

# Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

ul. Powstańców Wlkp. 22b 62-400 Słupca tel. 63 275 33 73

[www.mosslupca.pl](http://www.mosslupca.pl) [www.facebook.com/MOSSlupca](http://www.facebook.com/MOSSlupca) [slupcamos@wp.pl](mailto:slupcamos@wp.pl)

---

Słupca, 10 października 2018 r.

## REGULAMIN Mistrzostw Powiatu Słupckiego Szkół Podstawowych w Trójboju Lekkoatletycznym

### 1. Nazwa imprezy

Mistrzostwa Powiatu Słupckiego Szkół Podstawowych w Trójboju Lekkoatletycznym

### 2. Termin

29 maja 2019 r (środa), godz. 10.00.

### 3. Miejsce

Stadion Leśny Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Słupcy, ul. Gajowa 4.

### 4. Organizator

Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy ul. Powstańców Wlkp. 22b

Tel. 63 275 33 73, e-mail: [slupcamos@wp.pl](mailto:slupcamos@wp.pl)

### 5. Uczestnictwo w zawodach

Zawody odbędą się w dwóch kategoriach: dziewcząt i chłopców.

Drużyna dziewcząt składa się z 6 zawodniczek:

- dwóch dziewcząt z klasy pierwszej (2011 i młodsze),
- dwóch dziewcząt z klasy drugiej (2010 i młodsze)
- dwóch dziewcząt z klasy trzeciej (2009 i młodsze).

Drużyna chłopców składa się z 6 zawodników:

- dwóch chłopców z klasy pierwszej (2011 i młodszy).
- dwóch chłopców z klasy drugiej (2010 i młodszy)
- dwóch chłopców z klasy trzeciej (2009 i młodszy)

# Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

ul. Powstańców Wlkp. 22b 62-400 Słupca tel. 63 275 33 73

[www.mosslupca.pl](http://www.mosslupca.pl) [www.facebook.com/MOSSlupca](https://www.facebook.com/MOSSlupca) [slupcamos@wp.pl](mailto:slupcamos@wp.pl)

---

**Uwaga!!!** Organizatorzy nie zapewniają wyżywienia i napojów chłodzących dla uczestników.

## 6. Sposób przeprowadzenia zawodów

Każdy zawodnik/zawodniczka bierze udział w następujących konkurencjach:

- skok w dal z miejsca
- rzut piłeczką do tenisa ziemnego
- bieg na 40 metrów

Dla każdej z konkurencji zostanie stworzona indywidualna klasyfikacja wg której zawodnikom zostaną przydzielone następujące punkty:

1 miejsce	-40 pkt
2 miejsce	-38
3 miejsce	-36
4 miejsce	-34
5 miejsce	-32
6 miejsce	-30
7 miejsce	-28
8 miejsce	-26
9 miejsce	-24
10 miejsce	-22
11-20 miejsce	-20
21-30 miejsce	-15
31-40 miejsce	-10
41-50 miejsce	-5
51 i dalsze	-1 pkt

Suma punktów wszystkich zawodniczek/zawodników drużyny stanowi wynik końcowy zespołu dziewcząt i chłopców.

# Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

ul. Powstańców Wlkp. 22b 62-400 Słupca tel. 63 275 33 73

[www.mosslupca.pl](http://www.mosslupca.pl) [www.facebook.com/MOSSlupca](https://www.facebook.com/MOSSlupca) [slupcamos@wp.pl](mailto:slupcamos@wp.pl)

---

## Opis konkurencji:

-skok w dal- zawodnik wykonuje skok z wyznaczonego miejsca (punkt końcowy rozbiegu), z odbicia obunóż, lądowanie w piaskownicy. Pomiaru dokonujemy od ostatniego śladu pozostawionego w piaskownicy do krawędzi piaskownicy.

Każdy zawodnik wykonuje trzy próby. Do punktacji zaliczany jest najdłuższy skok.

-rzut piłeczką do tenisa ziemnego- zawodnik wykonuje rzut piłeczką z miejsca lub z rozbiegu. Rzut uznaje się za nieważny w przypadku przekroczenia linii końca rozbiegu. Pomiar dokonuje się z dokładnością do 0,5 m np., 15 metrów, 17,5 metra itd. Każdy zawodnik wykonuje trzy próby. Do punktacji zaliczany jest najdłuższy rzut.

-bieg na 40 metrów- bieg rozpoczyna się ze startu wysokiego i odbywa się po wyznaczonych torach. Pomiar czasu wykonywany jest ręcznie (za pomocą stopera). Każdy zawodnik/zawodniczka biegnie tylko raz.

Kolejność konkurencji zostanie podana w dniu zawodów.

## **7. Nagrody**

Trzy najlepsze drużyny dziewcząt i trzy najlepsze drużyny chłopców otrzymają puchary. Wszystkie drużyny uczestniczące w zawodach otrzymają pamiątkowe dyplomy.

Dodatkowo trzech zawodników i trzy zawodniczki z najlepszym wynikiem punktowym (bez podziału na klasy) zostaną wyróżnieni medalami.

# Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

*ul. Powstańców Wlkp. 22b 62-400 Słupca tel. 63 275 33 73*

*[www.mosslupca.pl](http://www.mosslupca.pl) [www.facebook.com/MOSSlupca](https://www.facebook.com/MOSSlupca) [slupcamos@wp.pl](mailto:slupcamos@wp.pl)*

---

## 8. Zgłoszenia

Zgłoszenia należy przesyłać na adres mailowy [slupcamos@wp.pl](mailto:slupcamos@wp.pl), do dnia 22 maja (środa). W zgłoszeniu prosimy podać imiona i nazwiska startujących zawodników.

Przypominamy o zabraniu imiennej listy startujących uczniów podpisanej przez dyrektora szkoły (druk dostępny na stronie [www.mosslupca.pl](http://www.mosslupca.pl))

**Wszystkich uczestników obowiązuje strój sportowy (koszulka i spodenki lub dres) i płaskie obuwie sportowe.**