

**URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO
DEPARTAMENT EDUKACJI PUBLICZNEJ
I SPORTU**

**SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY WARSZAWY
I WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO**

R E G U L A M I N

**XXII MAZOWIECKICH IGRZYSK
MŁODZIEŻY SZKOLNEJ**

NA ROK SZKOLNY 2019/2020

MAZOWIECKIE IGRZYSKA MŁODZIEŻY

SZKOLNEJ (MIMS)

OGÓLNE ZAŁOŻENIA REGULAMINOWE

1. CEL

- aktywne uczestnictwo dzieci i młodzieży w szkolnych i międzyszkolnych imprezach sportowych stanowiących kontynuację celów i zadań ogólnego wychowania fizycznego i zdrowotnego;
- przeciwdziałanie postępującym zjawiskom zachowań patologicznych poprzez uczestnictwo dzieci w zajęciach rekreacyjno – sportowych oraz imprezach i zawodach sportowych;
- tworzenie każdemu dziecku warunków do czynnego uczestnictwa w różnych formach sportu;
- popularyzacja i upowszechnianie sportu wśród ogółu dzieci.

2. ZADANIA

- poszerzenie procesu systematycznego szkolenia dzieci z uwzględnieniem ich rozwoju biologicznego;
- ocena gmin, powiatów i szkół, uczniowskich klubów sportowych działających w szkole;
- rozwój dyscyplin sportowych preferowanych na Mazowszu poprzez włączenie dzieci do współzawodnictwa sportowego;

3. KIEROWNICTWO

- ogólne kierownictwo nad przebiegiem Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej sprawuje Szkolny Związek Sportowy Warszawy i Województwa Mazowieckiego upoważniony przez władze sportowe i oświatowe Województwa Mazowieckiego i Sejmiku Mazowieckiego.

4. ORGANIZATOR

- bezpośrednim organizatorem jest Szkolny Związek Sportowy Warszawy i Województwa Mazowieckiego przy ścisłej współpracy z lokalnymi (gminnymi i powiatowymi) SZS;
- na poszczególnych szczeblach rozgrywkowych organizatorami są:

- w szkole – Szkolne i Uczniowskie Kluby Sportowe;
- w gminie – Zarządy Gminne SZS przy współpracy z Wydziałami i Referatami Kultury Fizycznej i Sportu oraz Referatami Oświaty;
- w powiecie – Zarządy Powiatowe SZS przy współpracy z Wydziałami bądź Referatami Oświaty i Kultury Fizycznej w poszczególnych powiatach;
- w rejonie – Wiodące Powiatowe Zarządy SZS tj.:

- Zarząd Powiatowy Grodzko – Ziemski SZS w Ostrołęce obejmujący powiaty:
 - Miasto Ostrołęka
 - powiat ostrołęcki - ziemski
 - powiat przasnyski
 - powiat wyszkowski
 - powiat ostrowski
 - powiat makowski
- SZS Ziemia Ciechanowska w Ciechanowie obejmujący powiaty:
 - powiat ciechanowski
 - powiat mławski
 - powiat żuromiński
 - powiat płoński
 - powiat pułtuski
- Płocki SZS w Płocku obejmujący powiaty:
 - Miasto Płock
 - powiat płocki
 - powiat gostyniński
 - powiat sierpecki
- Powiatowy Grodzko – Ziemski SZS w Radomiu:
 - Miast Radom
 - powiat radomski
 - powiat zwoleński
 - powiat lipski
 - powiat białobrzeski
 - powiat szydlowiecki
 - powiat przysuski
 - powiat grójecki
 - powiat kozienicki
- Zarząd Powiatowy SZS w Siedlcach obejmujący powiaty:
 - Miasto Siedlce
 - powiat siedlecki
 - powiat łosicki
 - powiat węgrowski
 - powiat sokołowski
 - powiat miński
 - powiat garwoliński
- Zarząd Powiatowy SZS w Legionowie obejmujący powiaty:
 - powiat legionowski
 - powiat nowodworski
 - powiat wołomiński
 - powiat otwocki
 - powiat piaseczyński
- Zarząd Powiatowy SZS w Sochaczewie obejmujący powiaty:
 - powiat sochaczewski
 - powiat grodziski
 - powiat pruszkowski
 - powiat warszawski – zachodni
 - powiat żyrardowski
- Zawody w Warszawie organizuje i nadzoruje Szkolny Związek Sportowy Warszawy i Województwa Mazowieckiego (SZS WiWM) przy udziale Dzielnicowych Zarządów SZS.

Przebieg i realizacja Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej wspomagana jest przez Komitet Organizacyjny w składzie przedstawicieli:

- Województwa Mazowieckiego
- Sejmiku Mazowieckiego
- Szkolnego Związku Sportowego WiWM
- Zarząd Powiatowy SZS – organizator wykonawczy Igrzysk
- Stowarzyszenie Okręgowych Związków Sportowych
- Lokalnych Klubów Sportowych
- i innych wskazanych przez organizatora wykonawczego (np. sponsorzy itp.)

5. UCZESTNICTWO

W zawodach Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej prawo startu mają mistrzowie poszczególnych rejonów rozgrywkowych a mianowicie:

- -w kategorii wiekowej „dzieci” - rocznik 2007 i młodsi
- -w kategorii wiekowej „młodzieży” – rocznik 2005-2006
- -w kategorii wiekowej „licealiada” – rocznik 2000 i młodsi (uczniowie dziennych szkół średnich)

w grach zespołowych:

Warszawa	- 1 zespół
Radom	- 1 zespół
Płock	- 1 zespół
Ostrołęka	- 1 zespół
Ciechanów	- 1 zespół
Siedlce	- 1 zespół
Legionowo	- 1 zespół
Sochaczew	- 1 zespół

W przypadku niezgłoszenia się do zawodów przez którąś drużynę, gospodarz zawodów ma prawo wystawić dodatkowy zespół.

- w niżej wymienionych dyscyplinach:

- pływanie
- sztafetowe biegi przełajowe
- tenis stołowy
- czwórbój LA

prawo startu mają mistrzowie i wicemistrzowie (po dwa zespoły) z poszczególnych rejonów.

- w obu kategoriach wiekowych i wszystkich dyscyplinach zespół składa się z uczniów jednej szkoły (z wyjątkiem indywidualnych biegów przełajowych);
- prawo reprezentowania szkoły mają uczniowie, którzy w danym roku szkolnym rozpoczęli naukę nie później niż 1 października;
- obowiązuje ścisły podział na kategorie wiekowe;
- o udziale w kolejnym szczeblu zawodów decyduje start w zawodach niższego szczebla;
- szkoły (SKS, UKS) biorące udział w zawodach wszystkich szczebli ubezpieczają swoich uczniów we własnym zakresie;
- w zawodach rejonowych i wojewódzkich drużyny mogą rozegrać dziennie dwa spotkania w normalnym czasie, lub więcej przy skróconym czasie gry;

- 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;
- do zawodów dopuszczani są uczniowie/ce bez dodatkowych badań lekarskich, posiadający grupę dyspanseryjną A lub B uczestniczący czynnie w zajęciach wychowania fizycznego.
- **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. Drużyna przystępująca do zawodów powinna okazać organizatorom zgłoszenie przez system SRS. Drużyny bez zgłoszenia w SRS nie będą dopuszczane do zawodów**
- **Każdy uczeń musi posiadać zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na udział w zawodach. Zgody zbiera i przechowuje szkoła zgłaszająca się do rozgrywek. Według wzoru zamieszczonego na www.srs.szs.pl .**

6. PROGRAM MIMS

1) Kategoria dzieci - rocznik 2007 i młodsi - Szkoły Podstawowe

- biegi przełajowe – 800 m dla dziewcząt i 1000 m dla chłopców;
- sztafetowe biegi przełajowe – 10 x 800m dziewcząt i chłopców;
- czwórbój LA dziewcząt i chłopców;
- pływanie drużynowe dziewcząt i chłopców (sztafety + biegi indywidualne);
- gimnastyka dziewcząt i chłopców (rocznik 2007-2010);
- tenis stołowy dziewcząt i chłopców;
- badminton dziewcząt i chłopców;
- unihokej dziewcząt i chłopców;
- mini koszykówka dziewcząt i chłopców;
- mini piłka nożna dziewcząt i chłopców;
- mini piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
- mini piłka siatkowa dziewcząt i chłopców;
- szachy;

Kategoria młodzieży - rocznik 2005-2006 – Szkoły Podstawowe

- biegi przełajowe (indywidualne – 1000m dziewcząt, 1000m chłopców);
- sztafetowe biegi przełajowe – 10x800m dziewcząt, 10x1000m chłopców
- LA indywidualnie: dziewcząt i chłopców
- pływanie dziewcząt i chłopców /sztafety + biegi indywidualne/
- unihokej dziewcząt i chłopców;
- tenis stołowy dziewcząt i chłopców;
- badminton dziewcząt i chłopców;
- koszykówka dziewcząt i chłopców;
- piłka nożna dziewcząt i chłopców;
- piłka ręczna dziewcząt i chłopców;
- piłka siatkowa dziewcząt i chłopców;
- szachy – zespoły mieszane

Kategoria wiekowa Licealiada - średnie szkoły dzienne (w zależności od posiadanych środków)

- indywidualne biegi przełajowe – 1500m dziewcząt i 2000m chłopców
- sztafetowe biegi przełajowe (7 x 1000 m. dziewcząt)
(7 x 1000m chłopców)
- koszykówka dziewcząt i chłopców
- piłka nożna dziewcząt i chłopców
- piłka ręczna dziewcząt i chłopców
- piłka siatkowa dziewcząt i chłopców
- tenis stołowy dziewcząt i chłopców
- unihokej dziewcząt i chłopców
- badminton dziewcząt i chłopców
- pływanie drużynowe dziewcząt i chłopców /sztafeta + biegi indywidualne/
- szachy – zespoły mieszane

Oprócz wymienionych wyżej dyscyplin rejonowe Szkolne Związki Sportowe, partnerzy zadania na poszczególnych etapach rozgrywek mogą organizować także zawody w innych dyscyplinach jak:

- narciarstwo biegowe
- koszykówka 3x3
- siatkówka plażowa
- piłka nożna halowa
- szkolna drużynowa liga LA

7. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW

Obowiązują szczegółowe regulaminy dyscyplin sportowych.

W grach zespołowych uczestniczące zespoły zostają podzielone na dwie grupy rozgrywkowe. W rozgrywkach o miejsca 1-4 obowiązuje system półfinałów, a grupach system rozgrywek „każdy z każdym”. W przypadku niezgłoszenia się do zawodów przez którąś drużynę, gospodarz zawodów ma prawo wystawić dodatkowy zespół.

8. OCENA IGRZYSK

Zarządy Gminne i Powiatowe winny prowadzić ocenę współzawodnictwa SKS, UKS szkół wg własnych kryteriów adekwatnych dla swoich środowisk. Powinno się również odbyć podsumowanie i ocena zawodów rejonowych. Organizator zawodów finałowych Igrzysk dokona oceny Igrzysk osobno dla każdej kategorii wiekowej i w każdej dyscyplinie sportowej przyznając za osiągnięcia nagrody regulaminowe.

Zasady naliczania punktów:

- Zawody finałowe Igrzysk punktowane będą dla obu kategorii wiekowych wg zasady:

I	m-ce	16 pkt.
II	m-ce	12 pkt.
III	m-ce	10 pkt.
IV	m-ce	8 pkt.
V	m-ce	7 pkt.
VI	m-ce	6 pkt.
VII	m-ce	5 pkt.

VIII	m-ce	4 pkt.
IX	m-ce	3 pkt.
X	m-ce	2 pkt.
za udział		1 pkt.

Ocenię podlegać będą również Gminy i Powiaty. Suma punktów zdobytych przez wszystkie szkoły z gmin i powiatów złoży się na powyższą ocenę.

9. NAGRODY

Za zawody nagrody otrzymują:

- szkoły - za miejsca I-III - puchary
- za miejsca I-VI - dyplomy
- zawodnicy - za miejsca I-III – medale
- w poszczególnych punktacjach przyznane zostaną puchary i dyplomy za miejsca I-VI

10. FINANSOWANIE

- zawody szkolne - finansowane są przez Szkoły i UKS-y
- zawody gminne - koszty ponoszą Urzędy Gminne
- zawody powiatowe - koszty ponoszą Urzędy Powiatowe
- zawody międzypowiatowe i finały wojewódzkie - koszty pokrywa Szkolny Związek Sportowy Warszawy i Województwa Mazowieckiego ze środków otrzymanych z Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego, Ministerstwa Sportu i Turystyki oraz sponsorów.

11. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

W sprawach szczegółowych dotyczących interpretacji postanowień regulaminu lub w sprawach nim nie objętych decydują 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 Igrzysk.

Prawo dokonywania zmian regulaminowych przysługuje wyłącznie Szkolnemu Związkowi Sportowemu Warszawy i Województwa Mazowieckiego.

REGULAMINY POSZCZEGÓLNYCH DYSCYPLIN SPORTOWYCH OBJĘTYCH PROGRAMEM IGRZYSK

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

I. 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 2007 - 800 m dla dziewcząt i 1000m chłopców

Rocznik 2008 –800 m dla dziewcząt i 1000m chłopców

Młodzież

Rocznik 2005- 1000 m dla dziewcząt i 1000 m dla chłopców

Rocznik 2006- 1000 m dla dziewcząt i 1000 m dla chłopców

Licealiada

Rocznik 2000 - 2002 - 1500 m dla dziewcząt i 2000 m dla chłopców

Rocznik 2003 – 2004 - 1500 m dla dziewcząt i 2000 m dla chłopców

Biegi sztafetowe:

- Rocznik 2007-2008 - 10 x 800 dziewcząt i chłopców

- Rocznik 2005-2006 - 10 x 800 dziewcząt

- 10 x 1000 chłopców

-Rocznik 2000 i młodsi - 7 x 1000 dziewcząt

- 7 x 1000 chłopców

2. Uczestnictwo:

- w biegach indywidualnych startuje po 6-12 najlepszych zawodników/czek z zawodów międzypowiatowych osobno na każdym dystansie wynikającym z programów zawodów.

- w biegach sztafetowych startują dwie najlepsze szkoły z zawodów rejonowych wg ustalonej zasady w regulaminie ogólnym Igrzysk.

3. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Nie dopuszcza się biegu w obuwiu z kolcami.

W biegach indywidualnych i na pierwszej zmianie w sztafetach wszyscy startują ze startu wspólnego. Strefa zmian w sztafetach wynosi 20 m.

4. 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 punktację szkolną.

II. 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.

2. Uczestnictwo:

W zawodach prawo startu mają reprezentacje szkół podstawowych oddzielnie dziewcząt i chłopców. Reprezentacja składa się z 6 dziewcząt i 6 chłopców rocznik 2007 i młodsi.

3. Sposób przeprowadzania zawodów:

Zawody zostaną rozegrane w ciągu 1-go dnia.

1 dzień dziewczęta

2 dzień chłopcy

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

a) 60 m

Bieg będzie rozgrywany w seriach na czas. Zawodnicy startują z bloków i powinni biec po przydzielonym im torze od startu do mety. Zawodnik zostaje wyeliminowany z biegu po trzecim falstartcie 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 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 stracenia 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”.
- d) 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.

4. 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 (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 w 4-boju najlepszego zawodnika.

III. LEKKOATLETYKA-MŁODZIEŻ - indywidualna, rocznik 2005-2006

- 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:

- dziewczęta - 100,200, 300, 600, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą (3 kg), sztafeta 4 x 100 m i olimpijska
- chłopcy - 100,200, 300, 6000, 1000, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą (5 kg), sztafeta 4 x 100 m i olimpijska

1. Uczestnictwo:
W zawodach mają prawo startu:
Po 3 najlepszych zawodników z zawodów międzypowiatowych.
Po 2 najlepsze sztafety z zawodów międzypowiatowych
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.
2. Punktacja:
Współzawodniczą osobno dziewczęta i chłopcy. Suma punktów uzyskanych przez szkołę w klasach daje końcowy wynik danej szkoły.
Obowiązuje następująca punktacja:

I m	9 pkt.	VII – IX	3 pkt
II m	7 „	X - XI	2 „
III m	6 „	XII	1 „
IV - V m.	5 „		
VI - VII m.	4 „		

Troje pierwszych zawodników/czek w każdej konkurencji i dwie pierwsze sztafety z zawodów Warszawskiej Olimpiady Młodzieży oraz po troje zawodników/czek i dwie sztafety z zawodów rejonowych kwalifikuje się do zawodów finałowych Igrzysk.

IV. 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 – chłopców;
 2. Uczestnictwo:
Startują drużyny szkolne składające się po 8 zawodników/czek tj. po 2 dziewczynki i 2-óch chłopców z roczników 2009-2012
 3. Sposób przeprowadzania ćwiczeń:
W zawodach szkolnych oceniać ćwiczenia może jedna osoba.
W zawodach gminnych, dzielnicowych minimum 2-ch, 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 ćwic.	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 wyprostowania (w biodrach) po odbiciu z RR za kozłem (lok 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.

Drażek – wymyk do podporu przodem (chłopcy)

- drażek przyścienny lub zawieszony na drabinie

Ocena ćwiczenia:

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

V. DRUŻYNOWE I INDYWIDUALNE ZAWODY W PLYWANIU

- 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:

Roczniki 2007-2010 (dzieci) :

- sztafeta 8 x 25 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców
- indywidualne:
 - 25 m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców – rocznik 2009
 - 25 m stylem grzbietowym dziewcząt i chłopców – rocznik 2010
 - 25 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2009
 - 25 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2010
 - 50 m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców – rocznik 2007
 - 50 m stylem klasycznym dziewcząt i chłopców – rocznik 2008
 - 50 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2007
 - 50 m stylem dowolnym dziewcząt i chłopców – rocznik 2008

Dla rocznika 2005-2006 (młodzież)

- sztafeta 6 x 25 m dziewcząt i chłopców
- indywidualne:
 - 50 m grzbietowym - dziewcząt i chłopców – po 2 zawodników z danej szkoły

- 50 m dowolnym - dziewcząt i chłopców – po 2 zawodników z danej szkoły
- 50 m klasycznym - dziewcząt i chłopców – po 2 zawodników z danej szkoły

Rocznik 2000 i młodsi (licealiada):

- sztafeta 4 x 25 m dziewcząt i chłopców
- indywidualne:
 - 50 m grzbietowym - dziewcząt i chłopców – po 2 zawodników z danej szkoły
 - 50 m dowolnym - dziewcząt i chłopców – po 2 zawodników z danej szkoły

2. Uczestnictwo:

3. W zawodach dzieci startują zespoły 8-mio osobowe – po dwie osoby z każdego rocznika od 2010 do 2007 - wszyscy z jednej szkoły, w zawodach młodzieży – zespoły 6-osobowe, po dwie osoby w każdym ze stylów, rocznik 2005-2006, wszyscy z jednej szkoły, w licealiadzie – zespoły 4-osobowe po 2 osoby w każdym ze stylów, rocznik 2000 i młodsi

4. W konkurencjach indywidualnych dzieci, startują ze składu sztafety 4 zawodników /czek po jednym /nej z roczników 2010 i 2009 na dystansie 25 m stylem grzbietowym i po jednej stylem dowolnym, analogicznie z roczników 2008 i 2007 na dystansie 50 m dowolnym i klasycznym. Sztafeta 8x25 m stylem dowolnym – po 2 zawodników z każdego rocznika od 2010 do 2007.

W konkurencjach indywidualnych młodzieży i licealiady startuje ze składu sztafety po 2 zawodników w każdym stylu.

Sztafeta 6x25m stylem dowolnym (młodzież) – 6 zawodników z danej szkoły.

Sztafeta 4x25m stylem dowolnym (licealiada) – 4 zawodników z danej szkoły.

5. 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 powoduje dyskwalifikację sztafety.

6. Punktacja:

Obowiązuje łączna punktacja szkół tj. za sztafetę i konkurencje indywidualne wg zasady:

- suma czasów sztafety i konkurencji indywidualnych.
- Zespół, który nie wystawił sztafety nie będzie klasyfikowany

VI. 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 2007-2008 (Szkoły Podstawowe)

Młodzież – rocznik 2005-2006 (Szkoły Podstawowe)

Licealiada- rocznik 2000 i młodsi, uczniowie dziennych szkół średnich

- Drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły urodzeni w 2007-2008 (dzieci) lub 2005-2006 (młodzież), Licealiada 2000 i młodsi . Zespół liczy:

- 2 dziewczynki + 1 rezerwowa,
- 2 chłopców + 1 rezerwowi,
- - obowiązuje ten sam skład przez cały turniej.

- **Sposób przeprowadzenia zawodów**

- Kolejność gier:

▪ I rzut	II rzut	III rzut
▪ A – X		A – Y
○	Gra podwójna	
▪ B – Y		B – X

- Mecz rozgrywany jest do trzech wygranych punktów.
- Gry rozgrywane są do trzech wygranych setów (set będzie wygrany przez zawodnika lub parę, którzy pierwsi zdobędą 11 punktów) oprócz stanu gdy obaj zawodnicy zdobędą 10 pkt, wtedy set będzie wygrany przez pierwszego zawodnika, który w trakcie gry uzyska prowadzenie 2 pkt.
- Zawodnik rezerwowi 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.

VII. BADMINTON DRUŻYNOWY

Badminton (w kategorii dzieci , młodzieży i licealiada)

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 dwóch kategoriach wiekowych:
 - rocznik 2006 i młodsi (dzieci)
 - rocznik 2003-2005 (młodzież)
 - uczniowie średnich szkół dziennych 1999 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.
- Zawodnik, który rozpoczął grę, musi ją dokończyć. Mecz składa się z dwóch gier singlowych i jednej gry podwójnej.

2. Sposób przeprowadzenia zawodów:

Kolejność gier:		
I rzut	II rzut	III rzut
A – X		A – Y
	Gra podwójna	
B – Y		B – X

- Zawody finałowe rozgrywane są systemem pucharowym do dwóch przegranych.
- Mecz rozgrywany jest do dwóch wygranych pojedynków.

- Pojedynek rozgrywany jest do dwóch wygranych setów.
- Sety do 11 pkt.
- Zawody przeprowadzone zostaną zgodnie z ogólnym regulaminem MIMS i przepisami Polskiego Związku Badmintona.
-

VIII. SZACHY (w kat. dzieci, młodzież, licealiada)

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.

I. Uczestnictwo:

1. drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły
 - dzieci - 2007 i młodsi
 - młodzież – (2005-2006)
 - licealiada - uczniowie średnich szkół dziennych (2000 i młodsi)
2. drużyna składa się z 4 osób:
 - I szachownica
 - chłopiec lub dziewczyna
 - II szachownica
 - chłopiec lub dziewczyna
 - III szachownica
 - chłopiec lub dziewczyna
 - IV szachownica
 - dziewczyna,
3. skład drużyny obowiązuje przez cały turniej.
4. w zawodach obowiązują przepisy FIDE i PZSzach.
5. do ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu upoważniony jest sędzia główny, którego decyzje są ostateczne.
6. zaleca się wprowadzenie na każdym etapie rozgrywek kojarzenia komputerowego systemem ChessArbiter.

II. Program zawodów

1. zaleca się prowadzenie zawodów systemem szwajcarskim kontrolowanym na dystansie 7-9 rund (w przypadku rozgrywek wojewódzkich)
2. tempo gry, w przypadku posiadania zegarów elektronicznych 15 min. na partię dla zawodnika. W przypadku nie posiadania zegarów elektronicznych 10-20 min. na partię dla zawodnika w rozgrywkach wojewódzkich.

III. Punktacja

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

ZESPOŁOWE GRY SPORTOWE

PROGRAM

1. Mini gry
dzieci – rocznik 2007 i młodsi:
 - mini koszykówka dziewcząt i chłopców
 - piłka nożna (szóstki piłkarskie) – dziewcząt i chłopców
 - piłka ręczna dziewcząt i chłopców
 - piłka siatkowa (czwórki) dziewcząt i chłopców
 - unihokej dziewcząt i chłopców

2. Zespołowe gry sportowe (duże)
młodzież – rocznik 2005-2006
licealiada – rocznik 2000 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

UCZESTNICTWO:

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

- mini koszykówka	12	zawodników/czek
- siatkówka (czwórki)	10	zawodników/czek
- unihokej (2006 i młodsi)	12	zawodników/czek
- koszykówka	12	zawodników/czek
- piłka nożna	10	zawodników/czek
- piłka ręczna	16	zawodników/czek
- piłka siatkowa	12	zawodników/czek
- unihokej	12	zawodników/czek

UWAGA:

Rocznik początkowy w poszczególnych kategoriach wiekowych liczy się od stycznia tj. od drugiej części kalendarzowej roku szkolnego (dot. całego programu Igrzysk).

PRZEPISY SZCZEGÓŁOWE MINI GIER:

I. MINI KOSZYKÓWKA:

Dzieci – rocznik 2007 i młodszy (dziewczeta i chłopcy)

- 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 2007 i młodszy.
- zespół liczy 10-12 zawodników/czek.
- zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców

2. 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:**
- a. krycie „każdy swego” (zakaz gry obroną strefową),
 - b. przepis połowy,
 - c. przepis 3 sekund,
 - d. przepis 5 sekund.
- w przypadku remisu zarządza się 3 minutowe dogrywki.
 - w wypadku nieprzestrzegania przepisu „krycia każdy swego” i po zwróceniu uwagi trenerowi, odgwizdywany 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.

3. 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 (-a) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi drużynami. 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.

II. SIATKÓWKA (CZWÓRKI):

Dzieci – rocznik 2007 i młodsi (dziewczeta i chłopcy)

- **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 2007 i młodsi.
- w skład zespołu wchodzi 10 zawodników (w całym turnieju)
- zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców

2. 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 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 nie wykonuje akcji w bloku i ataku z piłką powyżej górnej taśmy w każdym miejscu na boisku,
- 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

3. 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.

III. PIŁKA RĘCZNA:

Dzieci – rocznik 2007 i młodsi (dziewczeta i chłopcy)

- **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 2007 i młodsi.
- zespół liczy do 16 zawodników
- zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców

2. 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, dopuszcza się piłkę nr 2 (54-56cm) dla chłopców
- czas gry: 2 x 12 minut z 5 min przerwą
- dowolny system ustawienia obrony podczas całego meczu.
- zmiany zawodników możliwe są w dowolnym momencie meczu
- obowiązuje kategoriyczny zakaz używania środków klejących piłkę.
- czas wykluczenia zawodnika 1 min.
- drużyna ma prawo wziąć 1-minutowy czas w każdej połowie meczu.

3. 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 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.
 - 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 rzytach 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 NOŻNA:

Dzieci –rocznik 2007 i młodsi (dziewczęta i chłopcy)

- **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 rocznik 2007 i młodsi.
- zespół liczy 10 zawodników (w całym turnieju).
- zawody rozgrywane są oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców

2. Przepisy gry

- zespół składa się z 5 zawodników w polu + bramkarz,
- zawody powinny być rozgrywane na boisku o nawierzchni trawiastej lub trawa syntetyczna boisko typu ORLIK 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.,
- czas gry: 2 x 15 min + do 5 minut przerwa, przerwa (przy 3 spotkaniach w jednym dniu dopuszcza się 2 x 10 minut)
- obuwie: typu adidas, korki lane
- piłka: numer „4”,
- pole bramkowe: prostokąt o wymiarach 7 x 15 m (w przypadku o wymiarach boiska 20 x 40 m, pole bramkowe wyznacza półkuk o promieniu 6 m (pole ja w piłce ręcznej),
- bramkarz może chwycić 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 x2 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 to 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 drużyny przeciwnej muszą znajdować się przynajmniej w odległości 5 m od piłki.
 - stosowane będą kary wychowawcze: 2 min., 5 min. i dyskwalifikacja (wykluczenie z meczu).

3. 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 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 zdobytych bramek w całym turnieju,
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.

Dopuszcza się również rozgrywanie turnieju na boiskach typu ORLIK . W tym przypadku obowiązują przepisy dla piłki nożnej chłopców szkół gimnazjalnych.

V. UNIHOKEJ

Dzieci – rocznik 2007 i młodsi (dziewczeta i chłopcy)

- 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 2006 i młodsi.
- 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 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)
- **Punktacja:**
- Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za remis – 1 punkt, za przegraną – 0 punktów.
- O kolejności zespołów decydują kolejno:
- większa liczba zdobytych punktów
- 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,
- rzuty karne między zainteresowanymi zespołami.

PRZEPISY SZCZEGÓŁOWE GIER „DUŻYCH”:

VI. KOSZYKÓWKA:

Młodzież rocznik 2005-2006 (dziewczęta i chłopcy)

Licealiada – uczniowie średnich szkół dziennych (dziewczęta i chłopcy)

- **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
- młodzież - rocznik 2005-2006
- licealiada – rocznik 2000 i młodsi
- zespół liczy 8 - 12 zawodników.
- zawody rozgrywane są oddzielnie dla dziewcząt i chłopców.

2.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

3. 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 (-a) wynik (-i) meczu (-ów) pomiędzy tymi drużynami. 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.

VII. PIŁKA NOŻNA:

Młodzież rocznik 2005-2006 (dziewczęta i chłopcy)

Licealiada – uczniowie średnich szkół dziennych (dziewczęta i chłopcy)

- **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:

Zespół liczy 10 zawodników jednej szkoły

rocznik 2005-2006 – młodzież

rocznik 2000 i młodsi - licealiada

zawody rozgrywane są oddzielnie dla dziewcząt i chłopców.

2. Przepisy gry:

- zespół na boisku składa się z 5 zawodników w polu + bramkarz

- czas gry: 2 x 15 minut z 5 minutową przerwą (przy 3 spotkaniach w jednym dniu dopuszcza się 2 x 10 minut)

- boisko: szerokość 26 m, długość 56 m boisko trawiaste lub trawa syntetyczna

- bramki 5m x 2m,

- 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 niesportowe zachowanie - karane wykluczeniami: żółta kartka - 2 minuty, czerwona kartka - 5 minut i wykluczenie z meczu (po odbyciu kary na boisko wchodzi inny zawodnik)

3. 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)

VIII. PIŁKA RĘCZNA

Młodzież rocznik 2005-2006 (dziewczęta i chłopcy)

Licealiada – rocznik 2000 i młodsi (dziewczęta i chłopcy)

- 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 2005-2006 (młodzież)
rocznik 2000 i młodsi (licealiada)
- zespół liczy do 16 zawodników
- zawody rozgrywane są oddzielnie dla dziewcząt i chłopców.

2. Przepisy gry

- czas gry: 2 x 15 -25 minut + 5 minut przerwy.
- obowiązują rozmiary piłki:
młodzież ; nr 1 (50-52 cm) – dziewczęta; nr 2 (54-56)- chłopcy
licealiada ; nr 2 (50-52 cm) – dziewczęta; nr 3 (58-58 cm) - chłopcy
- przy większej liczbie spotkań dziennie zaleca się skracanie czasu gry.
- dowolny system ustawienia obrony podczas całego meczu.
- 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.

3. 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 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.
 - 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.

IX. PIŁKA SIATKOWA

Młodzież rocznik 2005-2006 (dziewczęta i chłopcy)

Licealiada – rocznik 2000 i młodsi (dziewczęta i chłopcy)

- **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 2005-2006 – młodzież
rocznik 2000 i młodsi - licealiada

-zespół składa się z 12 zawodników
-zawody rozgrywane są oddzielnie dla dziewcząt i chłopców.

2. Przepisy gry:

Zawody rozgrywane są zgodnie z przepisami PZPS.

Wysokość siatki - dziewczęta -215 cm-młodzież, - 224 cm-licealiada
- chłopcy -235 cm-młodzież, - 243 cm-licealiada

Sety rozgrywane są tie breakiem do 25 punktów.

Spotkania należy rozgrywać do dwóch wygranych partii.

3. Punktacja:

Za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 2 punkty, za przegraną 0 punktów.

O kolejności miejsc decyduje kolejno:

- większa ilość zdobytych punktów;
- Jeżeli dwie lub więcej drużyn uzyska tę samą liczbę punktów:
- większa liczba punktów zdobytych w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
 - lepszy stosunek setów zdobytych do straconych pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
 - lepszy stosunek małych punktów pomiędzy zainteresowanymi zespołami,
 - wynik bezpośredniego spotkania.

X. UNIHOKEJ

Młodzież rocznik 2005-2006 (dziewczęta i chłopcy)
Licealiada – rocznik 2000 i młodsi - uczniowie średnich szkół dziennych (dziewczęta i chłopcy)

1. Uczestnictwo

- drużynę stanowią uczniowie jednej szkoły
młodzież - rocznik 2005-2006
licealiada – 2000 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.

2. Przepisy gry

- wymiary boiska szer. 18-20 m dł. 36-40 m.
- czas gry: 3 x 5-10 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 – 1 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:
 - a. większa liczba zdobytych punktów w zawodach pomiędzy zainteresowanymi zespołami (bezpośredni mecz /-e),
 - b. większa, dodatnia różnica między zdobytymi i utraconymi bramkami w spotkaniach tych drużyn,
 - c. lepsza różnica bramek w całym turnieju,
 - d. większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju,
 3. Jeżeli powyższe punkty nie przyniosą rozstrzygnięcia należy przeprowadzić rzuty karne między zainteresowanymi zespołami

WYKAZ REJONÓW ROZGRYWKOWYCH

L.p.	Rejon	Powiaty	Adres	Kier.	Telefon	Imię i nazwisko
1.	Warszawa	warszawski	Ul. Szanajcy 17/19 03-481 Warszawa	0-22	827-88-46	Iwona Zielińska-Mróż 501-454-084
2.	Ciechanów	ciechanowski mławski żuromiński płoński pułtowski	Ul. 3 Maja 7 06-400 Ciechanów	0-23	672-41-61	Roman Soliński 508-921-548
3.	Legionowo	legionowski nowodworski wołomiński otwocki piaseczyński	Ul. Husarska 23 m 12 05-120 Legionowo	0-22	774-99-72	Witold Domaszewicz 508-452-176
4.	Ostrołęka	Ostrołęka – gr. ostrołęcki ostrowski przasnyski makowski wyszkowski	Ul. Partyzantów 3 07-401 Ostrołęka	0-29	764-50-03	Dariusz Zambrzycki 600-314-499
5.	Sochaczew	Pruszkowski Grodziski Sochaczewski Warszawski zach. Żyrardowski	Ul. Piłsudskiego 69 96-500 Sochaczew	0-46	864-18-38	Zenon Grąbczewski 608-483-157
6.	Płock	Płock – gr. płocki gostyniński sierpecki	Ul. Chopina 62 09-402 Płock	0-24	262-84-42	Wojciech Lewandowski 608-426-650
7.	Radom	Radom – gr. radomski białobrzeski grójecki kozienicki lipski przysuski szydlowiecki zwoleński	ul. Młynarska 17 26-600 Radom	0-48	385-14-38	Jarosław Ludwiński 509-241-114
8.	Siedlce	Siedlce – gr. garwoliński łośicki miński siedlecki sokołowski węgrowski	Ul. Kolejowa 16 08-110 Siedlce	0-25	644-73-61	Wojciech Witkowski 601-385-352