

GRY I ZABAWY DLA KLAS I-III

I. UCZESTNICTWO

1. Reprezentacja szkoły może liczyć maksymalnie 14 zawodników urodzonych w 2017 roku i młodszych.
2. Do każdej konkurencji drużyna wybiera 12 zawodników, w tym: 6 dziewcząt oraz 6 chłopców.
3. Dopuszcza się dokonywanie zmian składu pomiędzy konkurencjami spośród zgłoszonych zawodników, z zastrzeżeniem, że do każdej konkurencji musi zostać zgłoszony skład liczący 6 dziewcząt i 6 chłopców.
4. Warunkiem przystąpienia do każdej konkurencji jest wystawienie pełnego, 12-osobowego składu zgodnego z powyższym podziałem.

II. SPOSOÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW

1. Kolejność ustawienia rzędów ustalana jest w drodze losowania podczas weryfikacji.
2. Zawody zostaną przeprowadzone wg. **zestawu gier i zabaw (zestaw poniżej).**
3. Na wszystkich etapach rozgrywek, w tym podczas Finału Wojewódzkiego, obowiązuje ten sam zestaw 8 zabaw.
4. Nauczyciele i opiekunowie oczekują za wyznaczoną linią końcową. Nie dopuszcza się ingerowania i poprawiania przyborów w trakcie gry.
5. Po wykonaniu zadania zawodnik siada w siadzie skrzyżnym za swoim rzędem. Ostatni zawodnik w rzędzie jest oznaczony znacznikiem.
6. **Sygnał ukończenia danej zabawy. Zawodnicy od 1–11 po wykonaniu zadania siadają w siadzie skrzyżnym na końcu rzędu. Ostatni (12.) zawodnik w znaczniku obiega tyczkę za rzędem i staje na jego czele – wówczas cały zespół wstaje i unosi ręce do góry.**

III. PUNKTACJA

1. Konkurencje będą punktowane zgodnie z liczbą startujących zespołów – zwycięzca otrzymuje liczbę punktów równą liczbie drużyn biorących udział w turnieju, a każdy kolejny zespół o 1 punkt mniej (np. przy 5 zespołach: I m. – 5 pkt, II m. – 4 pkt, III m. – 3 pkt, IV m. – 2 pkt, V m. – 1 pkt).
2. O kolejności w danej zabawie decyduje czas lub zdobyte punkty. O kolejności końcowej decyduje suma punktów zdobytych we wszystkich zabawach. W przypadku równej liczby punktów końcowych wyższe miejsce zajmuje zespół, który uzyskał większą liczbę miejsc I m. w poszczególnych zabawach. Jeżeli po zastosowaniu powyższych kryteriów nadal nie będzie można ustalić kolejności, pomiędzy zainteresowanymi zespołami zostanie przeprowadzona dogrywka w jednej zabawie, wyłonionej w drodze losowania.
3. W przypadku gdy dwa lub więcej zespołów uzyska ten sam czas w danej zabawie to ich punkty sumują się i dzielą przez liczbę zespołów które uzyskały ten sam czas.
4. Każdy błąd popełniony przez zawodnika (np. nieobiegnięcie tyczki/pachołka, upuszczenie sprzętu, nieprzekazanie pałeczki lub braku sygnału do startu) musi zostać poprawiony w miejscu jego popełnienia. **Jeżeli błąd nie zostanie poprawiony, zespół otrzymuje punkty ujemne w wysokości -0,5 punktu karnego za każde niepoprawione przewinienie. Punkty odejmuje się od punktów uzyskanych na koniec danej zabawy.**
5. W szczególnych przypadkach, jeżeli na skutek zdarzenia losowego lub nieumyślnego działania innego zespołu doszło do utrudnienia rywalizacji możliwe jest powtórzenie zabawy dla poszkodowanej drużyny lub całej serii.

ZESTAW GIER I ZABAW

1. Bieg sztafetowy

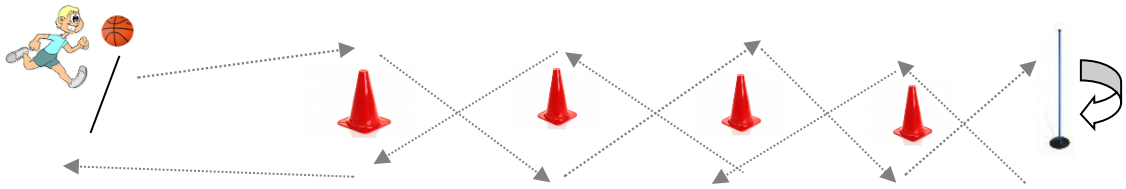
Opis przebiegu: Zawodnicy ustawiają się w rzędzie. Pierwszy zawodnik z pałeczką sztafetową na sygnał biegnie do tyczki ustawionej na półmetku przed zespołem, obiega go i wraca. Następnie obiega tyczkę ustawioną za rzędem zawodników, podbiega do przodu rzędu i przekazuje pałeczkę pierwszej osobie stojącej w kolejce. Każdy kolejny zawodnik wykonuje zadanie w ten sam sposób. Wygrywa zespół, który jako pierwszy ukończy konkurencję.



Wymagany sprzęt: pałeczka sztafetowa, 2 tyczki (jedna na półmetku przed zespołem, druga za rzędem zawodników).

2. Bieg z kozłowaniem i toczeniem piłki do koszykówki

Opis przebiegu: Pierwszy zawodnik z rzędu biegnie, kozłując piłkę do koszykówki i pokonując wyznaczony slalom. Po minięciu slalomu obiega tyczkę wyznaczający półmetek, a następnie wraca tą samą trasą, tocząc piłkę po ziemi slalomem. Po powrocie przekazuje piłkę pierwszej osobie stojącej w kolejce. Każdy kolejny zawodnik wykonuje zadanie w ten sam sposób. Wygrywa zespół, który jako pierwszy ukończy konkurencję.

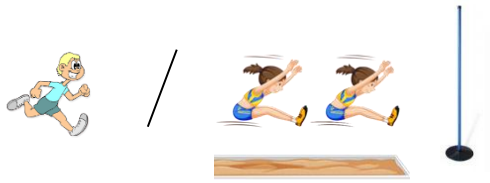


UWAGA: Slalom należy wykonać dokładnie wg wyznaczonego toru. Obiegnięcie tyczki na półmetku oraz tyczki za rzędem jest obowiązkowe. Błędem wymagającym poprawy jest omylenie toru slalomu lub utrata kontroli nad piłką (zawodnik wraca do miejsca błędu i kontynuuje konkurencję). Błędy czysto techniczne z dyscypliny koszykówki nie są gwizdane.

Wymagany sprzęt: piłka do koszykówki (rozmiar 5), 4 pachołki do slalomu oraz tyczka wyznaczająca półmetek.

3. Drużynowy skok w dal z miejsca

Opis przebiegu: Pierwszy zawodnik z rzędu ustawia się za linią startu i wykonuje skok w dal z miejsca obunóż. Kolejny zawodnik wykonuje skok z miejsca ostatniego kontaktu poprzedniego zawodnika z podłożem. Zadanie kontynuowane jest do momentu oddania skoku przez wszystkich zawodników drużyny. Wygrywa zespół, który uzyska największą łączną odległość.

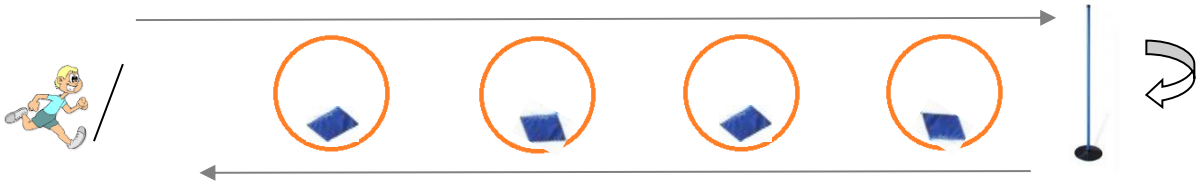


UWAGA: Każdy zawodnik wykonuje tylko jedną próbę. Miejscem rozpoczęcia skoku kolejnego zawodnika jest miejsce ostatniego kontaktu poprzedniego zawodnika z podłożem. W przypadku podparcia się ręką, nogą lub upadku do tyłu za miejsce odbicia kolejnego zawodnika przyjmuje się najbliższy linii startu punkt kontaktu z podłożem. Jeżeli warunki obiektu uniemożliwiają wykonanie konkurencji w jednym kierunku, po osiągnięciu wyznaczonej linii zawodnicy kontynuują skoki w kierunku przeciwnym, a uzyskane odległości sumuje się.

Wymagany sprzęt: taśma miernicza, taśma do wyznaczania miejsca lądowania (lub kreda).

4. Sadzenie i zbieranie ziemniaków

Opis przebiegu: Pierwszy zawodnik z rzędu biegnie do półmetka, umieszczając po drodze po jednym woreczku („ziemniaku") w każdym z czterech obręczy. Po obiegnięciu tyczki wyznaczającego półmetek wraca tą samą trasą, zbierając woreczki z obręczy. Po powrocie przekazuje wszystkie cztery woreczki następnemu zawodnikowi. Każdy kolejny zawodnik wykonuje zadanie w ten sam sposób. Wygrywa zespół, który jako pierwszy ukończy konkurencję.

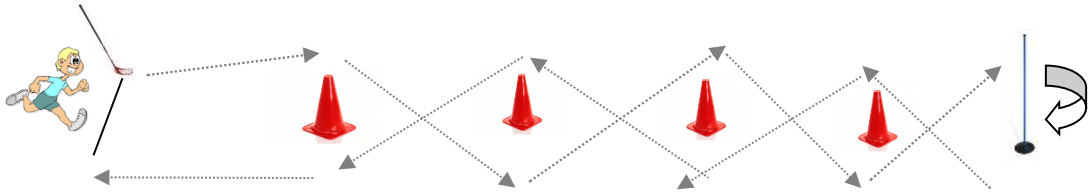


UWAGA: Woreczek musi znajdować się wewnątrz obręczy. Woreczek dotykający krawędzi obręczy uznaje się za umieszczony prawidłowo, o ile żadna jego część nie wystaje poza jej zewnętrzny obwód. W przypadku nieprawidłowego umieszczenia woreczka zawodnik wraca do miejsca popełnienia błędu i poprawia jego ułożenie. Tyczka wyznaczająca półmetek należy obowiązkowo obiec.

Wymagany sprzęt: 4 woreczki, 4 obręcze/hula-hop, tyczka (wyznaczające półmetek).

5. Slalom z piłką do unihokeja

Opis przebiegu: Pierwszy zawodnik z rzędu prowadzi piłkę kijem do unihokeja, pokonując wyznaczony slalom. Po minięciu slalomu obiega pachołek wyznaczający półmetek, wraca tą samą trasą, pokonując slalom. Po powrocie przekazuje piłkę oraz kij następnemu zawodnikowi. Każdy kolejny zawodnik wykonuje zadanie w ten sam sposób. Wygrywa zespół, który jako pierwszy ukończy konkurencję.



Wymagany sprzęt: kij i piłka do unihokeja, 4 pachołki, tyczka (wyznaczające półmetek).

6. Celny chwyt

Opis przebiegu: Jeden z zawodników zajmuje miejsce w kole hula-hop i trzyma odwrócony pachołek. Pozostałych 11 zawodników, stojąc za wyznaczoną linią – wyznaczoną 5 metrów od hula-hop, kolejno wykonuje po jednym rzucie woreczkiem do pachołka. Zawodnik stojący w kole stara się chwycić woreczki do pachołka, nie opuszczając obręczy hula-hop. Wygrywa zespół, który zdobędzie największą liczbę punktów. Każdy woreczek złapany do pachołka daje 1 punkt.

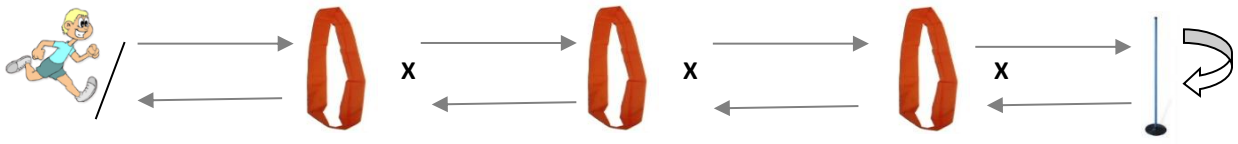


UWAGA: Zawodnik trzymający pachołek przez cały czas musi pozostawać w obrębie koła hula-hop. Woreczek zawieszony na brzegu pachołka uznaje się za trafiony. Rzut wykonany z przekroczeniem linii rzutu oraz chwyt wykonany po wyjściu zawodnika poza koło hula-hop nie są zaliczane. W przypadku uzyskania przez dwie lub więcej drużyn jednakowej liczby punktów przeprowadza się dogrywkę aż do wyłonienia zwycięzcy (dogrywka w formie kolejnych 11 rzutów przesuwając hula hop do 7 metrów odległości).

Wymagany sprzęt: 11 woreczków, pachołek, koło hula-hop.

7. Bieg z szarfami

Opis przebiegu: Pierwszy zawodnik z rzędu biegnie w kierunku półmetka. Po drodze pokonuje trzy wyznaczone strefy, przechodząc przez umieszczone w nich szarfy dowolnym sposobem. Następnie obiega tyczkę wyznaczającą półmetek, wraca do swojej drużyny tą samą drogą, przechodząc przez umieszczone w nich szarfy dowolnym sposobem, przekazuje sygnał do startu kolejnemu zawodnikowi poprzez jego dotknięcie. Każdy kolejny zawodnik wykonuje zadanie w ten sam sposób. Wygrywa zespół, który jako pierwszy ukończy konkurencję.



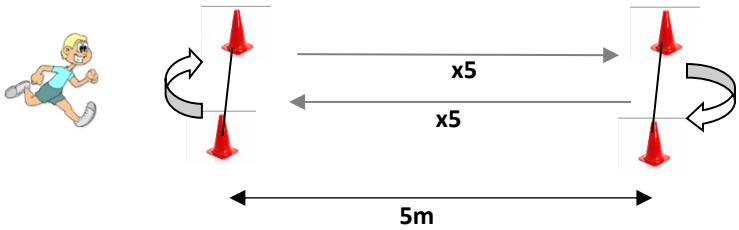
UWAGA: Zawodnik ma obowiązek przejść przez trzy szarfy I za każdym razem odłożyć w miejsce oznaczone krzyżykiem, oraz obiec tyczkę wyznaczającą półmetek i tyczkę ustawioną za rzędem. Pominięcie szarfy, nieobiegnięcie tyczki lub brak przekazania sygnału do startu kolejnemu zawodnikowi, skutkuje koniecznością powrotu do miejsca popełnienia błędu i jego poprawieniem.

Wymagany sprzęt: 3 szarfy, tyczka (wyznaczające półmetek)

8. Bieg sztafetowy wahadłowy 10 × 5 m

Zawodnicy ustawiają się w rzędzie. Na sygnał pierwszy zawodnik biegnie do linii oddalonej o 5 metrów, przekracza ją obiema nogami i wraca do linii startu. Zawodnik wykonuje pięć pełnych odcinków tam i z powrotem (10 × 5 m). Po zakończeniu biegu przekracza linię mety wyznaczoną za pachołkiem, przekazuje sygnał do startu (dotknięciem)

następnemu zawodnikowi. Każdy kolejny zawodnik wykonuje zadanie w ten sam sposób. Wygrywa zespół, który jako pierwszy ukończy konkurencję.



UWAGA: Przy każdym nawrocie zawodnik ma obowiązek przekroczyć linię obiema stopami. Niedopuszczalne jest podpieranie się rękami podczas nawrotów. W przypadku nieprawidłowego wykonania nawrotu zawodnik wraca do miejsca popełnienia błędu i poprawia jego wykonanie. Po zakończeniu biegu zawodnik ma obowiązek przekroczyć linię mety wyznaczoną za pachołkiem oraz obiec tyczkę ustawioną za rzędem przed przekazaniem sygnału do startu kolejnemu zawodnikowi.

Wymagany sprzęt: 4 pachołki wyznaczające linie nawrotów