

REGULAMIN

ZIMOWEGO TURNIEJU SPORTOWO – REKREACYJNEGO „FERIE AKTYWNIÉ” Ferie 2012

Organizator:

Ośrodek Kultury w Wiśniowej
Gimnazjum im. Orłąt Lwowskich w Wiśniowej

Termin, miejsce:

Dnia 03.02.2012 r. godz. 10.00 – hala sportowa Gimnazjum w Wiśniowej

Cel turnieju:

Rekreacja, wypoczynek i integracja uczniów Szkół Podstawowych z terenu gminy Wiśniowa

Uczestnicy:

W turnieju bierze udział grupa zawodników reprezentująca daną szkołę. Nad przebiegiem turnieju będzie czuwać komisja oraz opiekunowie każdej ze szkół. Każda konkurencja jest odpowiednio punktowana, o liczbie punktów decyduje sędzia główny. Zwycięża drużyna z największą liczbą punktów.

Obowiązuje obuwie i strój sportowy.

Konkurencje:

- 1. Przenoszenie pudełek**
- 2. Rzut śmieciem do kosza**
- 3. Ubieranka**
- 4. Wyścig „latający dywan”**
- 5. Slalom z piłką**
- 6. Latające piórko**
- 7. Wyścig gazet**
- 8. „Barani bieg”**
- 9. Sztafeta rolkowa**
- 10. Konkurencja-niespodzianka**

Ad.1

Cztery osoby z danej drużyny mają za zadanie przenieść tekturowe pudła z linii startu na linię mety. Pierwsza osoba znosi jedno pudło i wraca, następna kolejne i wraca, itd. Ostatnia osoba z drużyny musi zabrać z linii mety całą ustawioną „piramidę” i wrócić z nią na linię startu. W razie upuszczenia pudełek ustawiamy je z powrotem i kontynuujemy bieg.

Ad.2

Rzut gazetą zwiniętą w kulkę do wiadra. Zadaniem dowolnego zawodnika jest wykonanie największej liczby celnych rzutów gazetą do wiadra odległości ok. 4 metrów (3 rzuty próbne, 5 rzutów punktowanych).

Ad.3

Drużyna (8 osób) dzieli się na dwie równe części i ustawia się w odległości od siebie ok. 10 metrów. Startujący trzyma w ręku koszulkę sportową. Na sygnał ubiera ją i biegnie do zawodnika ze swojej drużyny po przeciwnej stronie gdzie ją zdejmuje z siebie i przekazuje

kolejnemu zawodnikowi. Następna osoba dobiega ubiera koszulkę i biegnie w niej do następnego zawodnika ze swojej drużyny. Wygrywa rząd w którym wszyscy wykonają zadanie jako pierwsi.

Ad.4

Dwóch zawodników z danej drużyny (najsilniejsi) mają za zadanie przeciągnięcie lub przeniesienie w kocu wszystkich zawodników ze swojej drużyny na linię mety.

Ad.5

4 zawodników z drużyny w jak najkrótszym czasie kopiąc piłkę wykonuje slalom między pachołkami. Wraca na linię startu tym samym sposobem.

Ad.6

Zadaniem zawodniczki jest utrzymywanie piórka w powietrzu poprzez podmuchiwanie. Zawodniczka nie może przekroczyć wyznaczonej strefy. Wygrywa osoba, która najdłużej zdoła podtrzymać piórko w powietrzu.

Ad.7

Każda drużyna dostaje po dwa kawałki gazety. Trzech zawodników z każdej z nich na hasło „start” zaczyna poruszać się stąpając po gazecie i stopniowo przesuwać ją przed siebie. Jeżeli któryś z zawodników dotknie podłogi – doliczany będzie punkt karny.

Ad.8

Dowolna para zawodników ustawionych równolegle do siebie trzymając piłkę między swoimi czołami pokonuje wyznaczony tor przeszkód. Liczy się czas, za „zgubienie” piłki doliczane będą sekundy karne.

Ad.9

W konkurencji bierze udział trzech zawodników z drużyny. Na sygnał pierwszy z rzędu ubiera kask, siada na deskorolce i odpychając się rękami lub nogami od podłogi przesuwa się do pachołka okrąży go i wraca do swojego rzędu. Następna osoba ubiera kask i robi to samo. Wygrywa rząd w który wszyscy wykonają zadanie jako pierwsi.

Ad.10

NIESPODZIANKA ☺

Dla zwycięzców organizatorzy przygotowują dyplomy i drobne nagrody. Prosimy o zgłoszenie drużyn do turnieju do dnia 25 stycznia br. w Ośrodku Kultury w Wiśniowej
Tel. 17 277 5393.