

# Współzawodnictwo klas III

## Regulamin

**Organizator:** OSiR w Wałbrzychu

**Terminy i miejsce:** 26.02.2010 – Hala ul. Wysockiego 11a, godzina 9.00

**Regulamin:** - drużyny 12 osobowe

- w konkurencjach startuje 10 zawodników (5 dziewcząt i 5 chłopców)
- punktacja drużynowa za miejsca w konkurencjach
- za wyniki remisowe drużyny otrzymują jednakową ilość punktów
- kolejność startu drużyn – losowanie
- w sprawach spornych decyzje podejmuje sędzia główny
- impreza ubezpieczona w PZU SA
- przed konkurencjami – pokaz wykonania

### Skrócony opis konkurencji:

1. **Slalom koszykarski** – sztafeta z kozłowaniem piłki między pachołkami. Dystans 9m konkurencja na czas.

2. **Konkurs rzutów** – w odległości 8-10 metrów każdy z uczestników stara się rzucić ringo do środkowego koła boiska koszykarskiego. Zwycięża zespół, który zaliczy więcej celnych rzutów. Ringo „nałożone” na siebie liczą się wielokrotnością nałożeń (np. 2 „nałożenia” = 4 pkt, 3 „nałożenia” 3x3= 9, pojedyncze ringo w kole 1pkt)

3. **Zanieś – przynieś** – na dystansie 9 metrów zawodnicy przynoszą i zanoszą na przemian 3 piłki (koszykową, siatkową, ręczną) i ustawiają je w kółkach ringo. Przy „załadunku” piłek możliwa pomoc opiekuna bądź kolegi/koleżanki z drużyny. Konkurencja na czas.

4. **Hokej** – strzelanie „wahadłowe” z dwóch stron bramki. Każdy zawodnik musi zdobyć bramkę z odległości 3 metrów. Brak trafienia jest równoznaczny z powtórzeniem próby. Bramki szerokość 1 metra. Konkurencja na czas.

### Przerwa 10 min

5. **Tunel** – konkurencja polegająca na przejściu zawodników przez 9 metrowy rękaw. Po wyjściu z tunelu zawodnicy przebiegają przez bramkę kierunkową na metę – konkurencja na czas

6. **Tor przeszkód** – na odcinku 18 metrów uczestnicy wykonują zadania w kolejności: przewrót w przód na materacu, przejście przez szarfę w kole hula hop dowolnym sposobem, przełożenie kółka ringo oraz piłeczki tenisowej z pachołka na pachołek, obiegnięcie pachołka nawrotnego i powrót do mety w linii prostej. Konkurencja na czas.

7. **Koszykówka** – w dowolny sposób z dowolnego miejsca trzema piłkami do kosza uczestnicy starają się zdobyć jak najwięcej trafień do obręczy w przeciągu 1 minuty

8. **Sztafeta olimpijska** – zawodnicy na obwodzie boiska piłki siatkowej przekazują sobie w formie sztafety kółko ringo. Konkurencja na czas. Sztafeta na dochodzenie.

**W celu usprawnienia zawodów prosimy o potwierdzenie udziału szkoły do 10.02.2010**

### Informacje:

tel. (074) 664-71-06

fax. (074) 664-71-11