [stchorzewski@um.warszawa.pl](mailto:stchorzewski@um.warszawa.pl) Tel 224433916 |
| 9 | Śródmieście | Agata Socha | [asocha@um.warszawa.pl](mailto:asocha@um.warszawa.pl) 22 443 92 81 |
| 10 | Targówek | Sławomir Petrowicz | |  |  | | --- | --- | |  | slawekpetrowicz@gmail.com |   [spetrowicz@eduwarszawa.pl](mailto:spetrowicz@eduwarszawa.pl) Tel. 504217674 |
| 11 | Ursus | Mateusz Muszyński | [mmuszynski@um.warszawa.pl](file:///C:\Users\Sekretariat\Desktop\mmuszynski@um.warszawa.pl)  22 443 61 71, 697 254 881. |
| 12 | Ursynów | Marta Cieślowska | [mcieslowska@ursynow.pl](mailto:mcieslowska@ursynow.pl)  22-443-73-18 |
| 13 | Wawer | Tomasz Sowiński | 785 990 116  [tsowinski@um.warszawa.pl](mailto:tsowinski@um.warszawa.pl) |
| 14 | Wesoła | Łukasz Kaniewski | [l.kaniewski@poczta.fm](mailto:l.kaniewski@poczta.fm)  607-322-072 |
| 15 | Wilanów | Jarosław Sławkowski | [j.slawkowski@wbs.pl](mailto:j.slawkowski@wbs.pl)  603 274 115 |
| 16 | Włochy | Łukasz Zieliński | lzielinski@promienista.com  604 799 109 |
| 17 | Wola | Sebastian Banasiak | [bananinho@wp.pl](mailto:bananinho@wp.pl)  662-246-312 |
| 18 | Żoliborz | Tomasz Luks | [tluks@um.warszawa.pl](mailto:tluks@um.warszawa.pl)  22 443-90-13 |

**SPIS TREŚCI str**

**Ogólne założenia regulaminowe** 3

**Regulamin poszczególnych dyscyplin sportowych** 10

Dwa ognie usportowione 10

Indywidualne i sztafetowe biegi przełajowe 10

Czwórbój LA 11

LA 13

Gimnastyka 14

Drużynowe i indywidualne zawody w pływaniu 18

Tenis stołowy 19

Badminton drużynowy 21

Szachy drużynowe 22

**Zespołowe gry sportowe** 23

**Przepisy szczegółowe mini gier** 26

Koszykówka 26

Piłka Siatkowa - czwórki 27

Piłka Ręczna 29

Piłka Nożna - szóstki 30

Unihokej 31

**Przepisy szczegółowe gier „dużych”** 32

Koszykówka 32

Piłka nożna 34

Piłka Ręczna 35

Piłka Siatkowa 36

Unihokej 37

Ringo 38

Ogólny terminarz WOM na rok szkolny 2019/20 39

Wykaz rejonów rozgrywkowych 41

Spis treści 42