

# Powiatowy 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)

---

## REGULAMIN

### 1. Nazwa imprezy

X HAŁOWY TURNIEJ REKREACYJNO-SPORTOWY KLAS 1-3 SZKÓŁ  
PODSTAWOWYCH POWIATU SŁUPECKIEGO POD PATRONATEM  
STAROSTY SŁUPECKIEGO

### 2. Termin

04 grudnia 2024 r. (środa), godzina 9.30

### 3. Miejsce

Hala SP w Kowalewie Opactwie

### 4. Cel Turnieju

- popularyzacja sportu i rekreacji poprzez gry i zabawy,
- zapoznanie z formami zajęć rekreacyjno-sportowych na świeżym powietrzu,
- podniesienie sprawności fizycznej dzieci,
- integracja dzieci ze szkół powiatu słupeckiego,
- wpajanie elementów rywalizacji sportowej,
- wpajanie zasad fair-play,
- nauka kulturalnego kibicowania,

### 5. Organizator

Powiatowy Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

ul. Powstańców Wlkp. 22 b, tel. 63 275 33 73, e-mail: [slupcamos@wp.pl](mailto:slupcamos@wp.pl) [www.mosslupca.pl](http://www.mosslupca.pl),

### 6. Uczestnictwo w Turnieju

Szkoła ma prawo wystawić JEDNĄ, WSPÓLNĄ REPREZENTACJĘ, składającą się z 18 uczniów:

- drużyna klas 1 (rocznik 2017 i młodsi) – 6 uczniów (3 dziewczynki + 3 chłopców),
- drużyna klas 2 (rocznik 2016 i młodsi) – 6 uczniów (3 dziewczynki + 3 chłopców),
- drużyna klas 3 (rocznik 2015 młodsi) – 6 uczniów (3 dziewczynki + 3 chłopców).

# Powiatowy 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)

---

W skład drużyny wchodzi uczniowie zgodnie z rokiem urodzenia podanym powyżej np.: w przypadku, gdy uczeń z rocznika 2016 chodzi do klasy trzeciej, może reprezentować klasy drugie. Ponadto, w przypadku niewystarczającej liczby zawodników z danego rocznika, skład drużyny mogą uzupełnić dzieci młodsze np.: do szkoły uczęszczając tylko trzy dziewczynki z rocznika 2015, wówczas można uzupełnić skład dziewczynką z rocznika 2016 lub 2017

Wszystkie zawodniczki i zawodnicy zobowiązani są posiadać strój sportowy i obuwie sportowe z płaską podeszwą.

W wypadku zgłoszenia się bardzo wielu szkół, co ucieszy organizatorów, z przyczyn organizacyjnych przeprowadzimy turnieje eliminacyjne a następnie finał.

## **7.Nagrody i wyróżnienia**

Wszystkie drużyny otrzymają pamiątkowe dyplomy i puchary.

## **8.Zgłoszenia**

Szkoła zgłasza udział do X HALOWEGO TURNIEJU REKREACYJNO-SPORTOWEGO KLAS 1-3 SZKÓŁ PODSTAWOWYCH POWIATU SŁUPECKIEGO POD PATRONATEM STAROSTY SŁUPECKIEGO do dnia 27 listopada 2024 (środa), w formie pisemnej lub mailowej na adres Powiatowy Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego w Słupcy (patrz wyżej).

Imienną listę startujących zawodniczek i zawodników opiekunowie drużyn zobowiązani są dostarczyć organizatorowi przed zawodami (druk dostępny na stronie [www.mosslupca.pl](http://www.mosslupca.pl))

# Powiatowy 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)

---

## **11.Konkurencje rozgrywane podczas X HALOWEGO TURNIEJU REKREACYJNO-SPORTOWEGO KLAS 1-3 SZKÓŁ PODSTAWOWYCH POWIATU SŁUPECKIEGO**

-najpierw rywalizują uczniowie klas 1, potem 2 a na końcu klas 3

-start zaczyna dziewczynka, potem chłopiec i do końca na przemian

-za każdą ukończoną konkurencję reprezentacje klas 1,2,3 otrzymają, odpowiednią ilość punktów według wzoru (np. przy 10 startujących drużynach 1 miejsce – 10 pkt, 2 miejsce – 9 pkt, ...10 miejsce – 1 pkt)

-punkty zdobyte przez drużyny klas 1,2,3 zostaną dodane, A SUMA TYCH PUNKTÓW BĘDZIE OSTATECZNYM WYNIKIEM REPREZENTACJI SZKOŁY

-w przypadku równej ilości punktów decydują:

- 1.większa ilość zwycięstw w poszczególnych konkurencjach
- 2.większa ilość zwycięstw w poszczególnych konkurencjach klas 3,
- 3.większa ilość zwycięstw w poszczególnych konkurencjach klas 2,
- 4.większa ilość zwycięstw w poszczególnych konkurencjach klas 1,
5. w przypadku braku rozstrzygnięcia decydować będą drugie miejsca według podanej wyżej kolejności.

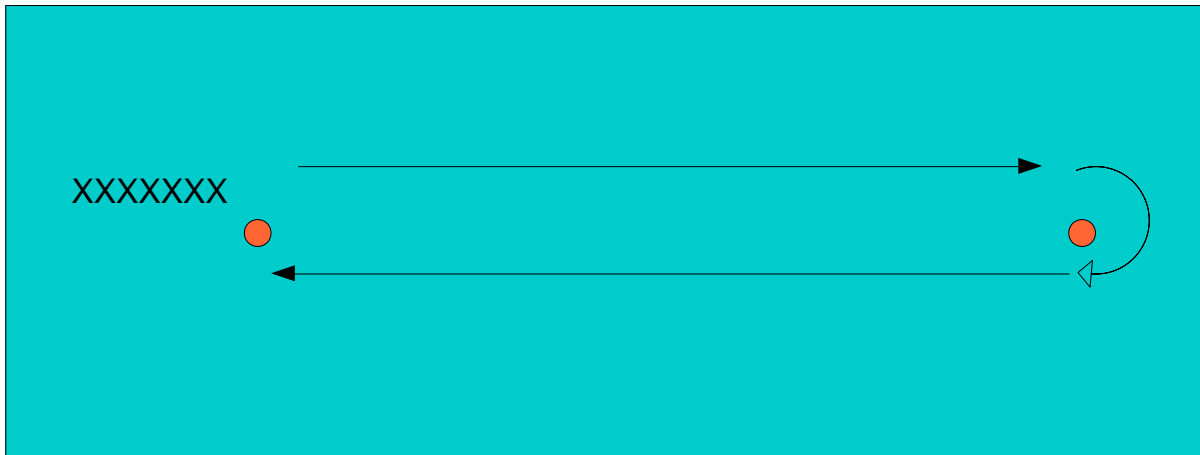
*Poniżej dokładny opis konkurencji:*

# Powiatowy Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

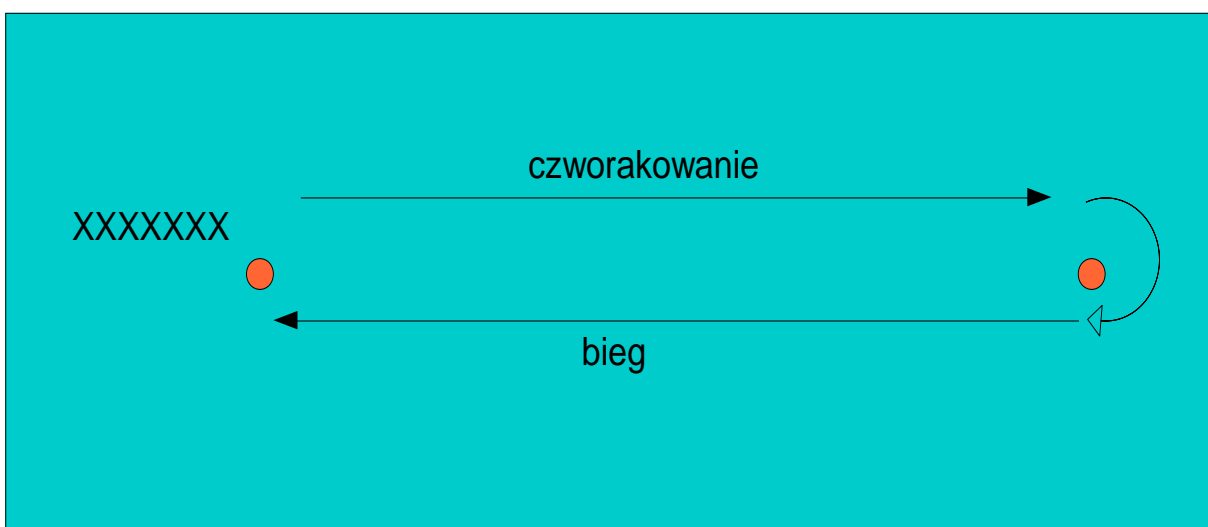
ul. Powstańców Wlkp. 22b 62-400 Słupca tel. 63 275 33 73

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

1. Wyścig z pałeczką sztafetową- zawodnik trzymając w ręku pałeczkę sztafetową obiega chorągiewkę ustawioną w odległości 15 metrów, a następnie przekazuje pałeczkę kolejnemu zawodnikowi. Wyścig kończy się kiedy ostatni zawodnik z pałeczką w ręku przekroczy linię startu/ mety.



2. Wyścigi raków- pierwsi zawodnicy ustawieni w przysiadzie podpartym tyłem do linii startu, na sygnał prowadzącego rozpoczynają wyścig w podporze tyłem na dystansie 10 metrów (do chorągiewki) a następnie wracają w dowolny sposób na linię startu, klepią następnego zawodnika w ramię dając mu w ten sposób sygnał do startu.



# Powiatowy Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

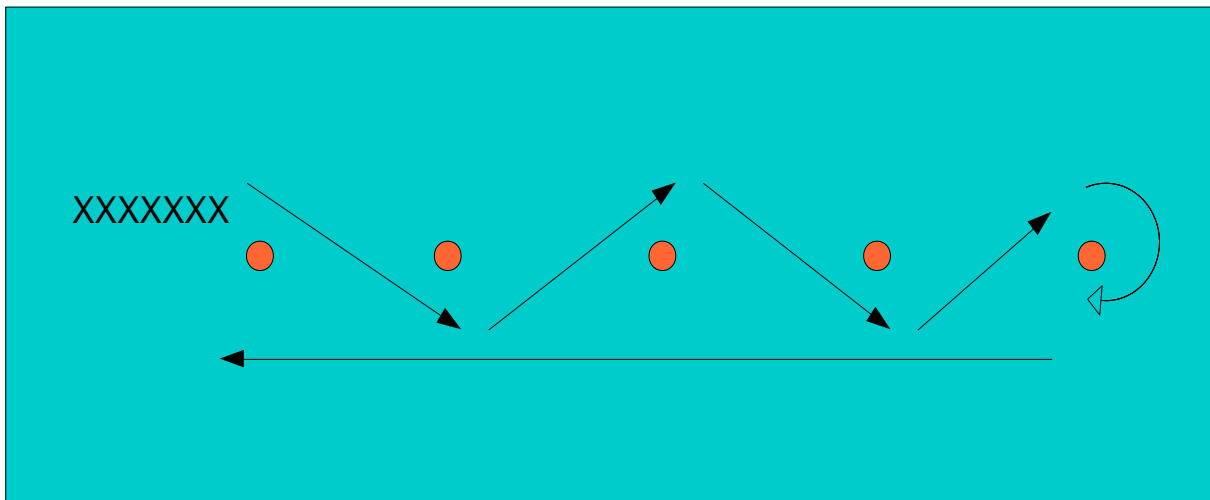
ul. Powstańców Wlkp. 22b 62-400 Słupca tel. 63 275 33 73

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

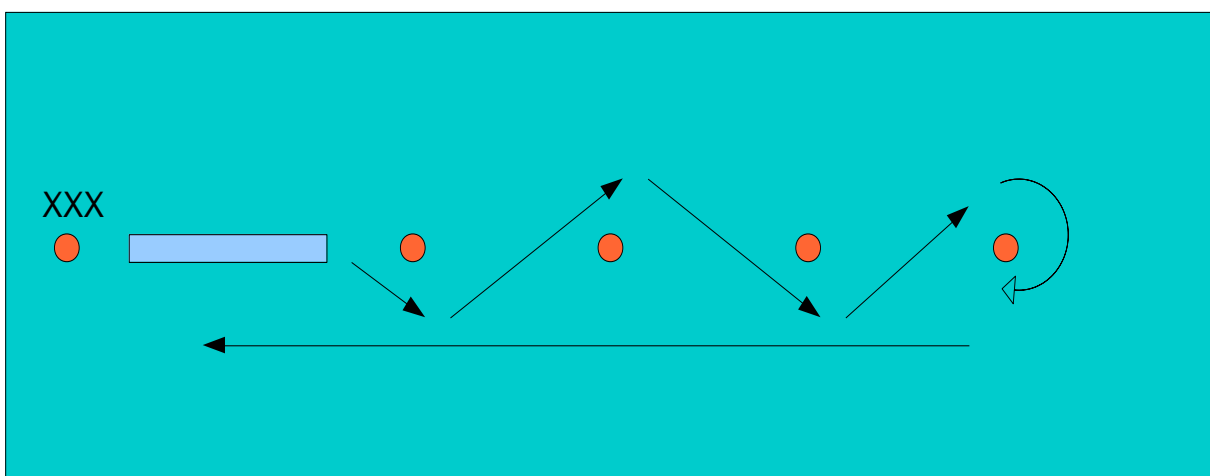
3. Slalom z woreczkiem na głowie- zawodnik wykonuje bieg po slalomie z woreczkiem gimnastycznym na głowie (bez podtrzymywania ręką), po dobiegnięciu do ostatniej chorągiewki, wraca na start w linii prostej (z workiem na głowie) przekazując woreczek następnemu zawodnikowi.

\* w przypadku gdy woreczek spadnie z głowy lub zawodnik przytrzyma go ręką, zawodnik rozpoczyna zadanie od nowa

-odległość między tyczkami slalomowymi - 4 metry



\*klasy II i III rozpoczynają wyścig od przejścia równoważnego po ławeczce z woreczkiem na głowie.



# Powiatowy Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

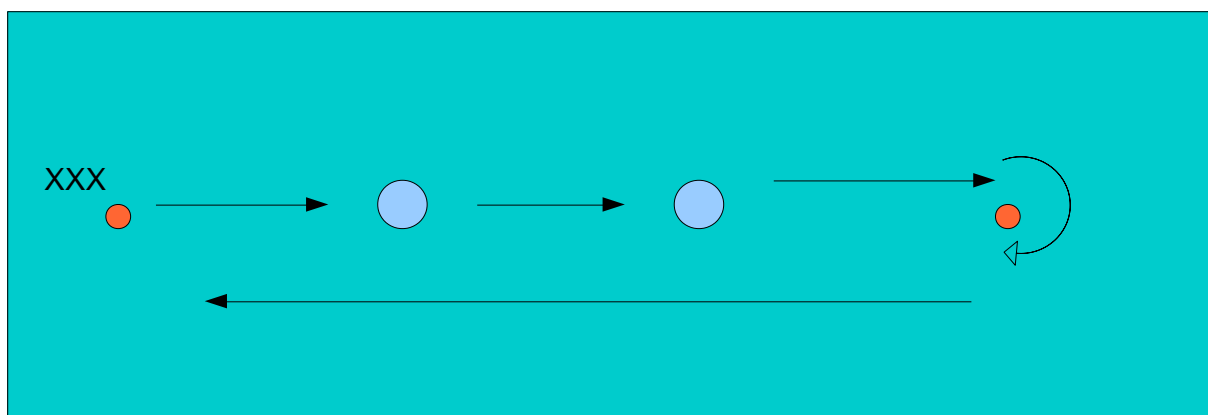
ul. Powstańców Wlkp. 22b 62-400 Słupca tel. 63 275 33 73

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

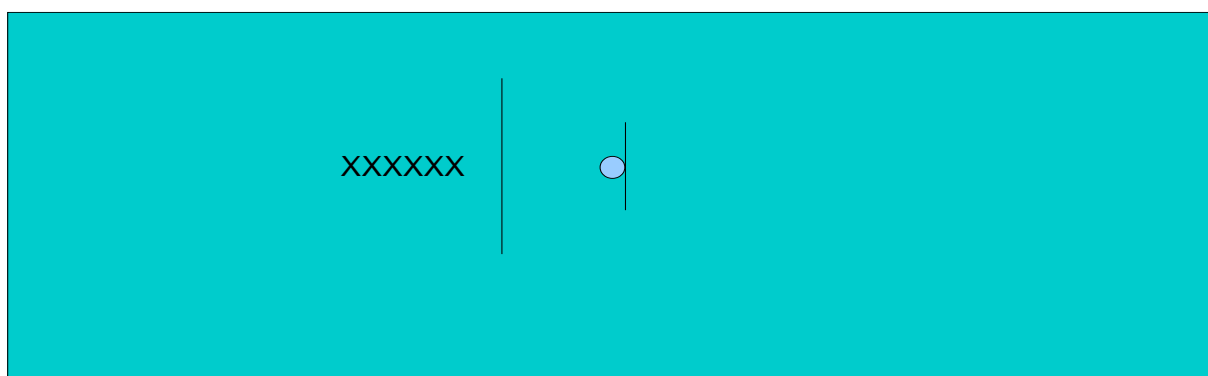
4. Sadzenie ziemniaków- pierwszy zawodnik startuje z dwoma piłeczkami tenisowymi w rękach a następnie umieszcza je pojedynczo w rozstawionych kołach ringo, obiega chorągiewkę i wraca w sposób dowolny na linię startu. Przekroczenie linii jest równoznaczne z sygnałem do startu dla kolejnego zawodnika, który ma za zadanie zebrać rozstawione piłeczki. Wyścig trwa do momentu gdy ostatni zawodnik po zebraniu piłeczek przekroczy linię startu/mety.

*\*piłeczka musi zostać umieszczona wewnątrz obręczy. Jeśli piłeczka wypadnie z koła, wówczas musi zostać w nim umieszczona przez tego samego zawodnika.*

-odległości między startem, kołami a chorągiewką – 6 metrów



5. Rzut do kosza- zawodnicy ustawieni w rzędzie na linii rzutów osobistych, pierwszy z piłką w rękach. Na sygnał prowadzącego pierwszy zawodnik z dowolnego miejsca oddaje rzut do kosza (opuszczonego na wysokość 2,60 m) a następnie przekazuje piłkę kolejnemu zawodnikowi. Konkurs trwa 2 minuty, wygrywa zespół który odda najwięcej celnych rzutów.



*\*klasy I i II wykonują rzut piłką do siatkówki, klasy III piłką do mini koszykówki*

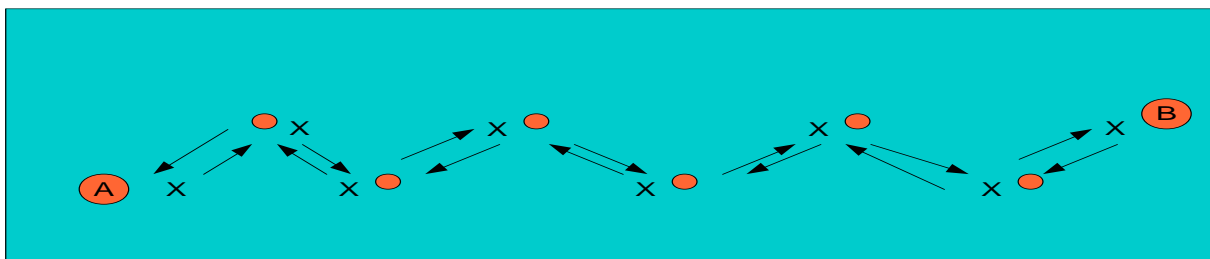
# Powiatowy Międzyszkolny Ośrodek Sportowy w Słupcy

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)

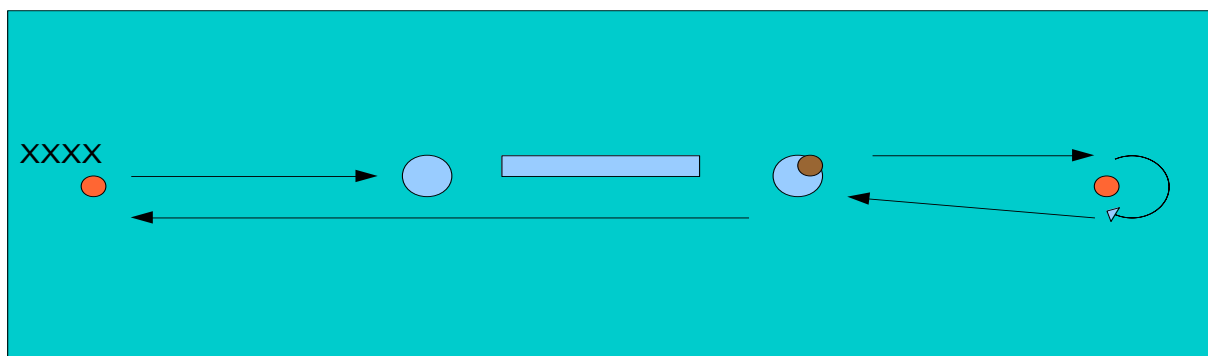
6. Podania piłki w szeregach- zawodnicy ustawieni wg załączonego schematu, wykonują podania piłki oburącz, bez kozła, w ustalonej kolejności, z punktu A do punktu B i z powrotem. Zwycięża zespół, który w najkrótszym czasie wróci z piłką na linię startu.

-odległość między podającymi 5 metrów



7. Tor przeszkód- zawodnicy rozpoczynają wyścig od czworakowania przodem, następnie w dowolny sposób przechodzą w miejscu przez szarfę, wykonują cztery przeskoky zawrotne przez ławeczkę, a następnie zabierają z koła piłkę, obiegają chorągiewkę, odkładają piłkę do koła i w dowolny sposób wracają na linię startu (po jej przekroczeniu startuje następny).

-czworakowanie- 10 metrów, odległość między kołem z piłką a chorągiewką 8 metrów



8. Konkurencja – NIESPODZIANKA

DO WSPÓLNEJ ZABAWY ZAPRASZAMY UCZNIÓW, NAUCZYCIELI I RODZICÓW  
DYREKTOR POWIATOWEGO MIĘDZYSZKOLNEGO OŚRODKA SPORTOWEGO W SŁUPCY

Wojciech Henke