

MOSiR
PŁOCK



PŁOCKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY - 2017



INFORMATOR NR 1/2017

ORGANIZATORZY

MIEJSKI OŚRODEK SPORTU I REKREACJI PŁOCK Sp. z O.O.

PŁOCKI SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY

PŁOCKI KLUB OLIMPIJCZYKA

PRZY WSPÓŁUDZIALE:

URZĘDU MIASTA PŁOCKA

135 LAT PŁOCKIEGO SPORTU

15 LAT PŁOCKIEGO KLUBU OLIMPIJCZYKA

Płock, styczeń 2017r

Szanowni Państwo!

Z przyjemnością informujemy Państwa, że Płocka Olimpiada Młodzieży w 2017 roku dochodzi do skutku...

Informujemy, że współorganizatorami Płockiej Olimpiady Młodzieży-2017 są: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Płocki Szkolny Związek Sportowy oraz Płocki Klub Olimpijczyka.

Wykorzystując doświadczenie z organizacji ubiegłorocznej edycji Olimpiady; uwagi nauczycieli wychowania fizycznego oraz dyrektorów szkół a także wnioski wynikające z podsumowania POM-2016 – chcemy usprawnić organizację tej imprezy sportowej na tyle, aby zadowolić jak największą ilość uczestników.

Staraliśmy się tak ustalić terminy rozgrywek finałowych, aby nie kolidowały one z terminami egzaminów gimnazjalnych i maturalnych; staraliśmy się dopasować terminy rozgrywek w poszczególnych dyscyplinach sportu do kalendarzy sportowych imprez wyższej rangi (mistrzostwa województwa, Polski itp.) Zależy nam, aby w kolejnej edycji POM wystartowało jak największa ilość młodzieży i jak najwięcej szkół.

Liczymy bardzo na współpracę z dotychczasowymi koordynatorami poszczególnych dyscyplin sportu a także na większe zainteresowanie klubów sportowych prowadzących te dyscypliny sportu, które są ujęte w programie POM-2017.

Program POM-2017 został wzbogacony o biegi przełajowe, które dotychczas odbywały się, jako „bieg wagarowicza”. W przyszłości jesteśmy otwarci na przyjęcie nowych dyscyplin sportu.

Płocka Olimpiada Młodzieży 2017 będzie wpisana do programu obchodów 135- lecia sportu płockiego oraz 15- lecia działalności Płockiego Klubu Olimpijczyka.

Jako współorganizatorzy Płockiej Olimpiady Młodzieży 2017, jesteśmy gotowi do organizacji w następnych latach tej masowej imprezy sportowej dla młodzieży szkolnej w Płocku. Poprzez organizację Płockiej Olimpiady Młodzieży upatrujemy szansy na „usportowienie” płockiej młodzieży, podniesienie poziomu sportowego i poprawy wyników płockiego sportu w „Ogólnopolskim współzawodnictwie sportu dzieci i młodzieży”.

ORGANIZATORZY:

MIEJSKI OŚRODEK SPORTU I REKREACJI PŁOCK Sp. z O.O.

PŁOCKI SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY

PŁOCKI KLUB OLIMPIJCZYKA

przy współudziale
URZĘDU MIASTA PŁOCKA

II. DYSCYPLINY SPORTU OBJĘTE PROGRAMEM POM-2017

LP.	DYSCYPLINA SPORTU	KOORDYNATOR	SZKOŁY PODST.	GIMNAZJA	SZKOŁY PONADGIM.
1.	<u>BADMINTON</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	AGNIESZKA GOMOŁA 693 173 681 agnieszka.gomola@wp.pl	KLASY III-IV KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV (T)
2.	<u>TENIS STOŁOWY</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	RAFAŁ WERESZCZAKA 502 272 048 wereszczaka@gmail.com	KLASY III-IV KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)
3.	<u>UNIHOKEJ</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	KATARZYNA WRÓBEL 502 272 548 rajsak@op.pl	KLASY V-VI	KLASY I-III	-
4.	<u>KOSZYKÓWKA</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	MAREK CZERWIŃSKI 602 589 872 mczerw@poczta.onet.pl	KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)
5.	<u>SIATKÓWKA</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	ROBERT KOKOSZA 604 610 943 kokosz77@wp.pl	KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)
6.	<u>PIŁKA RĘCZNA</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	WOJCIECH MAJCHRZAK 667 938 560 wmajchrzak@op.pl	KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)
7.	<u>PIŁKA NOŻNA</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	PIOTR SIKORA 505 006 338 pozpn@plo.pl	KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)
8.	<u>WIOŚLARSTWO</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	JACEK KAROLAK 606 932 966 karolak70@gmail.com	KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)
9.	<u>PŁYWANIE</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	ROBERT STĘPNIAK 725 723 077 R r.stepniak@mzos.ump.pl	KLASY III-IV KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)
10	<u>LEKKOATLETYKA</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	PIOTR MIESZKOWSKI 691 715 171 piotr.mieszkowski@gazeta.pl	KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)
11	<u>BIEGI PRZEŁAJOWE</u> DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW	PIOTR MIESZKOWSKI 691 715 171 piotr.mieszkowski@gazeta.pl	KLASY III-IV KLASY V-VI	KLASY I-III	KLASY I-III-IV(T)

T – szkoły o profilu technicznym.

UWAŻNE!
W POM-2017 W KATEGORII "SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE" NAJSTARSZY UCZESTNIK MOŻE BYĆ URODZONY
W 1997 ROKU.

IV. TERMINY, OBIEKTY

LP.	DYSCYPLINA	KOORDYNATOR	PŁEĆ	SZKOŁY PODSTAWOWE		GIMNAZJA		SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE	
				TERMIN FINAŁÓW	OBIEKT	TERMIN FINAŁÓW	OBIEKT	TERMIN FINAŁÓW	OBIEKT
1	SIATKÓWKA	ROBERT KOKOSZA	DZ	6.03.17	SP 23	7.03.17	G 8	8.03.17	G 8
			CH	7.03.17	SP 23	7.03.17	G 8	8.03.17	G 8
2	PIŁKA RĘCZNA	WOJCIECH MAJCHRZAK	DZ	3.03.17	SP 16	1.03.17	SP 16	27.02.17 (elimin.) 6.03.17 Finał	ZST "70"
			CH	28.02.17	SP 16	2.03.17	SP 16	28.02.17	ZST "70"
3	KOSZYKÓWKA	MAREK CZERWIŃSKI	DZ	zakończone	SP 21 (ZS NR 1)	zakończone	SP 21 (ZS NR 1)	2.03.17	IV LO (ZS NR 1)
			CH	zakończone	SP 21 (ZS NR 1)	zakończone	SP 21 (ZS NR 1)	3.03.17	IV LO (ZS NR 1)
4	TENIS STOŁOWY eliminacje + finały	RAFAŁ WERESZCZAKA	DZ	16.03.17	SALA SP NR 20	16.03.17	SALA SP NR 20	16.03.17	SALA SP NR 20
			CH	16.03.17	SALA SP NR 20	16.03.17	SALA SP NR 20	16.03.17	SALA SP NR 20
5	BADMITON eliminacje + finały	AGNIESZKA GOMOŁA	DZ	9.03.17	SALA ZST "70"	9.03.17	SALA ZST "70"	9.03.17	SALA ZST "70"
			CH	9.03.17	SALA ZST "70"	9.03.17	SALA ZST "70"	9.03.17	SALA ZST "70"
6	UNIHOKEJ	KATARZYNA WRÓBEL	DZ	1.03.17	SP 22	28.02.17	SP 22	xxxxxxxx	xxxxxxxxxxxx
			CH	1.03.17	SP 22	28.02.17	SP 22	xxxxxxxx	xxxxxxxxxxxx
7	PŁYWANIE eliminacje + finały	ROBERT STĘPNIAK	DZ	13.03.17	PODOLANKA	14.03.17	PODOLANKA	15.03.17	PODOLANKA
			CH	13.03.17	PODOLANKA	14.03.17	PODOLANKA	15.03.17	PODOLANKA
8	BIEGI PRZEŁAJOWE	PIOTR MIESZKOWSKI	DZ	21.03.17	ZS NR 1	21.03.17	ZS NR 1	21.03.17	ZS NR 1
			CH	21.03.17	ZS NR 1	21.03.17	ZS NR 1	21.03.17	ZS NR 1
9	LEKKOATLETYKA eliminacje + finały	PIOTR MIESZKOWSKI	DZ	27.04.17	STADION MIEJSKI	25.04.17	STADION MIEJSKI	26.04.17	STADION MIEJSKI
			CH	24.04.17	STADION MIEJSKI	25.04.17	STADION MIEJSKI	26.04.17	STADION MIEJSKI
10	PIŁKA NOŻNA	PIOTR SIKORA	DZ	24.04.17	?	26.04.17	?	25.04.17	?
			CH	27.04.17	?	26.04.17	?	25.04.17	?
11	WIOŚLARSTWO eliminacje + finały	JACEK KAROLAK	DZ	27.04.17	STADION MIEJSKI	27.04.17	STADION MIEJSKI	27.04.17	STADION MIEJSKI
			CH	27.04.17	STADION MIEJSKI	27.04.17	STADION MIEJSKI	27.04.17	STADION MIEJSKI
UROCZYŚĆ OTWARCIA POM-2017			24 KWIETNIA 2017 – GODZ. 10:00 – STADION MIEJSKI im. BERNARDA SZYMAŃSKIEGO						
UROCZYŚĆ ZAKOŃCZENIA POM-2017			27 KWIETNIA 2017 – GODZ. 14:00 - STADION MIEJSKI im. BERNARDA SZYMAŃSKIEGO						
PODSUMOWANIE POM-2017 (PUCHARY DLA SZKÓŁ – ZA KLASYFIKACJE OGÓLNA)			19 CZERWCA 2017 – PRZYSTAŃ PTW PODCZAS "OLIMPIC DAY RUN"						

V. OGÓLNE ZAŁOŻENIA REGULAMINOWE

V.1. CEL

1. Popularyzacja i upowszechnienie sportu i kultury fizycznej oraz idei olimpizmu wśród ogółu dzieci i młodzieży.
2. Tworzenie każdemu dziecku warunków do czynnego uczestnictwa w różnych formach zajęć sportowych.
3. Przeciwdziałanie postępującym zjawiskom patologicznym poprzez uczestnictwo dzieci i młodzieży w zajęciach rekreacyjnych i sportowych oraz w imprezach i zawodach sportowych.

V.2. ZADANIA

1. Poszerzenie procesu systematycznego szkolenia sportowego dzieci i młodzieży z uwzględnieniem ich rozwoju biologicznego.
2. Ocena szkół, uczniowskich klubów sportowych działających w szkole.
3. Rozwój dyscyplin olimpijskich poprzez włączenie dzieci i młodzieży do współzawodnictwa sportowego.

V.3. KIEROWNICTWO

Ogólne kierownictwo nad przebiegiem Płockiej Olimpiady Młodzieży sprawuje Zarząd Płockiego Szkolnego Związku Sportowego.

V.4. ORGANIZATOR

Organizatorami POM-2017 są:

1. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji
2. Płocki Klub Olimpijczyka,
3. Płocki Szkolny Związek Sportowy.
4. Zainteresowane kluby sportowe dyscyplin sportu ujętych w programie POM-2017,

VI. KATEGORIE WIEKOWE – DYSCYPLINY SPORTU OBJĘTE PROGRAMEM POM-2017

VI.1. SZKOŁY PODSTAWOWE - KATEGORIA 13 LAT I MŁODSI

- czwórbój dziewcząt i chłopców,
- mini piłka nożna dziewcząt i chłopców,
- mini koszykówka dziewcząt i chłopców,
- mini piłka ręczna dziewcząt i chłopców,
- mini piłka siatkowa dziewcząt i chłopców,
- pływanie dziewcząt i chłopców - klasy III-IV i V-VI,
- badminton dziewcząt i chłopców – klasy III-IV i V-VI,
- tenis stołowy dziewcząt i chłopców – klasy III-IV i V-VII,
- wioślarstwo halowe dziewcząt i chłopców,
- unihokej dziewcząt i chłopców,
- biegi przełajowe dziewcząt - klasy III-IV i V-VI,

VI.2. GIMNAZJA - KATEGORIA 16 LAT I MŁODSI

- ła indywidualnie: dziewcząt i chłopców (dla I i II klas i dla III klasy);
- pływanie dziewcząt i chłopców;
- unihokej dziewcząt i chłopców;
- tenis stołowy dziewcząt i chłopców;
- koszykówka dziewcząt i chłopców;
- piłka nożna chłopców i 5-tki dla dziewcząt;
- piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
- piłka siatkowa dziewcząt i chłopców;
- badminton dziewcząt i chłopców;
- wioślarstwo halowe dziewcząt i chłopców.
- biegi przełajowe

VI.3. SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – URODZENI W 1997 ROKU I MŁODSI

- la dziewcząt i chłopców;
- piłka nożna dziewcząt i chłopców;
- koszykówka dziewcząt i chłopców;
- siatkówka dziewcząt i chłopców;
- piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
- pływanie dziewcząt i chłopców;
- badminton dziewcząt i chłopców;
- tenis stołowy dziewcząt i chłopców;
- wioślarstwo halowe dziewcząt i chłopców
- biegi przełajowe

VII. UCZESTNICTWO

VII.1. W Płockiej Olimpiadzie Młodzieży- 2017 prawo startu mają uczniowie płockich szkół:

- szkoły podstawowe - kategoria wiekowa do 13 lat i młodsi;
- gimnazja – kategoria wiekowa 16 lat i młodsi;
- szkoły ponadgimnazjalne – uczniowie dziennych szkół ponad gimnazjalnych – najstarszy uczestnik ur. W 1997 roku

VII. 2. We wszystkich kategoriach wiekowych i wszystkich dyscyplinach zespół składa się z uczniów jednej szkoły.

VII.3. Prawo reprezentowania szkoły mają uczniowie, którzy w danym roku szkolnym rozpoczęli naukę nie później niż 1 października.

VII.4. Obowiązuje ścisły podział na kategorie wiekowe.

VII.5. Przy weryfikacji dokumentów wymagana będzie imienna lista potwierdzona przez Dyрекcję Szkoły zawierająca: nazwisko i imię, datę urodzenia zawodników/czek, nazwisko i imię nauczyciela lub dorosłego opiekuna i pielęgniarki szkolnej.

VII.6. Do zawodów dopuszczani będą uczniowie/ce bez dodatkowych badań lekarskich posiadający grupę dyspenseryjną A lub B uczestniczący czynnie w zajęciach wychowania fizycznego oraz uczniowie posiadający licencje zawodnicze polskich związków sportowych.

VIII. RAMOWY PROGRAM FINAŁÓW

VIII.1. **27.02. – 17.03. 2017 – finały dyscyplin halowych (wg tabeli nr 4 – „TERMINY FINAŁÓW I OBIEKTY) dla poszczególnych dyscyplin sportu.**

VIII. 2. **24.04.2017 – Stadion Miejski – UROCZYSTE OTWARCIE PŁOCKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY (ceremoniał olimpijski, defilada z udziałem wszystkich uczestników Płockiej Olimpiady Młodzieży, przysięga olimpijska, apel olimpijski, zapalenie znicza, występ artystyczny)**

W otwarciu biorą udział 15-osobowe delegacje wszystkich uczestniczących w POM-2017 szkół oraz zorganizowane grupy młodzieży szkolnej, jako bierni (kibice) uczestnicy ceremonii otwarcia.

VIII.3. **24 – 27.04.2017 – rozgrywki finałowe w letnich dyscyplinach sportu (wg tabeli nr 4 – TERMINY FINAŁÓW I OBIEKTY)**

VIII.4. **27.04.2017 – Stadion Miejski - UROCZYSTE ZAKOŃCZENIE PŁOCKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY -2017 (wręczenie medali i pucharów, występ artystyczny, ściągnięcie flagi olimpijskiej, zgaszenie znicza olimpijskiego)**

VIII.5. **19.06.2017 – Przystań Płockiego Towarzystwa Wioślarskiego – UROCZYSTE PODSUMOWANIE PŁOCKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY -2017 (wręczenie pucharów dla najlepszych szkół, nagród i wyróżnień i podziękowań)**

IX. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW

W POM-2017 OBOWIĄZUJĄ SZCZEGÓŁOWE REGULAMINY DLA KAŻDEJ DYSCYPLINY SPORTOWEJ UJĘTE W NINIEJSZYM INFORMATORZE.

(z uwzględnieniem zmian regulaminowych w niektórych dyscyplinach sportu wniesionych aneksem do regulaminu Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej z dnia 09.09.2016)

X. OCENA OLIMPIADY

Organizatorzy zawodów finałowych Olimpiady dokonają jej oceny (punktacji) osobno dla każdej kategorii wiekowej i w każdej dyscyplinie sportowej. Suma wszystkich punktów zdecyduje o miejscu, jakie w klasyfikacji zespołowej zajmie dana szkoła.

X.1. ZASADY NALICZANIA PUNKTÓW:

I miejsce – 15 pkt.	II miejsce – 13 pkt.	III miejsce – 11 pkt.	IV miejsce - 9 pkt.
V miejsce -- 8 pkt.	VI miejsce – 7 pkt.	VII miejsce – 6 pkt.	VIII miejsce – 5 pkt.
IX miejsce – 4 pkt.	X miejsce – 3 pkt.	XI miejsce – 2 pkt.	XII miejsce – 1 pkt.

XI. NAGRODY

XI.1. Za osiągnięte wyniki we współzawodnictwie w poszczególnych dyscyplinach sportu nagrody otrzymują:

- **zawodnicy:** medale za miejsca I – III

(uwaga – w grach zespołowych ilość medalistów musi być zgodna z regulaminem danej dyscypliny sportu)

- **szkoły – dyplomy lub puchary** (w zależności od finansowych możliwości organizatorów imprezy).

XI.2. W klasyfikacji ogólnej POM-2017 – szkoły otrzymują:

- za miejsca I - III – puchary
- za miejsca IV – VI – dyplomy

XI.3. Ponadto – Płocki Klub Olimpijczyka przyznaje dyplomy za miejsca I – III dla najbardziej usportowionych szkół w kategorii: szkoły podstawowe, gimnazja, szkoły ponadgimnazjalne. Kryterium oceny w tej klasyfikacji stanowi współczynnik wyliczany na podstawie wzoru:

$\frac{\text{ilość zdobytych punktów przez szkołę w punktacji ogólnej POM-2017}}{\text{ilość uczniów w szkole}}$
--

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

XII.1. W sprawach szczegółowych dotyczących interpretacji postanowień regulaminu lub w sprawach w nim nieobjętych – decydują organizatorzy i sędziowie główni poszczególnych dyscyplin sportowych w porozumieniu z przedstawicielem Płockiego Szkolnego Związku Sportowego.

XII.2. W sprawach szczegółowych w zakresie ustalenia terminów eliminacji i finałów, obiektów sportowych, powołania komisji sędziowskich, zabezpieczenie medycznego, zabezpieczenia technicznego, ubezpieczenia od następstw NW itp. – decyduje Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji Sp. z oo. przy czynnym zaangażowaniu koordynatorów poszczególnych dyscyplin sportu i w porozumieniu z pozostałymi współorganizatorami imprezy i współpracującymi klubami sportowymi.

XII.3. W sprawach szczegółowych dotyczących uroczystości otwarcia i zakończenia zawodów w danej dyscyplinie sportu oraz ceremoniału otwarcia i zamknięcia oraz podsumowania POM-2017 decyduje Płocki Klub Olimpijczyka przy współudziale koordynatorów poszczególnych dyscyplin sportu i w porozumieniu z pozostałymi współorganizatorami.

XII.4. Nie będą rozpatrywane protesty wynikające z pracy sędziów. Obowiązuje generalna zasada i wiara w uczciwość uczestników i organizatorów. W przeciwnym wypadku winni będą wykluczani z zawodów.

XII.5. Prawo dokonywania zmian regulaminowych przysługuje wyłącznie Płockiemu Szkolnemu Związkowi Sportowemu w porozumieniu z pozostałymi współorganizatorami.

XIII. REGULAMINY INDYWIDUALNYCH DYSCYPLIN SPORTU OBJĘTYCH PROGRAMEM POM-2017

ZASADA OGÓLNA: wszystkie zawody rozegrane będą zgodnie z obowiązującymi przepisami polskich związków sportowych dla poszczególnych kategorii wiekowych i zgodnie z niniejszymi regulaminami.



LEKKOATLETYKA – DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW - SZKOŁY PODSTAWOWE - CZWÓRBÓJ LEKKOATLETYCZNY

1. KOORDYNATOR DYSCYPLINY SPORTU – PIOTR MIESZKOWSKI
2. OBIEKTY: STADION IM. BERNARDA SZYMAŃSKIEGO
3. TERMIN ZAWODÓW – 24.04.2017 – chłopcy; 27.04.2017 – dziewczęta
4. ZGŁOSZENIA ZAŁĄCZONYM DRUKU: do dnia 12 kwietnia 2017 na adres - piotr.mieszkowski@gazeta.pl - PIOTR MIESZKOWSKI, tel. 691 715 171

PROGRAM ZAWODÓW:

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

UCZESTNICTWO:

W zawodach prawo startu mają reprezentacje szkół podstawowych oddzielnie dziewcząt i chłopców. Reprezentacja składa się z 6 dziewcząt i 6 chłopców w wieku 13 lat i młodszy.

SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW:

Zawody zostaną rozegrane w ciągu 1-go dnia: 1 dzień dziewczęta; 2 dzień chłopcy. Kolejność rozgrywania konkurencji jest dowolna.

a/ 60 m

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

b/ 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/czka 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.

c/ skok wzwyż

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

d/ rzut piłeczką palantową

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

Odległość uzyskaną przez zawodnika/czkę ocenia sędzia z dokładnością do pół metra. Liczy się najlepszy rezultat.

Pomiary dokonujemy w linii prostopadłej do osi rzutu na niekorzyść zawodnika/czki.

PUNKTACJA:

Wyniki przelicza się na punkty wg tabel czwórbojowych. Suma osiągniętych punktów za cztery konkurencje daje ostateczny rezultat każdego zawodnika. Na wynik drużyny składają się końcowe rezultaty 5-ciu najlepszych zawodników/czek (z sześciu 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 w 4-boju najlepszego zawodnika/czki.

LEKKOATLETYKA – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW - GIMNAZJA

1. KOORDYNATOR DYSCYPLINY SPORTU – PIOTR MIESZKOWSKI
2. OBIEKTY: STADION IM. BERNARDA SZYMAŃSKIEGO
3. TERMIN ZAWODÓW – 25.04.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY
4. ZGŁOSZENIA ZAŁĄCZONYM DRUKU: DO DNIA 12 KWIETNIA 2017 NA ADRES - piotr.mieszkowski@gazeta.pl
PIOTR MIESZKOWSKI, tel. 691 715 171

PROGRAM ZAWODÓW:

klasy I – II:

- dziewczęta - 100,300,600,skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą, sztafeta 4 x 100 m.
- chłopcy - 100,300, 1000, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą, sztafeta 4x100 m.

klasy III:

- dziewczęta - 100, 200, 400, 800, skok w dal, skok w wzwyż, pchnięcie kulą, sztafety: 4x100 i olimpijska (800, 400, 200, 100),
- chłopcy -100, 200, 400, 800, 1500, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą, sztafety: 4x100 i olimpijska (800, 400, 200, 100)

LEKKOATLETYKA – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW – SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE

1. KOORDYNATOR DYSCYPLINY SPORTU – PIOTR MIESZKOWSKI
2. OBIEKTY: STADION IM. BERNARDA SZYMAŃSKIEGO
3. TERMIN ZAWODÓW – 26.04.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY
4. ZGŁOSZENIA ZAŁĄCZONYM DRUKU: DO DNIA 12 KWIETNIA 2017 NA ADRES - piotr.mieszkowski@gazeta.pl
PIOTR MIESZKOWSKI, tel. 691 715 171

PROGRAM ZAWODÓW

- dziewczęta - 100m, 400m, 800m, skok w dal, kula(4kg), sztafeta 4x100m
- chłopcy - 100m, 400m, 1500m, skok w dal, kula(5kg), sztafeta 4x100m

O wadze kuli w wyżej wymienionych kategoriach wiekowych decydują aktualne przepisy PZLA.

UCZESTNICTWO:

Zawodnik/czka może brać udział w jednej konkurencji i w jednej sztafecie. Do jednej konkurencji można zgłosić maksimum 3 zawodników/czek i po jednej sztafecie.

PUNKTACJA:

Współzawodniczą osobno dziewczęta i chłopcy. Suma punktów uzyskanych przez szkołę w klasach I – II i III daje końcowy wynik danej szkoły. Obowiązuje następująca punktacja:

- I m 9 pkt VIII – IX m 3 pkt
- II m 7 „ X – XI m 2 „
- III m 6 „ XII m 1 „

IV – V m 5 „

VI – VII m 4 „

Troje zawodników/czek w każdej konkurencji I jednej sztafecie kwalifikuje się do zawodów rejonowych.



PŁYWANIE – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW - SZKOŁY PODSTAWOWE:

1. KOORDYNATOR DYSZYPLINY SPORTU – ROBERT STĘPNIAK
2. OBIEKTY: Pływalnia „PODOLANKA”
3. TERMIN ZAWODÓW – 13.03.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY
4. ZGŁOSZENIA: DO DNIA 3 MARCA 2017 NA ADRES robert.stepniak@mosirplock.pl - ROBERT STĘPNIAK tel. 725 723 077

PROGRAM ZAWODÓW:

- indywidualnie:
 - 25m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców -- klasy III – IV
 - 25m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców -- klasy III – IV
 - 50m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców -- klasy V – VI
 - 50m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców -- klasy V – VI
- sztafeta 8x25m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców

W zawodach startują zespoły 8-mio osobowe (8 dziewcząt i 8 chłopców)– po dwie dziewczęta i dwóch chłopców z każdej klasy od III-ciej do VI-tej, wszyscy z jednej szkoły.

W konkurencjach indywidualnych startują po jednym/nej z klasy III i IV na dystansie 25m stylem grzbietowym i po jednej stylem dowolnym analogicznie z klas V – VI na dystansie 50m grzbietowym i dowolnym.

Sztafeta – 8 x 25m stylem dowolnym

PŁYWANIE – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW - GIMNAZJA

1. KOORDYNATOR DYSZYPLINY SPORTU – ROBERT STĘPNIAK
2. OBIEKTY: Pływalnia „PODOLANKA”
3. TERMIN ZAWODÓW – 14.03.2017 – dziewczęta i chłopcy
4. ZGŁOSZENIA: DO DNIA 3 MARCA 2017 NA ADRES robert.stepniak@mosirplock.pl - ROBERT STĘPNIAK tel. 725 723 077

PROGRAM ZAWODÓW:

- indywidualnie:
 - 50m grzbietowym kl. I dziewcząt i chłopców
 - 50m dowolnym kl. I dziewcząt i chłopców
 - 50m klasycznym kl. II dziewcząt i chłopców
 - 50m dowolnym kl. II dziewcząt i chłopców
 - 50m klasycznym kl. III dziewcząt i chłopców
 - 50m dowolnym kl. III dziewcząt i chłopców
- sztafeta 6x25m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców

W zawodach startują zespoły 6-cio osobowe (6 dziewcząt i 6 chłopców)– po dwie dziewczęta i dwóch chłopców z każdej klasy od I-szej do III-ciej, wszyscy z jednej szkoły.

W konkurencjach indywidualnych startują po jednym/nej z klasy I i III na dystansie 50m stylem grzbietowym i po jednej 50m stylem dowolnym.

Sztafeta – 6 x 25m stylem dowolnym

PŁYWANIE – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW – SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE

1. KOORDYNATOR DYSCYPLINY SPORTU – ROBERT STĘPNIAK
2. OBIEKTY: Pływalnia „PODOLANKA”
3. TERMIN ZAWODÓW – 15.03.2017 – dziewczęta i chłopcy
4. ZGŁOSZENIA: DO DNIA 3 MARCA 2017 NA ADRES robert.stepniak@mosirplock.pl - ROBERT STĘPNIAK tel. 725 723 077

PROGRAM ZAWODÓW

- indywidualnie:
 - 50m dowolny dziewcząt i chłopców
 - 50m grzbiet dziewcząt i chłopców
 - 50m klasyczny dziewcząt i chłopców
- sztafeta 6x25m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców

W zawodach startują zespoły 6-cio osobowe – 6 dziewcząt i 6 chłopców, wszyscy z dowolnych klas jednej szkoły.

W konkurencjach indywidualnych startują po dwie/dwóch zawodniczek/ów na dystansach: 50m stylem grzbietowym, 50m stylem dowolnym i 50m stylem klasycznym.

SPOSOBY PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW:

- zawody zostaną przeprowadzone seriami na czas;
- start do biegu 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/czkę kończącego swój odcinek;
- przedwczesny start powoduje dyskwalifikację sztafety.
- **Drużyny liczące w swoim składzie mniejszą liczbę zawodników niż ujęta w regulaminie zawodów nie będą klasyfikowane w punktacji drużynowej.**

PUNKTACJA:

Obowiązuje łączna punktacja szkół tj. suma czasów sztafety i konkurencji indywidualnych.



BADMINTON – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW – SZKOŁY PODSTAWOWE; GIMNAZJA; SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE

1. KOORDYNATOR DYSCYPLINY SPORTU – AGNIESZKA GOMOŁA
2. OBIEKTY: SALA ZST „70-tka”
3. TERMIN ZAWODÓW – 9.03.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY - WSZYSTKIE SZKOŁY
4. ZGŁOSZENIA: do dnia 1 marca 2017r na adres agnieszka.gomola@wp.
AGNIESZKA GOMOŁA 693 173 681

ZASADY UCZESTNICTWA:

Prawo startu w POM mają uczniowie plockich szkół, w tym zawodnicy posiadający licencje PZBad.

SYSTEM ZAWODÓW:

- Zawody zostaną rozegrane wyłącznie w grach pojedynczych.
- System zawodów jest uzależniony od ilości zgłoszeń (grupowo-pucharowy bądź pucharowy).
- **Przy większej ilości zgłoszeń zawody mogą zakończyć się w godzinach popołudniowych. Po otrzymaniu zgłoszeń koordynator poda dokładny harmonogram rozgrywek.**
- W zawodach obowiązują aktualne przepisy gry wg PZBad z zastrzeżeniem, że przy dużej ilości zgłoszeń w fazie grupowo- pucharowej sety mogą być skrócone do 11 punktów.
- W zawodach obowiązuje rozstawienie zawodników wg aktualnej listy rankingowej PZBad.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Lotki do gry zapewni organizator w miarę posiadanych możliwości finansowych,
- Dla zawodników niezrzeszonych organizator zapewni wypożyczenie rakiet badmintonowych.



WIOŚLARSTWO - DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW – SZKOŁY PODSTAWOWE; GIMNAZJA; SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE

1. **KOORDYNATOR DYSCIPLINY SPORTU – JACEK KAROLAK**
2. **OBIEKTY: STADION IM. BERNARDA SZYMAŃSKIEGO**
3. **TERMIN ZAWODÓW – 27.04.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY – WSZYSTKIE SZKOŁY**
4. **ZGŁOSZENIA: DO DNIA 12 KWIETNIA 2017R NA ADRES - karolak70@gmail.com
JACEK KAROLAK 606 932 966**

PROGRAM:

- szkoły podstawowe – dziewcząt i chłopców - sztafety 4 x 250m wg zgłoszeń
- gimnazja – dziewcząt i chłopców – wyścig indywidualny na dystansie 500 m wg zgłoszeń
- szkoły ponadgimnazjalne – dziewcząt i chłopców - wyścig indywidualny na dystansie 500 m wg zgłoszeń,

WARUNKI UCZESTNICTWA – SZKOŁY PODSTAWOWE – GODZINA PIERWSZEGO STARTU – 9:30

- Zawody rozgrywane będą w kategorii dziewcząt i chłopców
- Zawody odbędą się na ergometrach wioślarskich typu Concept II na dystansie 4 x 250 m,
- W zawodach startują czteroosobowe sztafety – jedna osoba na ww. dystansie.
- Zwycięzcą zostaje sztafeta, która uzyska najlepszy czas łączny, zmierzony przez każdy ergometr spośród wszystkich startujących w sztafecie zawodników.
- W zawodach uczestniczą uczennice i uczniowie płockich szkół podstawowych spełniające wymogi regulaminu POM-2017.
- Każda szkoła ma prawo do zgłoszenia po jednej sztafecie w kategorii dziewcząt i chłopców.

WARUNKI UCZESTNICTWA - GIMNAZJA I SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE –

**GODZINA PIERWSZEGO STARTU – GIMNAZJA – 11:00;
SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – GODZINA – 13:00**

- Zawody rozgrywane będą w kategorii dziewcząt i chłopców.
- Zawody odbędą się na ergometrach wioślarskich typu Concept II na dystansie 500 m.
- W zawodach startują 6 osobowe reprezentacje szkół; 6 dziewcząt + 6 chłopców,
- Zwycięzcą indywidualnym zostaje zawodniczka/zawodnik, która/y uzyska najlepszy czas łączny, zmierzony przez każdy ergometr spośród wszystkich startujących
- Zwycięzcą zespołowym zostaje szkoła, która uzyska najlepszy łączny czas czterech najlepszych zawodniczek/zawodników.

INFORMACJE DODATKOWE.

- Program minutowy finałów zostanie dostarczony uczestnikom imprezy po zamknięciu zgłoszeń (tylko e-mailem, jeśli będzie podany na zgłoszeniu)
- W sprawach nieujętych w niniejszym regulaminie decyduje komisja w składzie:
 - Sędzia główny zawodów,
 - Przedstawiciel organizatora POM-2017



**TENIS STOŁOWY – DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW –
SZKOŁY PODSTAWOWE; GIMNAZJA; SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE**

1. **KOORDYNATOR DYSCYPLINY SPORTU – RAFAŁ WERESZCZAKA**
2. **OBIEKTY: HALA SPORTOWA SP NR 20**
3. **TERMIN ZAWODÓW – 16.03.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY – WSZYSTKIE SZKOŁY**
4. **ZGŁOSZENIA: DO DNIA 10 marca 2017 na adres: zgloszenia@mzts.pl
RAFAŁ WERESZCZAKA – tel. 502 272 048**

PROGRAM

gra pojedyncza dziewcząt
gra pojedyncza chłopców
(wszystkie typy szkół)

UCZESTNICTWO

- Uczestniczą uczniowie płockich szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych zgłoszeni przez szkoły.
- Każda szkoła ma prawo zgłosić do turnieju po 6 chłopców i po 6 dziewcząt.
- W rozgrywkach obowiązują przepisy Polskiego Związku Tenisa Stołowego.
- Uczestnik może reprezentować zarówno szkołę, jak i klub sportowy.
- W POM mogą brać udział bez ograniczeń zawodnicy/czki posiadający aktualne licencje Polskiego Związku Tenisa Stołowego
- Uczestnicy posiadający licencje PZTS – w turniejach będą rozstawieni przez koordynatora dyscypliny.

SYSTEM ROZGRYWEK

- Turniej POM rozgrywane jest systemem radzieckim do dwóch porażek z grą o trzecie miejsce po lewej stronie i z grami systemem k.o. do ustalenia miejsc 5, 6, 7, 8, a następnie przedziałów miejsc 9-12, 13-16, 17-20, 21-24, 25-32, 33-48, 49-64, 65-96, 97-128.
- W przypadku, gdy w danej kategorii zgłosi się do 5 zawodników/zawodniczek turniej rozgrywa się systemem gier każdy z każdym.
- W przypadku zgłoszenia się od 6 do 10 zawodników w danej kategorii, turniej rozgrywa się systemem mieszanym (grupowym/pucharowym) podział na dwie grupy, w których rozgrywa się mecze systemem każdy z każdym celem wyłonienia zawodników do awansu do fazy pucharowej, w której bierze udział czterech bądź ośmiu zawodników.
- W przypadku zgłoszenia się powyżej 10 zawodników turniej rozgrywa się systemem radzieckim. Turniej finałowy POM rozgrywa się systemem radzieckim, ale bez rozgrywania meczu o trzecie miejsce - są dwa trzecie miejsca i dwa brązowe medale.

Tabela punktacji kwalifikacji i finału POM (wszystkie kategorie)

1	2	3	3-4	4	5	6	7	8	9-12	13-16	17.-20.	21-24	25-32	33-48	49-64	65-96	97-128	MIEJSCE
120	115	x	107	x	102	100	97	95	88	78	x	x	x	x	x	x	x	punktacja finału POM
90	85	81	x	77	74	72	70	68	62	53	44	36	25	10	8	6	3	punktacja kwalifikacji POM



**BIEGI PRZEŁAJOWE DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW –
SZKOŁY PODSTAWOWE, GIMNAZJA, SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE
(BIEG WAGAROWICZA)**

1. KOORDYNATOR DYSCYPLINY SPORTU – PIOTR MIESZKOWSKI
2. OBIEKTY: TEREN PRZY ZESPOLE SZKÓŁ NR 1 W PŁOCKU (OSIEDLE – MIĘDZYTORZE).
3. TERMIN ZAWODÓW – 21.03.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY – WSZYSTKIE SZKOŁY
4. ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia zawodników w Zespole Szkół nr 1 w Płocku przy wejściu do szkoły od strony boiska.

Uwaga! Przy zgłoszeniach obowiązuje rok urodzenia, a nie klasa. (Istnieje możliwość pobrania kart startowych z Internetu – www.biegwagarowicza.krzywousty.pl – wydruk obowiązkowo na białym papierze).

PIOTR MIESZKOWSKI - tel. 691 715 171 piotr.mieszkowski@gazeta.pl

DYSTANSE BIEGOWE I KATEGORIE WIEKOWE:

970 m - dziewczęta i chłopcy rocznik 2005 i młodszy

1160 m – dziewczęta i chłopcy 2004r. i 2003r.

1330 m – dziewczęta i chłopcy 1998r. 1999r. 2000r. 2001r. 2002r.

PUNKTACJA I NAGRODY:

- Dla trzech najlepszych w każdym biegu medale, dla sześciu dyplomy oraz okolicznościowe koszulki.

Dekoracja bezpośrednio po każdym biegu.

- Na bieżąco prowadzona będzie klasyfikacja medalowa szkół (o kolejności szkoły decyduje ilość zdobytych medali złotych, następnie srebrnych, brązowych, miejsc 4, 5, 6, itd.).

Uwaga! Klasyfikacja medalowa szkół prowadzona będzie w biegach przewidzianych dla danych typów szkół.

- dla szkół podstawowych: biegi 9 – 14;

- dla gimnazjów: biegi 3-8;

- dla szkół ponadgimnazjalnych biegi nr 1 i 2.

- Dla najlepszych szkół przewidziane są puchary, dyplomy oraz nagrody rzeczowe dla nauczycieli.

Punktacja szkół płockich wg klucza drużynowych biegów przełajowych Płockiego Szkolnego Związku Sportowego w późniejszym terminie. Zawody zaliczane do punktacji płockiej rywalizacji sportowej SZS oraz PŁOCKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY-2017

INFORMACJE RÓŻNE:

1. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę. Obowiązuje strój sportowy (obuwie bez kolców-wkrętów).

Prosimy nauczycieli-trenerów o poinformowanie zawodników o zabraniu zapasowych ubrań, skarpet, obuwia na przebranie po biegu.

Ważne!!!

Organizatorzy udostępniają na czas trwania imprezy szatnie sportowe, sale gimnastyczne dla zawodników i trenerów do przebrania się, lecz nie odpowiadają za rzeczy pozostawione tam. Uczestnicy biegów będą mieć możliwość pozostawienia ubrań wierzchnich i butów w szatniach szkolnych (część piwniczna budynku).

Przypominamy, że opiekun grupy odpowiada za sprzęt sportowy oraz rzeczy osobiste swoich podopiecznych w trakcie zawodów.

2. Przewidziana jest obecność telewizji, radia i prasy.

3. Opiekę medyczną zapewniamy na miejscu. Za badania lekarskie oraz ubezpieczenie uczniów odpowiada nauczyciel-trener, który przyjechał z zawodnikami.

4. Trasy biegowe będą zabezpieczone taśmą i zostaną udostępnione na rozgrzewkę do godz. 10:40.

Miejsce startu będzie zabezpieczone sztywnym ogrodzeniem.

5. Zapewniamy fachową obsługę sędziowską.

Uwaga! Sędzia główny zawodów ma prawo wyegzekwowania legitymacji szkolnych od każdego uczestnika.

W czasie startu i biegu każdy zawodnik zobowiązany jest posiadać kartę startową opieczętowaną i odpowiednio oznaczoną na starcie przez sędziów. Po ukończeniu biegu uczestnik oddaje kartę na mecie sędziemu. Zawodnik, który nie będzie posiadał znaku kontrolnego na starcie oraz mecie nie zostanie sklasyfikowany.

6. Komunikat końcowy z wyszczególnieniem wszystkich startujących zostanie umieszczony na stronie www.biegwagarowicza.krzywousty.pl

7. Każdy uczestnik bezpośrednio po biegu otrzyma kartkę z nieoficjalną kolejnością na mecie.

XIV. ZESPOŁOWE GRY SPORTOWE

PROGRAM:

SZKOŁY PODSTAWOWE - MINI GRY DLA GRUPY 13 LAT I MŁODSI

- mini koszykówka dziewcząt i chłopców;
- mini piłka nożna (szóstki piłkarskie) – dziewcząt i chłopców;
- mini piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
- mini piłka siatkowa (czwórki) dziewcząt i chłopców;
- unihokej dziewcząt i chłopców.

GIMNAZJA - ZESPOŁOWE GRY SPORTOWE (DUŻE) DLA GRUPY 16 LAT I MŁODSI

- koszykówka dziewcząt i chłopców;
- piłka nożna (szóstki piłkarskie) – dziewcząt i chłopców;
- piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
- piłka siatkowa dziewcząt i chłopców;
- unihokej dziewcząt i chłopców.

SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE ZESPOŁOWE GRY SPORTOWE (DUŻE)

- koszykówka dziewcząt i chłopców;
- piłka nożna dziewcząt i chłopców;
- piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
- piłka siatkowa dziewcząt i chłopców;
- tenis stołowy dziewcząt i chłopców.

UCZESTNICTWO:

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

- mini koszykówka 12 zawodników/czek;
- mini piłka nożna 10 zawodników/czek;
- mini piłka ręczna 14 zawodników/czek;
- mini piłka siatkowa 10 zawodników/czek;
- unihokej (13 lat i młodzi) 12 zawodników/czek;
- koszykówka 12 zawodników/czek;
- piłka nożna 10 zawodników/czek
- piłka nożna ponadgimnazjalne 18 zawodników/czek
- piłka ręczna 14 zawodników/czek;
- piłka siatkowa 12 zawodników/czek;
- unihokej (16 lat i młodzi) 12 zawodników/czek.

UWAGA:

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



PIŁKA RĘCZNA – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

1. KOORDYNATOR DYSCIPLINY SPORTU – WOJCIECH MAJCHRZAK
2. OBIEKTY: SZKOŁY PODSTAWOWE – HALA SPORTOWA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 16
GIMNAZJA – HALA SPORTOWA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 16
SZKOŁY PONADPODSTAWOWE – HALA SPORTOWA ZESPOŁU SZKÓŁ TECHNICZNYCH
3. TERMINY FINAŁÓW: SZKOŁY PODSTAWOWE – 3.03.2017 – DZIEWCZĘTA; 28.02.2017 – CHŁOPCY
GIMNAZJA – 1.03.2017 – DZIEWCZĘTA; 2.03.2017 – CHŁOPCY
SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – 27.02.2017 – DZIEWCZĘTA ELIMINACJE –
6.03.2017R – FINAŁY DZIEWCZĄT;
28.02.2017 - FINAŁY CHŁOPCÓW
4. ZGŁOSZENIA: GIMNAZJA I SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – MAŁGORZATA ŁABIŃSKA –
malgorzata.labinska@mosirplock.pl
SZKOŁY PODSTAWOWE – TOMASZ MARZEC – tomsz.marzec@mosirplock.pl

SZKOŁY PODSTAWOWE - MINI PIŁKA RĘCZNA DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

UCZESTNICTWO

- drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2004 i młodszy.
- zespół liczy do 16 zawodników

PRZEPISY GRY

- należy grać na boisku o wymiarach długość od 32 do 40 m i szerokość od 16 do 20 m.
- obowiązuje piłka nr 1 o obwodzie 50 – 52 cm.
- czas gry: 2 x 12 minut z 5 min przerwą
- 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
- obowiązuje kategoriyczny zakaz używania środków klejących piłkę.
- czas wykluczenia zawodnika 1 min.
- drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu.

PUNKTACJA

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 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 (bezpośredni mecz /-e),
 - 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.

PIŁKA RĘCZNA - GIMNAZJA DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

UCZESTNICTWO

- drużynę stanowią uczniowie gimnazjum rocznik 2001 i młodszy
- zespół liczy do 16 zawodników

PRZEPISY GRY

- czas gry: 2 x 20 minut + 5 minut przerwy.
- obowiązują rozmiary piłki: nr 1 (50-52 cm) – dziewczęta; nr 2 (54-56) - 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.

PUNKTACJA

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 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 (bezpośredni mecz /-e),
 - 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.

PRZEPISY GRY:

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami ZPRP z ułatwieniami:

- na boisku może znajdować się łącznie z bramkarzem 7 zawodników/czek;
- piłka nr „1”;
- czas gry 2 x 12 minut i 5 minut przerwy;
- sposób krycia: w I połowie system gry w obronie „każdy swego”; w II połowie dowolny system obrony;
- drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu;
- obowiązuje zakaz używania środków klejących piłkę;
- obowiązuje zakaz dokonywania zmian, gdy przy piłce jest przeciwnik;

PUNKTACJA:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis 1 punkt, za przegraną 0 punktów. O kolejności miejsc decyduje:

- większa liczba zdobytych punktów;
- większa liczba zdobytych punktów pomiędzy zainteresowanymi zespołami;
- lepsza różnica bramek między zainteresowanymi zespołami;
- lepsza różnica bramek w rozgrywkach;
- większa liczba zdobytych bramek w rozgrywkach.

SZKOŁY PONADPODSTAWOWE DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

PRZEPISY GRY:

- czas gry: 2 x 20 minut, 5 minut przerwy;
- piłka – nr 1 (dziewczęta), nr 2 (chłopcy);
- obowiązują przepisy ZPRP
- dowolny system obrony przez cały mecz;
- zakaz dokonywania zmian, gdy piłkę posiada przeciwnik;

PUNKTACJA:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis 1 punkt, za przegraną 0 punktów. O kolejności miejsc decyduje liczba zdobytych punktów. Przy równej liczbie punktów decyduje kolejno:

- większa liczba zdobytych punktów w spotkaniach między zainteresowanymi zespołami;
- lepsza różnica bramek z rozegranych spotkań;
- większa liczba zdobytych bramek.



PIŁKA NOŻNA – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

1. KOORDYNATOR DYSCIPLINY SPORTU – PIOTR SIKORA
2. OBIEKTY: ORLIKI (do ustalenia w terminie późniejszym)
3. TERMINY FINAŁÓW – SZKOŁY PODSTAWOWE: 24.04.2017 – dziewczęta; 27.04.2017 – chłopcy
GIMNAZJA – 26.04.2017 – dziewczęta i chłopcy
SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – 25.04.2017 – dziewczęta i chłopcy
4. ZGŁOSZENIA: GIMNAZJA I SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – MAŁGORZATA ŁABIŃSKA – malgorzata.labinska@mosirplock.pl
SZKOŁY PODSTAWOWE – TOMASZ MARZEC – tomsz.marzec@mosirplock.pl

SZKOŁY PODSTAWOWE - MINI PIŁKA NOŻNA - 13 LAT I MŁODSI (DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY)

UCZESTNICTWO:

- drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej 13 lat i młodszy.
- zespół liczy 10 zawodników/czek (w całym turnieju).

PRZEPISY GRY:

- zespół składa się z 5 zawodników/czek w polu + bramkarz;
- zawody powinny być rozegrane na boisku o nawierzchni trawiastej lub trawa syntetyczna boisko typu ORLIK; wymiarach szerokość 20 – 32 m długość 40 – 56 m;
- bramki: 5 x 2 m, dopuszcza się na niższych szczeblach – bramki 3 x 2 m,
- czas gry: 2 x 15 minut + 5 minut przerwy;
- obuwie: typu adidas, korki lane;
- piłka nr „4”;
- pole bramkowe: prostokąt o wymiarach 7 x 15 m (w przypadku o wymiarach boiska 20 x 40 m, pole bramkowe wyznacza półkole o promieniu 6 m (pole jak w piłce ręcznej);
- bramkarz może chwytać piłkę rękami tylko w polu bramkowym;
- gra bez „ spalonego”;
- 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 x 2 m/, za złą zmianę bramkarza – rzut karny;
- bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy boiska;
- piłka z rzutu od bramki nie może bezpośrednio przekroczyć linii środkowej;
- jeżeli piłka z rzutu od bramki przekroczy bezpośrednio linię środkową, drużyna, która nie popełniła przewinienia wykonuje rzut wolny pośredni z linii środkowej boiska. W tym przypadku nie obowiązuje przepis o „ prawie korzyści”;
- Podczas wykonywania stałych fragmentów gry zawodnicy/czki drużyny przeciwnej muszą znajdować się przynajmniej 5 m od piłki;
- stosowane będą kary wychowawcze: 2 min, 5 min i dyskwalifikacja (wykluczenie z meczu).

PUNKTACJA:

Za wygrane spotkanie 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 zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz/e)
 - b. korzystniejsza różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
 - c. lepsza różnica bramek w całym turnieju,
 - d. większa liczba bramek zdobyta w całym turnieju,
3. Jeżeli powyższe punkty nie przyniosą rozstrzygnięcia należy przeprowadzić wykonywanie rzutów karnych

między zainteresowanymi zespołami, w meczach, które muszą wyłonić zwycięzcę,
4. W przypadku remisu, przeprowadza się dogrywkę trwającą 2 x 5 minut i gra się do „złotej bramki”. Następnie rzuty karne strzelane najpierw po 5, potem po razie do skutku. Dopuszcza się również rozgrywanie turnieju na boiskach typu ORLIK. W tym przypadku obowiązują przepisy dla piłki nożnej chłopców szkół gimnazjalnych.

SZKOŁY GIMNAZJALNE PIŁKA NOŻNA CHŁOPCÓW (SZEŚCIOOSOBOWA)

UCZESTNICTWO:

Zespół liczy 10 zawodników jednej szkoły (w całym turnieju). Dalsze przepisy odnoszące się do uczestnictwa regulują przepisy Płockiej Olimpiady Młodzieży dotyczące kategorii wiekowych.

PRZEPISY GRY:

- zespół na boisku składa się z 5 zawodników w polu + bramkarz;
- czas gry: 2 x 15 minut z 5 minutową przerwą (przy trzech spotkaniach 2 x 10 min)
- boisko: szerokość 26 m, długość 56 m, boisko trawiaste lub trawa syntetyczna;
- bramki: 5 m x 2 m;
- pole karne: prostokąt o wymiarach 12 m x 16 m
- rzut karny z 9 metrów;
- rzuty wolne, różne – odległość zawodników przeciwnej drużyny 5 metrów od piłki;
- gra bez spalonego;
- zmiany hokejowe (błędy zmian karane jak w piłce ręcznej, tj. strata piłki, wykluczenie, rzut karny za złą zmianę bramkarza;
- bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy;
- bramkarz może chwycić piłkę rękami tylko w polu bramkowym;
- obuwie: trampki, lub korkotrampki tzw. „lanki”
- piłka: piłka nożna nr 5;
- gra niedozwolona i nie sportowe zachowanie – karane wykluczeniem: żółta kartka 2 minuty, czerwona kartka – 5 minut wykluczenia z meczu (po odbyciu kary na boisko wchodzi inny zawodnik)

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:

- wynik bezpośredniego spotkania;
- lepsza różnica bramek;
- większa liczba zdobytych bramek;
- rzuty karne – po meczu remisowym, który musi wyłonić zwycięzcę.

SZKOŁY GIMNAZJALNE PIŁKA NOŻNA DZIEWCZĄT

Przepisy takie same jak w mini piłce nożnej. Dopuszcza się również rozgrywanie turnieju dziewcząt na boiskach typu ORLIK. W tym przypadku obowiązują przepisy dla piłki nożnej chłopców szkół gimnazjalnych.

SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE PIŁKA NOŻNA CHŁOPCÓW

Zawody zostaną rozegrane zgodnie z przepisami PZPN.

CZAS GRY:

- 2 x 30 minut + 10 minut przerwy;
- przy 3 spotkaniach 2 x 20 minut;
- boiska i bramki – pełnowymiarowe;
- obuwie piłkarskie – korkotrampki;
- w czasie gry można wymienić 5 zawodników w polu oraz bramkarza;
- piłka nr 4”.

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 ilości punktów decyduje kolejno:

- wynik bezpośredniego spotkania;
- lepsza różnica bramek;
- większa liczba zdobytych bramek;
- rzuty karne – po meczu remisowym.



KOSZYKÓWKA – DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW

1. KOORDYNATOR DYSCIPLINY SPORTU – MAREK CZERWIŃSKI
2. OBIEKTY:
SZKOŁY PODSTAWOWE – SALA GIMNASTYCZNA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 21 (rozgrywki zakończone)
GIMNAZJA - SALA GIMNASTYCZNA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 21 (rozgrywki zakończone)
SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – SALA SPORTOWA ZS NR 1
3. TERMINY FINAŁÓW – SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – 2.03.2017 – DZIEWCZĘTA; 3.03.2017 - CHŁOPCY
4. ZGŁOSZENIA: GIMNAZJA I SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – MAŁGORZATA ŁABIŃSKA – malgorzata.labinska@mosirplock.pl
SZKOŁY PODSTAWOWE – TOMASZ MARZEC – tomsz.marzec@mosirplock.pl

SZKOŁY PODSTAWOWE - MINI KOSZYKÓWKA DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW

UCZESTNICTWO

- drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2004 i młodszy. - zespół liczy 10 -12 zawodników/czek.

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:

- krycie “każdy swego” (zakaz gry obroną strefową),
- przepis połowy,
- przepis 3 sekund,
- przepis 5 sekund.
- w przypadku remisu zarządza się 3 minutowe dogrywki.
- w wypadku nieprzestrzegania przepisu „krycia każdy swego” i po zwróceniu uwagi trenerowi, odgwisdywany jest faul techniczny B (faul ławki). Karą jest rzut wolny, a po nim piłka zostaje przyznana jest drużynie, która wykonywała rzut.
- 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.

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 lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów.
 - większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - lepszy stosunek koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - lepszy stosunek koszy zdobytych do straconych w całym turnieju,
 - większa liczba zdobytych koszy w całym turnieju.

KOSZYKÓWKA – GIMNAZJA DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW

UCZESTNICTWO

Drużynę stanowią uczniowie gimnazjum rocznik 2001 i młodszy. Zespół liczy 8 - 12 zawodników.

PRZEPISY GRY

- czas gry: 4 x 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.
- zawody nie mogą się rozpocząć, jeżeli zespół nie liczy 8 zawodników.
- w razie remisu zarządza się 5 minutowe dogrywki.
- czas akcji – 24 sekundy. Piłkę trzeba wprowadzić na pole przeciwnika w ciągu 8 sekund.
- 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 piłką nr 7

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 lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów.
 - większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - lepszy stosunek koszy zdobytych do straconych w meczach pomiędzy zainteresowanymi drużynami,
 - lepszy stosunek koszy zdobytych do straconych w całym turnieju,
 - większa liczba zdobytych koszy w całym turnieju.

PRZEPISY GRY:

- czas gry: 4 x 6 minut (czystej gry)
- piłka: nr „5”
- zespół I i II kwartę gra innymi piątkami; w III i w IV kwarcie obowiązuje dowolność zmian
- zawodnicy/czki 11 i 12 pozostają w dyspozycji trenera
- w przypadku popełnienia 5 przewinień (dotyczy I i II kwarty) do gry wchodzi zawodnik/czka 11 lub 12
- obowiązuje krycie” każdy swego” (zakaz gry obroną strefową), przepis połowy, przepis 3 sek., przepis 5 sek.
- przewinieniach technicznych dla zawodników/czek i trenerów decyduje sędzia zgodnie z przepisami PZKosz.
- za przewinienia dokonane na zawodniku rzucającym celnie do kosza nie przyznaje się dodatkowego rzutu
- kosz powinien być zawieszony na wysokości 260 cm od podłoża
- odległość linii rzutów wolnych od tablicy wynosi 4 m - nie wyznacz się linii wolnych za 3 punkty.

PUNKTACJA:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis 1 punkt, za przegraną 0 punktów. O kolejności miejsc decyduje większa liczba zdobytych punktów. W przypadku równej liczby punktów decyduje liczba punktów między zainteresowanymi.

KOSZYKÓWKA – SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

PRZEPISY GRY:

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZPKosz.

- zaleca się, aby dziewczęta rozegrały spotkania piłką nr „6”.
- czas gry: 4 x 10 minut;
- spotkanie nie może się rozpocząć, jeśli zespół liczy mniej niż 8 zawodników/czek. W razie remisu zarządza się 5 minutową dogrywkę.

PUNKTACJA

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

- większa liczba zdobytych punktów;
- większa liczba punktów między zainteresowanymi drużynami.



SIATKÓWKA DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW

1. KOORDYNATOR DYSCIPLINY SPORTU – ROBERT KOKOSZA
2. OBIEKTY: SZKOŁY PODSTAWOWE – SALA GIMNASTYCZNA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 23
GIMNAZJA I SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – GIMNAZJUM NR 8
3. TERMINY FINAŁÓW: SZKOŁY PODSTAWOWE – 6.03.2017 – dziewczęta; 7.03.2017 – chłopcy
GIMNAZJA – 7.03.2017 – dziewcząt i chłopców,
SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – 8.03.2017 – dziewcząt i chłopców
4. ZGŁOSZENIA: GIMNAZJA I SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – MAŁGORZATA ŁABIŃSKA –
malgorzata.labinska@mosirplock.pl
SZKOŁY PODSTAWOWE – TOMASZ MARZEC – tomsz.marzec@mosirplock.pl

SZKOŁY PODSTAWOWE – DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW - MINISIATKÓWKA – CZWÓRKI

UCZESTNICTWO

- drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2004 i młodszy.
- w skład zespołu wchodzi 10 zawodników (w całym turnieju)

PRZEPISY GRY

- wymiary boiska: 14 m x 7 m, na boisku wyznacza się linię 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 rezerwowi.
- 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

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 lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
 - a. lepszy (wyższy) stosunek setów – wygranych do przegranych pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
 - b. lepszy (wyższy) stosunek małych punktów – zdobytych do straconych pomiędzy zainteresowanymi zespołami.,
 - c. wynik bezpośredniego meczu pomiędzy zainteresowanymi zespołami.

GIMNAZJA i SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE – DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW

PRZEPISY GRY:

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZPS.

- wysokość siatki: dziewczęta – 224 cm; chłopcy – 243 cm
- sety rozgrywane są tie breakiem do 25 punktów
- spotkanie należy rozgrywać do dwóch wygranych setów.

PUNKTACJA:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegraną 0 punktów. O kolejności miejsc decyduje kolejno:

- większa liczba zdobytych punktów;
- lepszy stosunek setów;
- lepszy stosunek małych punktów.



UNIHOKEJ – DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW

1. KOORDYNATOR DYSCYPLINY SPORTU – KATARZYNA WRÓBEL
2. OBIEKTY: SALA GIMNASTYCZNA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 22
3. TERMINY FINAŁÓW: SZKOŁY PODSTAWOWE – 1.03.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY
GIMNAZJA – 28.02.2017 – DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY
4. ZGŁOSZENIA: GIMNAZJA – MAŁGORZATA ŁABIŃSKA – malgorzata.labinska@mosirplock.pl
SZKOŁY PODSTAWOWE – TOMASZ MARZEC – tomsz.marzec@mosirplock.pl

UNIHOKEJ - SZKOŁY PODSTAWOWE DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

UCZESTNICTWO

- drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły podstawowej urodzeni w 2004 i młodszy.
- zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców
- zespół składa się z 12 zawodników – 5 na boisku + bramkarz i 6 rezerwowych

PRZEPISY GRY

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

- czas gry 3 tercje x 5-10 minut + 1 – 2 minuty przerwy (w zależności od ilości drużyn)
- bramki 160 cm x 115 cm (dopuszcza się bramki klubowe 140 cm x 105 cm)
- pole bramkowe: szerokość 5 m, długość 4 m.
- pole przed bramkowe: szerokość 2,5 m, długość 1 m (linia bramkowa znajduje się 3,5 od linii końcowej boiska)
- dopuszcza się w rozgrywkach miejskich/gminnych hale o mniejszych rozmiarach niż przewidują przepisy PZU

PUNKTACJA:

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

O kolejności zespołów decydują kolejno:

a. większa liczba zdobytych punktów

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

- większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
- większa, dodatnia różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
- lepsza różnica bramek w całym turnieju,
- większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju,

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

UNIHOKEJ – GIMNAZJA DZIEWCZĄT i CHŁOPCÓW

UCZESTNICTWO

- drużynę stanowią uczniowie gimnazjum rocznik 2001 i młodsi.
- 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.

PRZEPISY GRY

- wymiary boiska szer. 18-20 m dł. 36-40 m.

- czas gry: 3 tercje x 5-10 minut + 2 minuty przerwy (zgodnie z ustaleniami organizatora).
- pole bramkowe: szerokość 5 m długość 4 m,
- pole przed bramkowe szerokość 2,5 m długość 1 m (linia bramkowa znajduje się 3,5 m od linii końcowej boiska)
- bramki 160 x 115 cm (dopuszcza się bramki klubowe 140 x 105 cm)

PUNKTACJA

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

O kolejności zespołów decydują kolejno:

a. większa liczba zdobytych punktów

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

- większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
- większa, dodatnia różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
- lepsza różnica bramek w całym turnieju,
- większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju,

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

ORGANIZATORZY:

MIEJSKI OŚRODEK SPORTU I REKREACJI PŁOCK Sp. z O.O.

PŁOCKI SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY

PŁOCKI KLUB OLIMPIJCZYKA

przy współudziale

URZĘDU MIASTA PŁOCKA



ZGŁOSZENIE DO ZAWODÓW PŁOCKIEJ OLIMPIADY MŁODZIEŻY- 2017

1. SZKOŁA.....
nazwa szkoły
2. DYSCYPLINA SPORTU.....
wpisać dyscyplinę sportu
3. PŁEĆ
4. STOPIEŃ WSPÓŁZAWODNICTWA.....
eliminacje/finał
5. OPIEKUN.....

Niniejszym, zgłaszamy niżej wymienionych – uczniów do udziału w zawodach w dniach.....w dyscyplinie sportu..... Jako przedstawiciela naszej Szkoły zgłaszamy Panią/Pana, która/y jest upoważniona/y do podejmowania wszelkich decyzji w imieniu Szkoły. Jednocześnie oświadczam, że wszyscy zgłoszeni uczniowie spełniają kryteria udziału w sportowych zawodach międzyszkolnych.

Lp.	IMIĘ I NAZWISKO	ROK URODZ.	DYSCYPLINA SPORTU	KONKURENCJA	UWAGI
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					

Pieczęć i podpis
Dyrektora Szkoły