



Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Powiatu Nowosądeckiego

POWIATOWA LICEALIADA MŁODZIEŻY SZKOLNEJ W LEKKOATLETYCE INDYWIDUALNEJ DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

1. Nazwa imprezy – Mistrzostwa Powiatu Nowosądeckiego w Lekkoatletyce Indywidualnej Dziewcząt i Chłopców – rocznik 1999 i młodszy.

2. Organizator – Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Powiatu Nowosądeckiego, Gminny Ośrodek Kultury w Nawojowej.

3. Cel imprezy – popularyzacja lekkoatletyki wśród młodzieży szkolnej oraz wyłonienie najlepszych zawodników w powiecie nowosądeckim.

4. Termin i miejsce imprezy – **8 października 2018 r.** – Stadion lekkoatletyczny w Nawojowej.

5. Uczestnictwo – w zawodach startują uczniowie szkół ponadgimnazjalnych oddzielnie w kategorii dziewcząt i chłopców. W jednej konkurencji szkołę może reprezentować maksymalnie 3 zawodników. Zawodnik może startować maksymalnie w **dwóch konkurencjach indywidualnych** oraz w **sztafecie**. Start zawodnika w biegu długim (800 m dziewczęta, 1500 m chłopcy) wyklucza jego udział w innej konkurencji.

6. Program zawodów:

- 9.30 – 9.50 – weryfikacja zawodników, wydawanie numerów startowych
- 10.00 – uroczyste otwarcie zawodów lekkoatletycznych
- 10.10 – rozpoczęcie rywalizacji w konkurencjach lekkoatletycznych – **bieg na 100 m, bieg na 400 m, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą, bieg na 800 m dziewcząt, bieg na 1500 m chłopców, sztafety 4 x 100 m** – konkurencje rozgrywane równolegle wg ustaleń organizatora.

7. Sposób przeprowadzenia zawodów lekkoatletycznych:

- **Bieg na 100 m**

Bieg rozgrywany będzie jako eliminacje i finały. Zawodnicy startują z bloków i biegną po torach od startu do mety. Zawodnik zostaje wyeliminowany z biegu po drugim fałstarcie, zachowując prawo startu w następnych konkurencjach. Pozostałe przepisy jak w PZLA.

- **Bieg na 400 m**

Bieg rozgrywany w seriach na czas. Zawodnicy startują z bloków startowych. Zawodnik zostaje wyeliminowany z biegu po drugim fałstarcie, zachowując prawo startu w następnych konkurencjach. Pozostałe przepisy jak w PZLA.

- **Skok w dal**

Każdy zawodnik ma prawo do jednego skoku próbnego, a następnie 3 prób w konkursie.

- **Pchnięcie kulą (4 kg dziewczęta, 5 kg chłopcy)**

Każdy startujący zawodnik ma prawo do jednego rzutu próbnego, a następnie trzech rzutów w konkursie.

- **Bieg na 800 m – dziewczęta; 1500 m – chłopcy**

Biegi rozgrywane są w seriach na czas.

- **Skok wzwyż**

Konkurencja lekkoatletyczna, polegająca na odbiciu się z **jednej nogi** (po wykonaniu rozbiegu) i przeniesieniu całego ciała ponad poprzeczką zawieszoną na pionowych stojakach. Zawodnicy mają trzy próby na pokonanie danej wysokości. Po strąceniu poprzeczki istnieje możliwość przeniesienia pozostałych prób na następną wysokość. Trzy kolejne nieudane próby eliminują z konkursu. Zawodnik skacze dowolną techniką. Każdy startujący ma prawo do jednego skoku próbnego.

- **Sztafeta 4 x 100 m**

Biegi sztafetowe rozgrywane są w seriach na czas.

Zawodnicy mogą startować w obuwiu z kolcami z przeznaczeniem na tartan.

8. Klasyfikacja

- Klasyfikacja zawodników w poszczególnych konkurencjach wg kolejności zajętych miejsc.
- Klasyfikacja szkół opracowana zostanie po zawodach – zgodnie z zasadami obliczania powiatowego współzawodnictwa sportowego szkół.

9. Zgłoszenia – do dnia **05.10.2018 r. do godz. 15.00** należy dokonać zgłoszenia szkół/uczniów biorących udział w zawodach poprzez **System Rejestracji Szkół** – www.srs.szs.pl W zgłoszeniu (rubryka: dodatkowe informacje) należy zaznaczyć w jakiej konkurencji startuje uczeń.

Po tym terminie zgłoszenia nie będą przyjmowane. W dniu zawodów obowiązuje oficjalne zgłoszenie listy zawodników potwierdzone przez Dyrekcję Szkoły i opiekuna drużyny, zawodnicy obowiązkowo muszą posiadać ważne legitymacje szkolne.

10. Nagrody – dla zwycięzców przewidziane są pamiątkowe puchary, medale i dyplomy.

11. Zasady finansowania – koszty organizacyjne pokrywa organizator, a uczestnictwa szkoły we własnym zakresie. Wszyscy uczestnicy otrzymują posiłek regeneracyjny.

12. Postanowienia końcowe:

- organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji niniejszego Regulaminu, oraz zmiany terminu zawodów w przypadku niesprzyjających warunków pogodowych,
- we wszystkich sprawach nie ujętych w niniejszym Regulaminie – prawo decydowania przysługuje organizatorowi,
- podczas ceremonii otwarcia i zakończenia zawodów młodzież ma obowiązek występować w strojach sportowych,
- startujący w zawodach uczniowie bezwzględnie dostosowują się do poleceń organizatora – za zachowanie, dyscyplinę i opiekę nad swoimi zawodnikami (uczniami) odpowiedzialni są ich opiekunowie.
- uczestnicy zawodów zobowiązani są do zachowania się zgodnie z „etyką sportowca”, w przypadku niesportowego zachowania uczestników (zawodników, opiekuna) organizator ma prawo wykluczenia ich z zawodów (zawodnika lub całej drużyny),
- zgłoszenie do zawodów jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.

W imieniu organizatora