



# Przedszkole Publiczne nr 11 we Włocławku

## REGULAMIN I ZASADY OGÓLNE VI FESTIWALU SPRAWNOŚCI PRZEDSZKOLAKA 2024



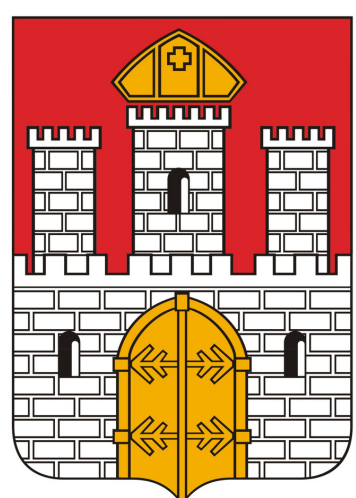
SZCZEGÓŁY NA NASZEJ STRONIE

 [zs11.edukacja.wloclawek.pl](http://zs11.edukacja.wloclawek.pl)  ZS11wloclawek

Organizator: Przedszkole Publiczne nr 11 w ZS11

Uczniowski Klub Sportowy "PAPIEŻKA" we Włocławku

Osoby odpowiedzialne: Katarzyna Sagan, Paulina Konarzewska



Miasto  
Włocławek



Dofinansowano ze środków  
Gminy Miasto Włocławek

**Termin:** 21.05.2024

**Miejsce:** Hala Sportowa OSiR we Włocławku

**Godz. zbiórki w Hali OSiR:** 9:30

**Godz. rozpoczęcia Festiwalu:** 10:00

**Organizator:**

Przedszkole Publiczne nr 11 w ZS11  
Uczniowski Klub Sportowy "PAPIEŻKA"  
ul. Papieżka 89 we Włocławku  
Tel. (054) 233 12 33

**Zrealizowano dzięki wsparciu Gminy Miasto Włocławek**

**Osoby odpowiedzialne:**

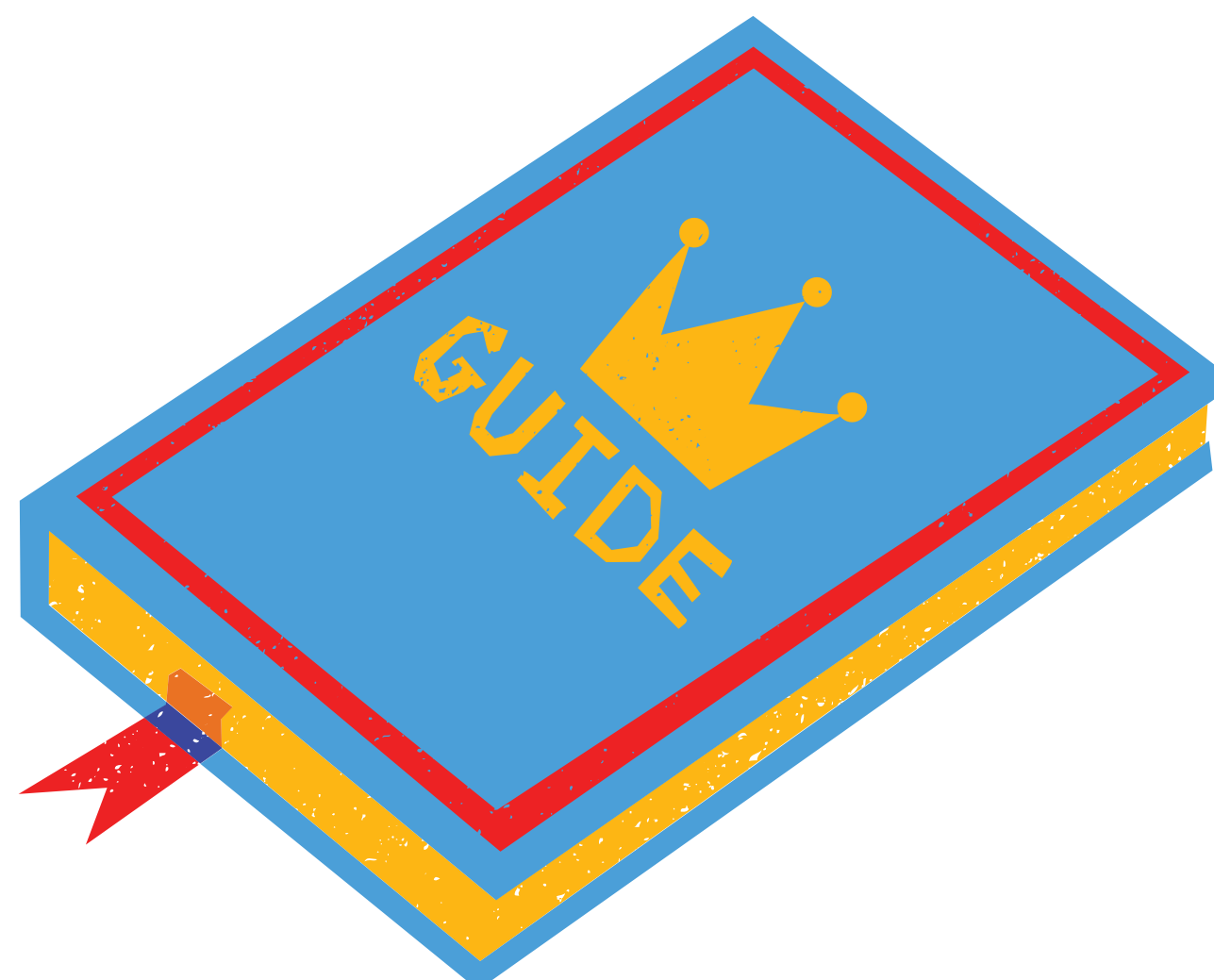
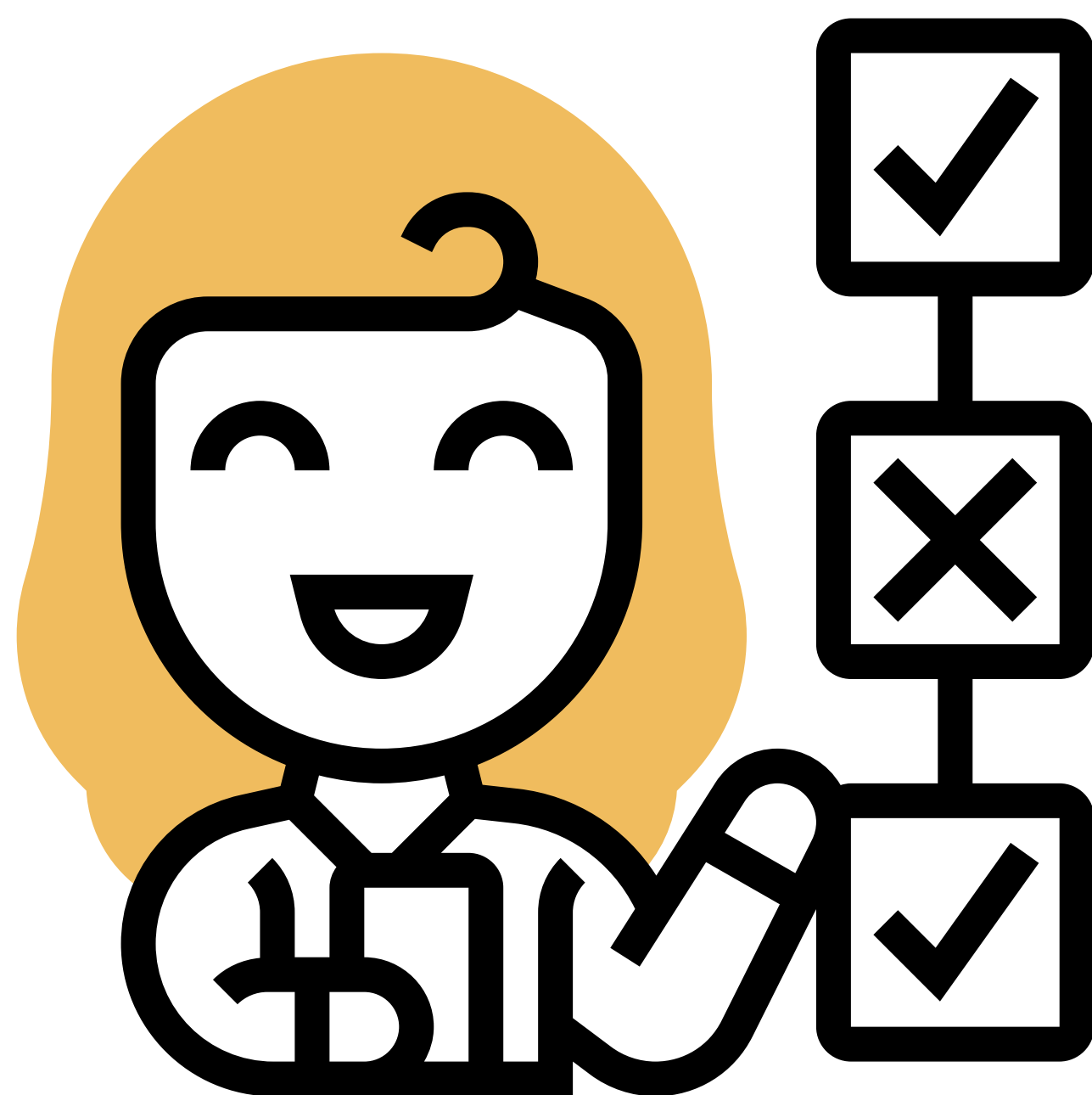
Katarzyna Sagan  
email: [zs11ksagan@gmail.com](mailto:zs11ksagan@gmail.com)  
Paulina Konarzewska  
email: [zs11pkonar@gmail.com](mailto:zs11pkonar@gmail.com)

**Zasady uczestnictwa:**

- chęć udziału zgłaszamy poprzez przesłanie karty zgłoszeniowej załączonej do regulaminu do dnia 30 kwietnia 2024 na adres e-mail: [pspwloclawek@op.pl](mailto:pspwloclawek@op.pl);
- w festiwalu weźmie udział 10 przedszkoli: organizator + 9 pierwszych drużyn, które się zgłoszą.  
O kolejności decyduje data zgłoszenia;
- drużyna przedszkolna liczy 12 zawodników (5 dziewczynek + 5 chłopców + 2 zawodników rezerwowych);
- zawodnicy mogą zmieniać się w poszczególnych konkurencjach;
- organizator zobowiązuje się do potwierdzenia zakwalifikowania się zgłoszonego przedszkola do dnia 6 maja 2024;
- oświadczenia dotyczące wykorzystania danych i wizerunku dzieci - podpisane przez opiekunów prawnych prosimy dostarczyć do 10 maja;
- obowiązuje strój sportowy (koszulka i spodenki);
- przedszkole, które będzie uczestniczyło w festiwalu może zaprosić kibiców.

**Cele:**

- popularyzacja zdrowego stylu życia;
- rozwijanie sprawności ruchowej, motoryki małej i dużej u dzieci;
- wpajanie zasad zdrowej rywalizacji, kulturalnego dopingu i czystej gry;
- kształtowanie u dzieci cech charakteru takich jak: śmiałość, odwaga, wiara we własne siły, zaradność, uczciwość oraz współdziałanie w grupie;
- zachęcanie dzieci do czynnego uprawiania sportu;
- integrowanie przedszkoli poprzez wspólną zabawę.





### Przebieg zawodów:

1. Opiekunowie zawodników mogą przebywać z drużyną podczas konkurencji, instruować i pomagać swoim podopiecznym (np. wskazywać błędy do poprawienia). Nie mogą jednak wykonywać żadnych zadań wyznaczonych dla zawodników.
2. Podczas zawodów, przy zmianach zawodników na linii start - meta, zawodnik wracający z trasy przekazuje sprzęt z jednej strony, następny zawodnik startuje, jak poprzednik da mu sygnał poprzez klaśnięcie w rękę lub przekazanie atrybutów przypisanych do danej konkurencji.
3. Wszystkie konkurencje rozpoczynają się na sygnał gwizdka sędziego głównego.

### Punktacja:

- punktacja będzie uzależniona od ilości zespołów, które wezmą udział w festiwalu np. 10 punktów za I miejsce w danej konkurencji, 1 punkt za ostatnie. W przypadku, gdy do zawodów zgłosi się mniejsza liczba przedszkoli, liczba punktów zostanie pomniejszona o kolejne drużyny;
- przy ustalaniu wyników sędziowie będą brali pod uwagę poprawność wykonania konkurencji, szybkość lub celność;
- wygrywa przedszkole z największą liczbą punktów;
- gdy drużyny zdobędą na koniec rozgrywek taką samą liczbę punktów, sędzia główny ogłosi dogrywkę, odbędzie się losowanie konkurencji od 1 do 9, które wytypuje konkurencję na baraż.



### Zadania do wykonania dla wszystkich

Po zamknięciu listy uczestników, przed zawodami zostanie zorganizowane spotkanie w ZS11, na którym omówimy i pokażemy wszystkie konkurencje i zadania.



### Nagrody

Wszystkie przedszkola, które wezmą udział w zawodach otrzymają dyplomy, medale i puchary. Przedszkola z 1,2, 3 miejscem otrzymają również nagrody rzeczowe.

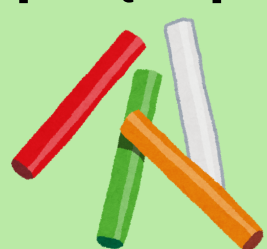
## KONKURENCJA NR 1

### Bieg slalomem z pałeczką sztafetową

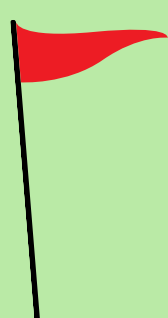
**Pozycja wyjściowa:** wszyscy zawodnicy oczekują na start w pozycji stojącej w rzędzie jeden za drugim.

Zawodnik startuje z pałeczką sztafetową trzymając ją w ręku i biegnie slalomem pomiędzy tyczkami treningowymi przodem do tyczki, zawraca przy ostatniej tyczce i wraca przodem po prostej cały czas trzymając pałeczkę sztafetową,  
Poprzez przekazanie pałeczki następnemu zawodnikowi, daje mu sygnał do startu.

### Potrzeby sprzęt sportowy:



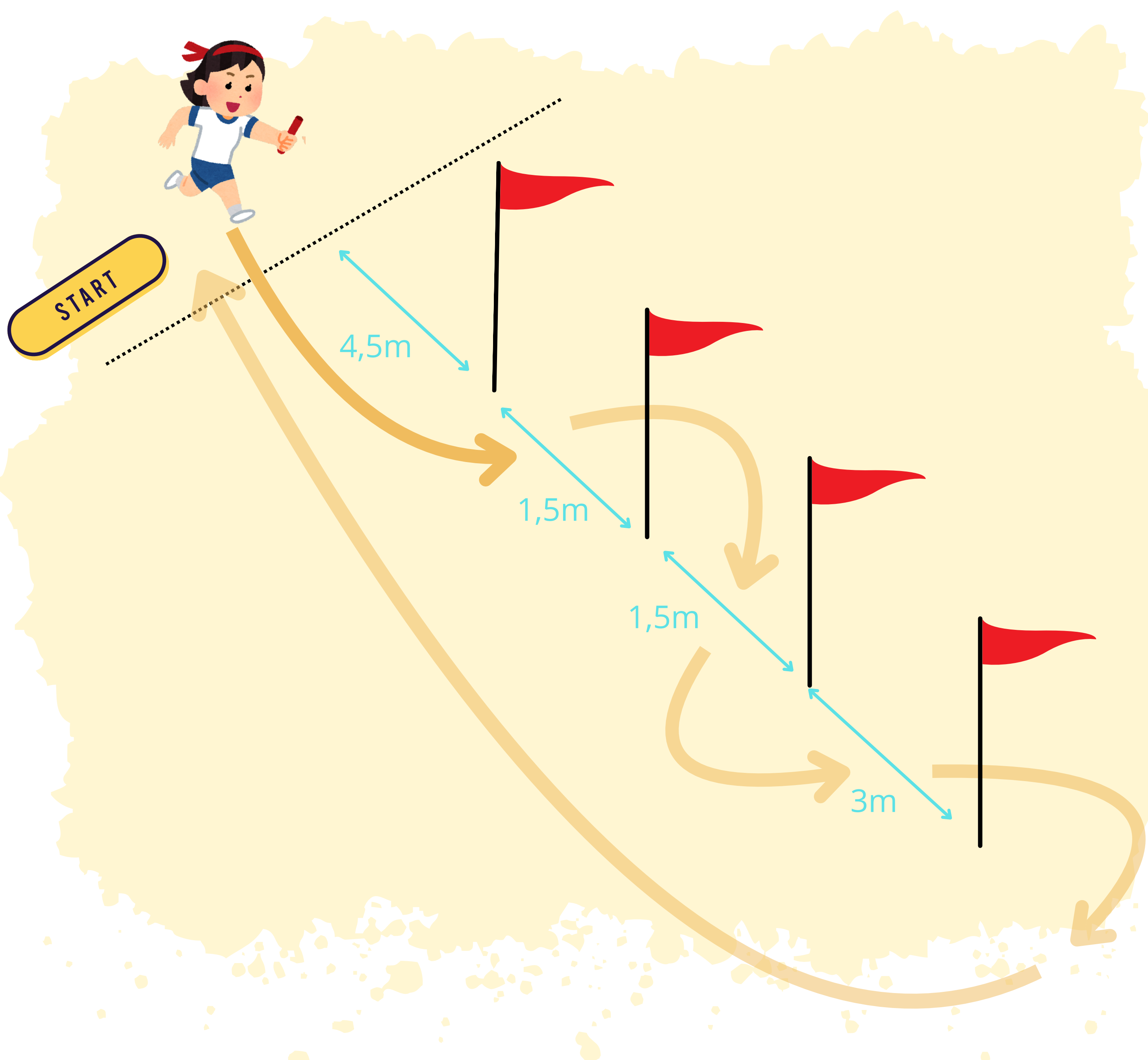
Pałeczki sztafetowe x1



Tyczka treningowa x 4



Gwizdek





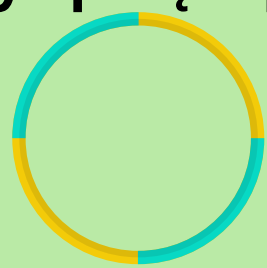
## KONKURENCJA NR 2

### Wyścig w hula - hop

**Pozycja wyjściowa:** wszyscy zawodnicy oczekują na start w pozycji stojącej, w rzędzie jeden za drugim.

Zawodnik startuje układając przed sobą w rzędzie 2 koła hula - hop. Wyścig zaczyna wskakując do drugiego koła. Zadanie polega na "przejściu" za linię mety znajdując się tylko w środku obręczy przekładając obręcz będąca z tyłu do przodu. Gdy obręcze znajdą się za linią mety zawodnik zbiera obręcz i wraca po prostej na linię startu, przekazuje koła kolejnemu zawodnikowi, daje mu sygnał do rozpoczęcia zadania.

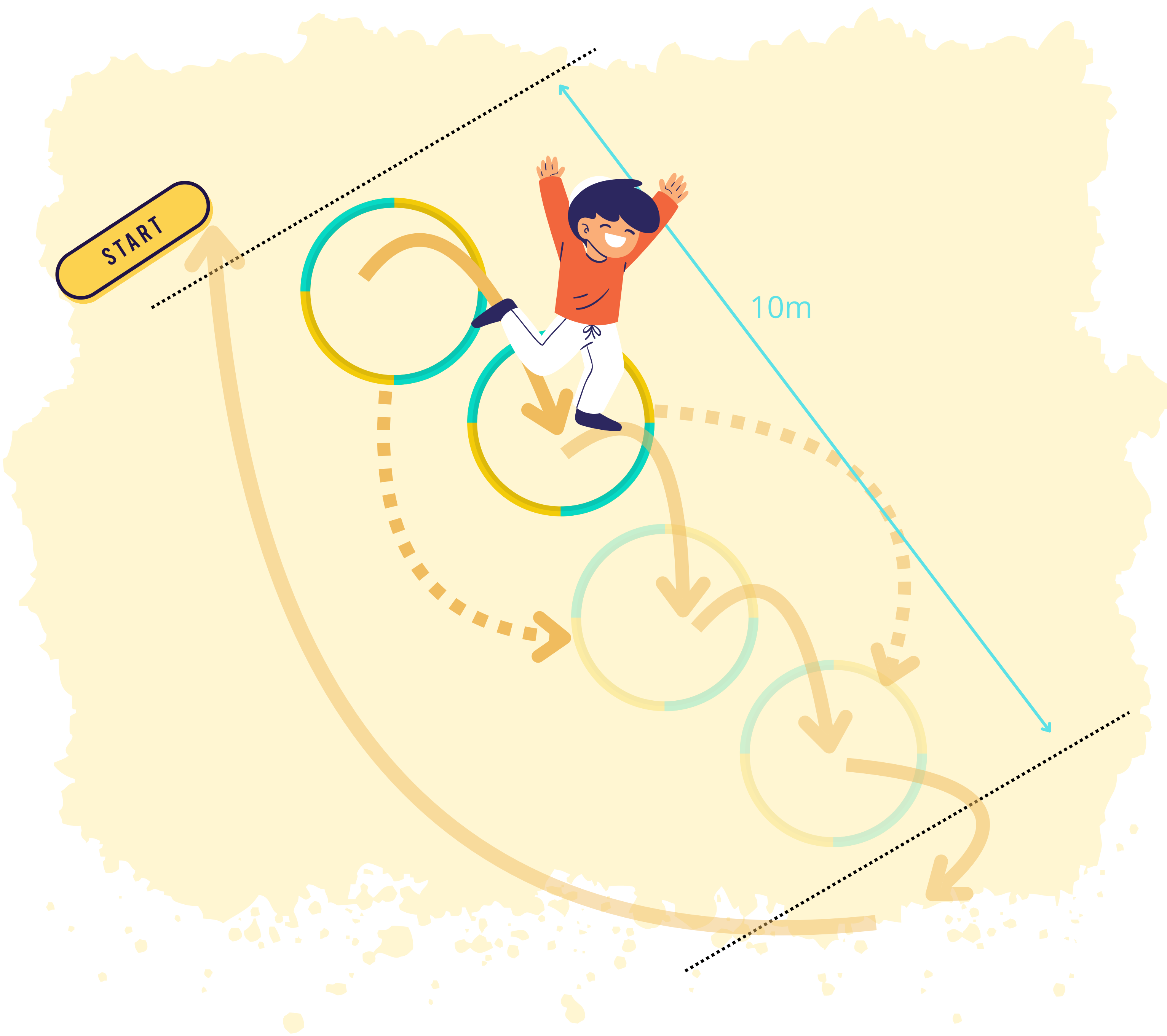
### Potrzeby sprzęt sportowy:



Koła hula - hop x2 - średnica 60cm



Gwizdek



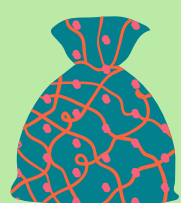
## KONKURENCJA NR 3

### Bieg z woreczkami

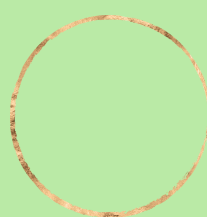
**Pozycja wyjściowa:** wszyscy zawodnicy oczekują na start w pozycji stojącej, w rzędzie, jeden za drugim.

Zawodnik startuje z 3 woreczkami. Po drodze rozkłada pojedynczo woreczki w trzech oznaczonych miejscach (miejsca będą oznaczone za pomocą obręczy do żonglowania), gdy położy ostatni woreczek w obręczy, obiega tyczkę treningową i w drodze powrotnej zbiera je. Dobiega do następnego zawodnika i podaje mu woreczki dając mu sygnał do startu.

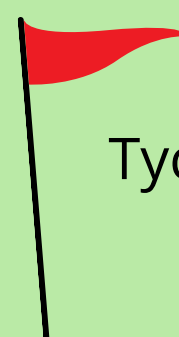
#### Potrzeby sprzęt sportowy:



woreczki x3



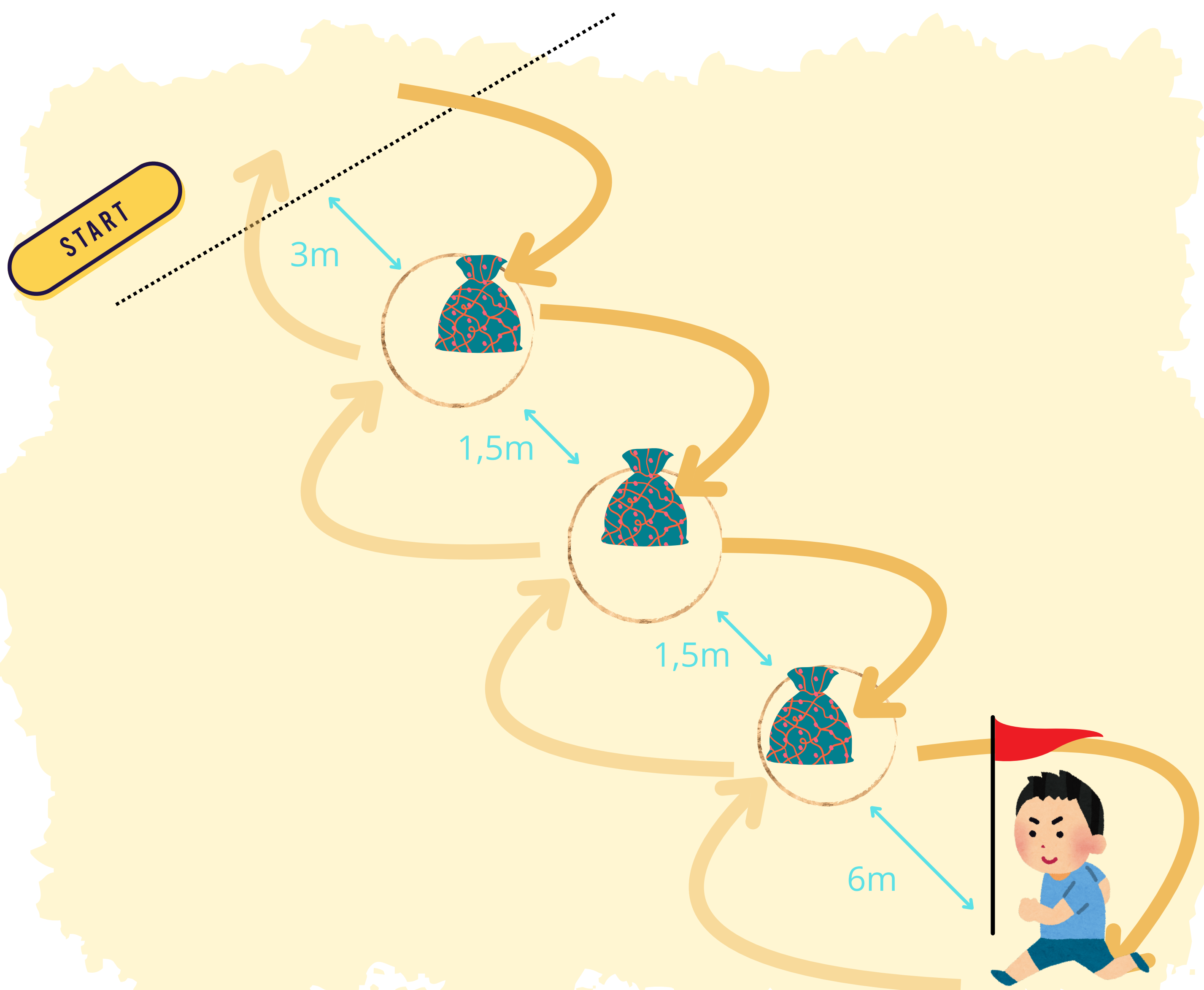
obręcze do żonglowania x3



Tyczka treningowa x1



Gwizdek





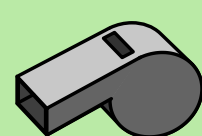
## KONKURENCJA NR 4

### Wyścig w tunelu

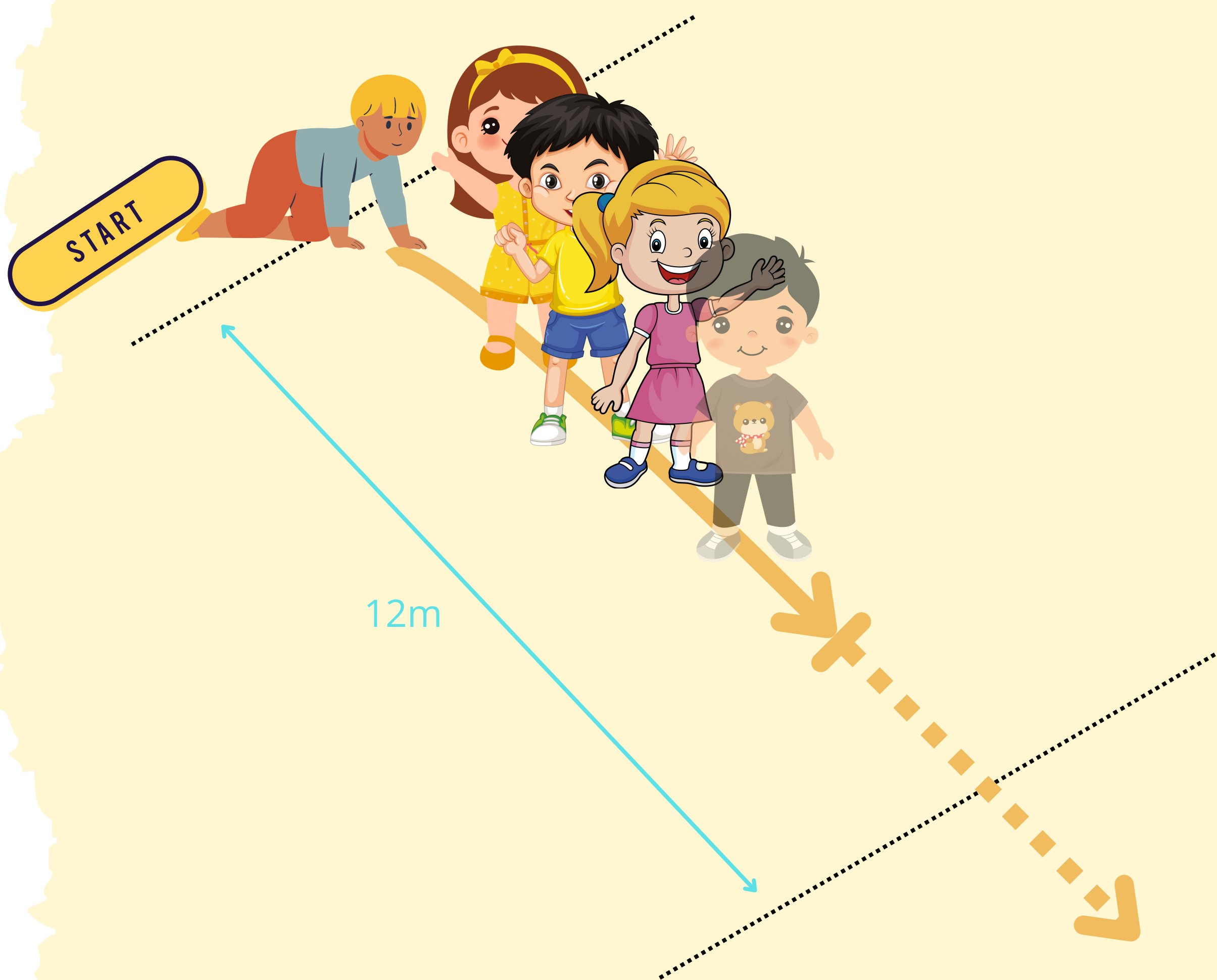
**Pozycja wyjściowa:** zawodnicy stoją w rzędzie jeden za drugim w odległości na wyciągnięcie rąk w rozkroku tworząc nogami tunel (zawodnicy odmierzają odległość kładąc dłonie na ramionach kolegi stojącego przed nim - ręce wyprostowane w łokciach )

Konkurencję rozpoczyna ostatni zawodnik drużyny, jego zadaniem jest przejść dowolnym sposobem przez tunel i ustawić się w rozkroku na początku rzędu. Za nim startuje kolejny zawodnik, przechodzi pod nogami kolegów i ustawia się na przodzie zachowując odległość (dłonie kolegi za nim spoczywają na jego ramionach - ręce wyprostowane w łokciach). Drużyna kończy konkurencję w momencie, gdy któreś z dzieci znajdzie się za linią mety.

### Potrzeby sprzęt sportowy:



Gwizdek



## KONKURENCJA NR 5

### Wyścig z lodami

**Pozycja wyjściowa:** wszyscy zawodnicy oczekują na start w pozycji stojącej w rzędzie jeden za drugim.

Zawodnik startuje z linii startu trzymając pacholek stożkiem do dołu z nałożoną na niego piłką. Biegnie przodem po linii prostej starając się, by piłka nie spadła. Zawraca przy tyczce i wraca cały czas trzymając atrybuty. Poprzez przekazanie piłki na pacholek kolejnemu zawodnikowi, daje sygnał do startu. Jeżeli piłka wypadnie z pachotka, zawodnik musi ją niezwłocznie umieścić na miejscu i kontynuować bieg.

### Potrzeby sprzęt sportowy:



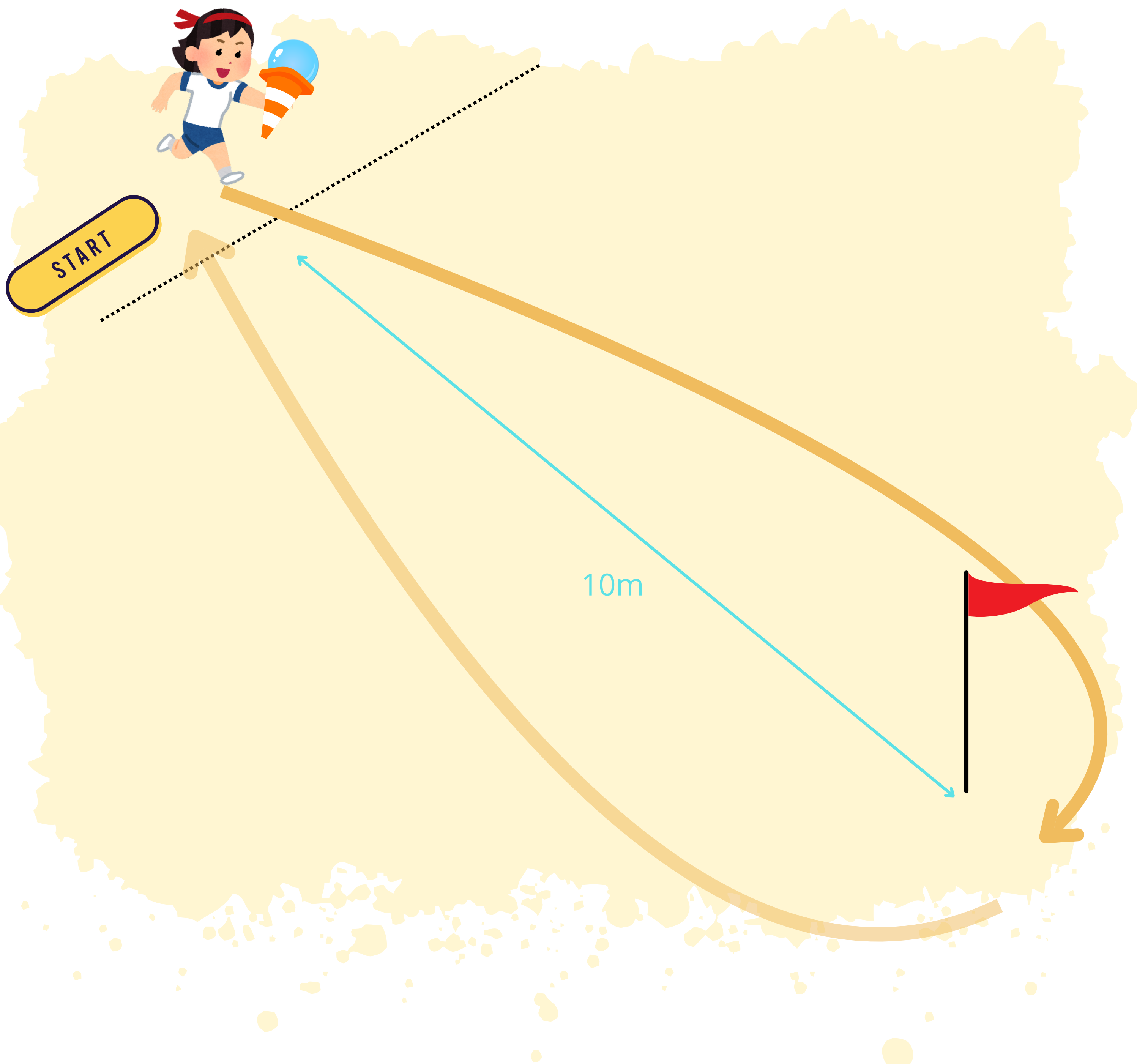
stożek x1 - wysokość 30cm



piłka gumowa - średnica 20-25 cm



Gwizdek





## KONKURENCJA NR 6

### Stonoga

**Pozycja wyjściowa:** wszyscy zawodnicy oczekują na start w siadzie skrzyżnym w rzędzie jeden za drugim.

Pierwszy z zawodników trzyma piłkę i podaje ją górną do kolegi siedzącego za nim. Piłka przechodzi po rękach wszystkich uczestników na sam koniec drużyny. Ostatni bierze rekwizyt i biegnie na sam początek, siada i ponownie podaje piłkę za siebie nad głową, piłka znów wędruje górną do następnego, ostatniego w rzędzie zawodnika. Grupa posuwa się powoli do przodu na odległość 10 metrów. Wygrywa drużyna w której „głowa stonogi” - jeden z uczestników przekroczy linię mety.

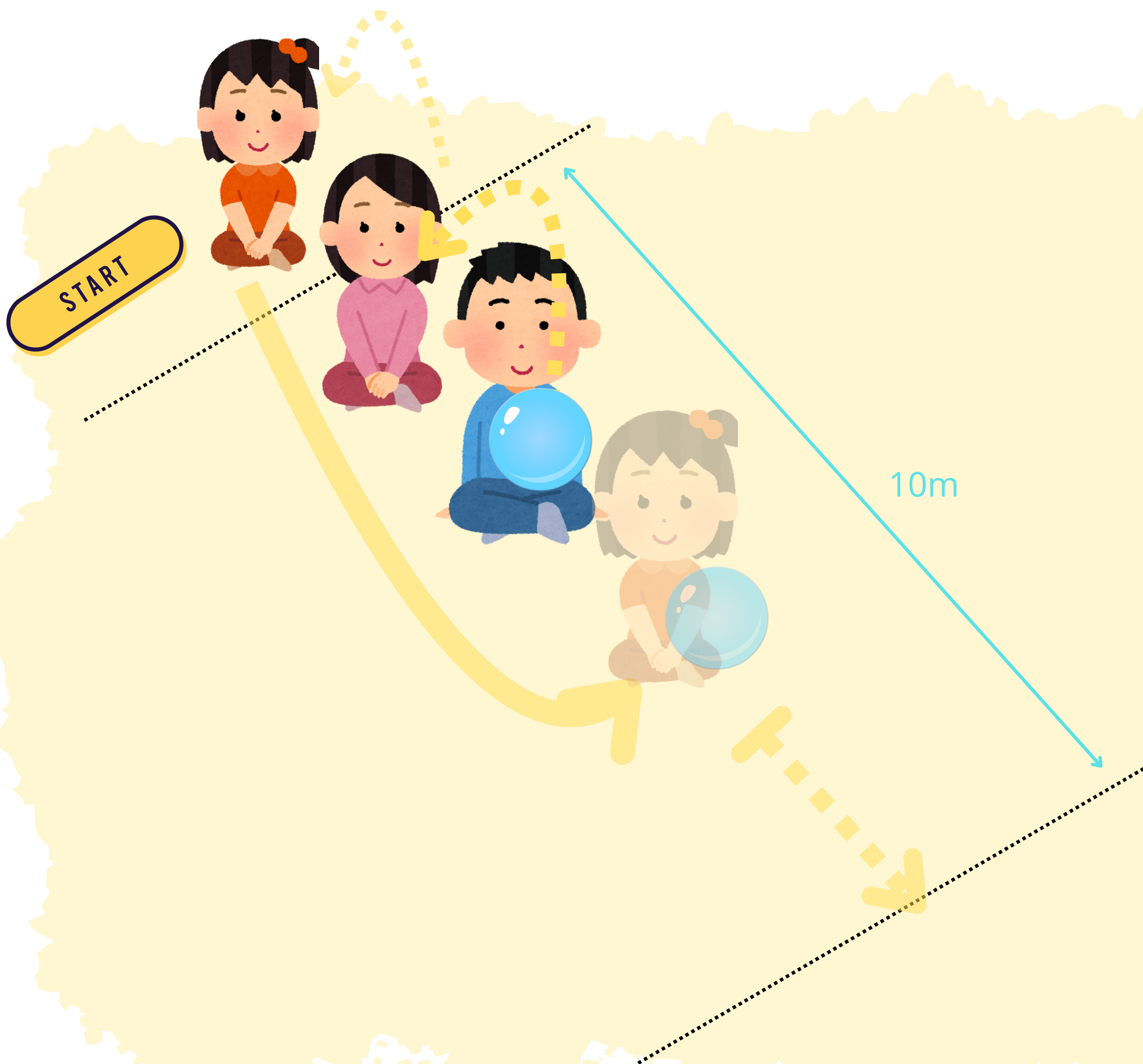
### Potrzeby sprzęt sportowy:



piłka fitness x1 - średnica 60-65cm



Gwizdek



## KONKURENCJA NR 7

### Bieg przez przeszkody i skoki z piłką

**Pozycja wyjściowa:** wszyscy zawodnicy oczekują na start w pozycji stojącej w rzędzie jeden za drugim.

Zawodnik startuje z linii startu biegnąc przodem przeskakuje dowolnym sposobem 3 płotki. Za ostatnim płotkiem podnosi leżącą w określonym miejscu piłkę, umieszcza ją między nogami i podskakując obunóż zawraca za tyczką, zostawia piłkę na miejscu z którego ją zabrał i wraca po prostej na linię startu. Jeżeli piłka wypadnie z pomiędzy nóg zawodnika, musi ją złapać, wrócić na miejsce gdzie przerwał skoki, ponownie umieścić między nogami i kontynuować bieg. Poprzez klaśnięcie w rękę kolejnego zawodnika daje sygnał do startu.

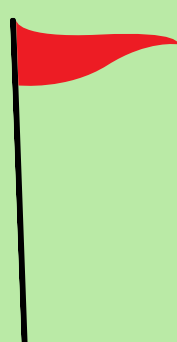
#### Potrzeby sprzęt sportowy:



Płotek treningowy x3 - wysokość 30cm



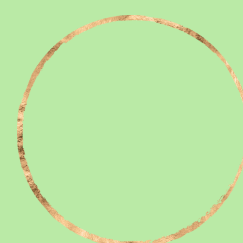
Piłka x1 - średnica 20-25cm



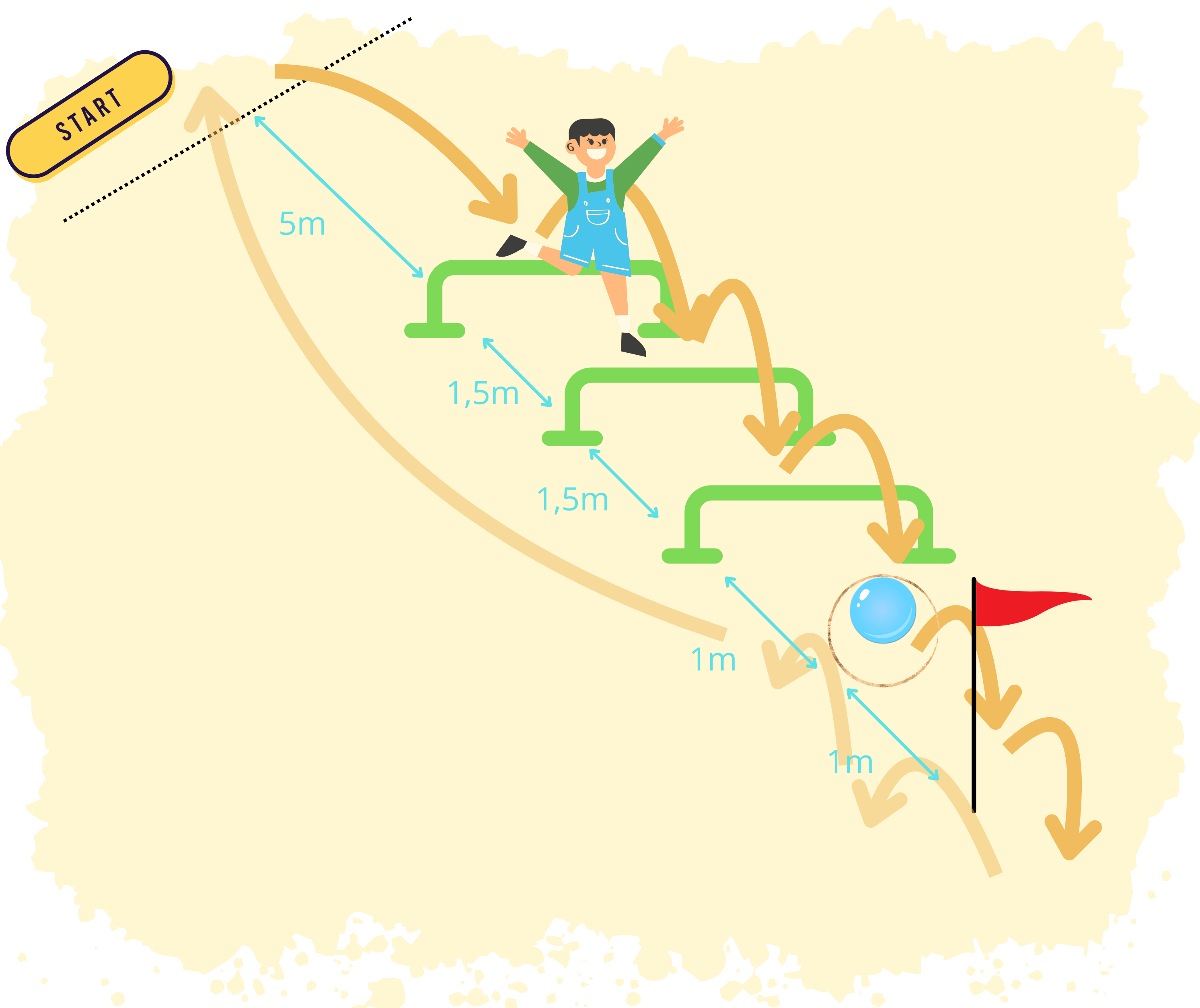
Tyczka treningowa x1



Gwizdek x1



obręcz do żonglowania x1





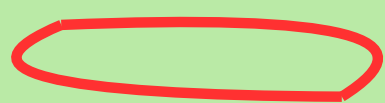
## KONKURENCJA NR 8

### Tor przeszkód

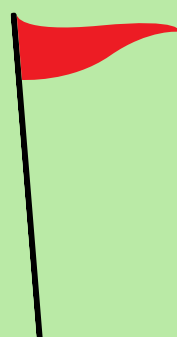
**Pozycja wyjściowa:** wszyscy zawodnicy oczekują na start w pozycji stojącej w rzędzie jeden za drugim.

Zawodnik startuje z linii startu poruszając się przodem na czworakach slalomem między pachołkami. Dobiega do leżącej szarfy, którą przekłada przez siebie dowolnym sposobem, odkłada ją i zawraca za tyczką treningową przodem po prostej na linię startu. Poprzez klaśnięcie w rękę kolejnego zawodnika daje sygnał do startu.

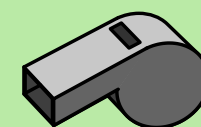
### Potrzeby sprzęt sportowy:



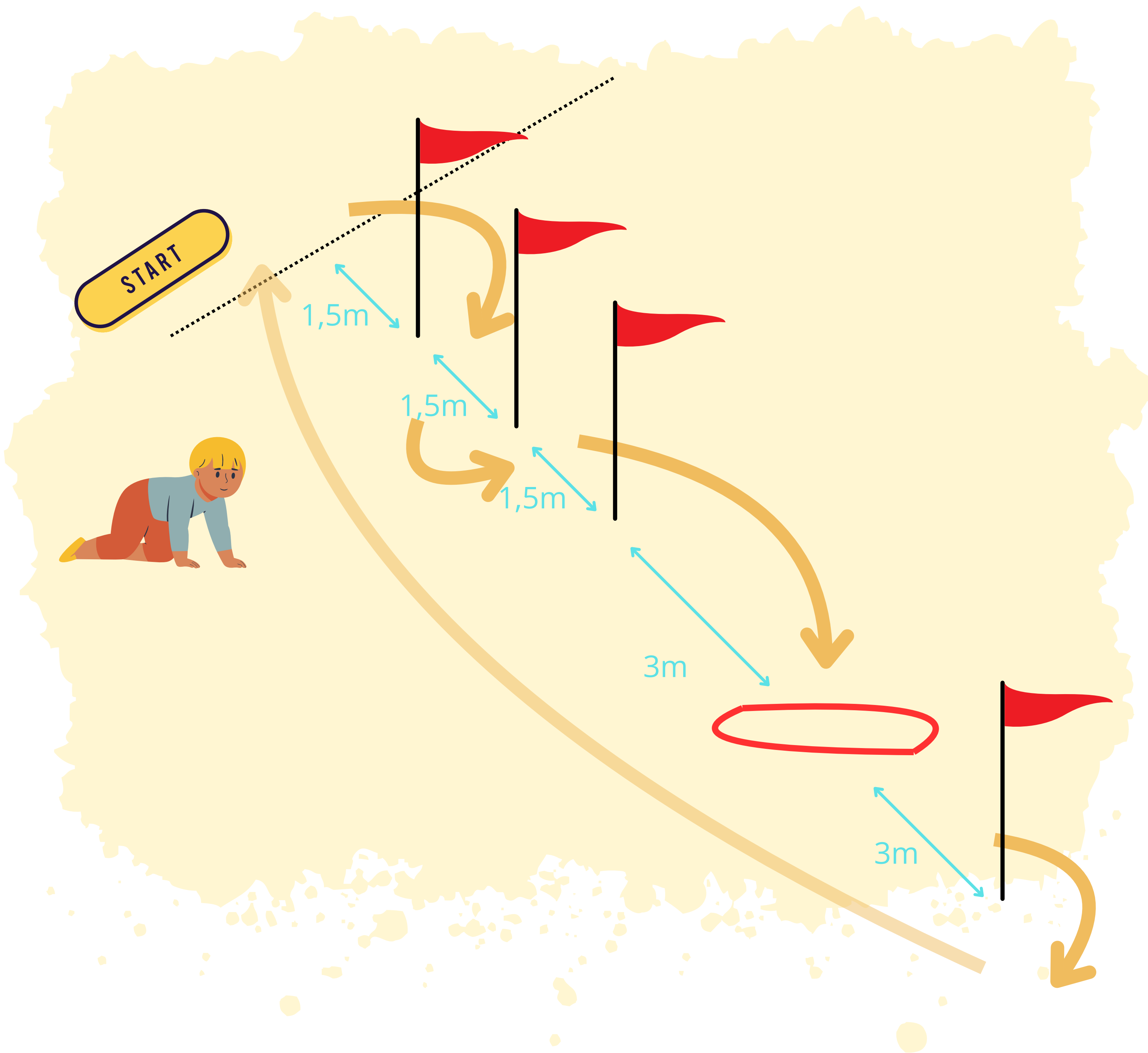
Szarfa x1



Tyczka treningowa x4



Gwizdek



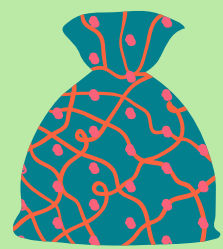
## KONKURENCJA NR 9

### Rzuty woreczkami.

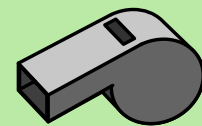
**Pozycja wyjściowa:** **wszyscy** zawodnicy oczekują na start w pozycji stojącej w rzędzie jeden za drugim.

Zawodnik wykonuje 3 rzuty woreczkami z za linii startu jak najdalej tak, by woreczek przekroczył wyznaczoną linię. Za każdy udany rzut zawodnika (więcej jak 5 metrów) drużyna otrzymuje punkt.

### Potrzebny sprzęt sportowy:



Woreczek x 3



Gwizdek

