



GRY I ZABAWY

„MAŁY OLIMPIJCZYK”

Szkoły przystępujące do współzawodnictwa są zobowiązane zarejestrować się do się przez system rejestracji szkół - www.srs.szs.pl zgodnie z kalendarzami wojewódzkimi do **30.09.2026**.

I – UCZESTNICTWO

- w zawodach startują reprezentacje szkół oddzielnie jeden zespół dziewcząt i jeden zespół chłopców.
- zespół składa się z 8 zawodniczek/zawodników + 1 rezerwowy.

II – KATEGORIA WIEKOWA

IGRZYSKA DZIECI – rocznik > 2016 i młodsi

III – SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW

Organizator obowiązkowo, przy rozpoczęciu zawodów ujmując w programie akcent olimpijski np. wniesienie flagi olimpijskiej, odczytanie apelu olimpijskiego, zapalenie znicza olimpijskiego, zaproszenie na zawody olimpijczyka itp. Zespół wykonuje 8 następujących konkurencji:

1 > Slalom – prowadzenie piłeczki tenisowej kijem hokejowym

Pomoce

Kije hokejowe, piłeczki tenisowe, stojaki.

Ustawienie

Drużyny ustawiają się w rzędach. Dwóch zawodników startujących na początku trzyma kije, piłeczka jest ustawiona na linii startu-mety.

W odległości 5 m od linii startu ustawiamy 4 wysokie stojaki, w odległości 2 m od siebie.

Przebieg

Na sygnał pierwsi z każdego zespołu startują, prowadząc piłeczkę za pomocą kija hokejowego po prostej do pierwszego stojaka, następnie rozpoczynają slalom między stojakami do półmetka i z powrotem. W drodze powrotnej, będąc przy ostatnim stojaku zawodnik może podać piłeczkę do kolegi z drużyny, a sam stara się jak najszybciej przekroczyć linię mety. Następny zawodnik może wystartować dopiero, gdy linia startu zostanie przekroczona przez piłeczkę i zawodnika kończącego zmianę. Piłeczkę można przyjąć tylko łopatką kija. Wmusi przekroczyć linię startu-mety (nie musi być przyjmowana). Konkurencja jest ukończona przez drużynę po przekroczeniu linii startu-mety przez zawodnika i piłeczkę.

Ocena

Zwycięża zespół, który dokładniej i szybciej ukończył bieg.

Uwagi

Przewrócony stojak musi zostać poprawiony przez zawodnika, który go przewrócił.

Jeżeli piłeczka wyleci zawodnikowi poza swój tor, Należy jak najszybciej pobiec po piłeczkę (może wziąć piłeczkę do ręki) i wrócić z nią do miejsca popełnienia błędu. Jeżeli zawodnik ominie stojak i nie wykona slalomu, musi wrócić do miejsca popełnienia błędu.

2 > Wyścig z kozłowaniem piłki

Pomoce

Piłki ręczne nr 0, stojaki.

Ustawienie

Drużyny ustawiają się w rzędach. Pierwszy zawodnik trzyma piłkę w rękach.

W odległości 4 m od linii startu ustawiamy 4 wysokie stojaki, w odległości 2 m od siebie.

Przebieg

Na sygnał pierwsi z każdego zespołu startują. Do pierwszego stojaka zawodnik musi wykonać przynajmniej wykonać jedno kozłowanie, a następnie rozpoczyna slalom między stojakami do półmetka i z powrotem cały czas kozłując piłkę. Za stojakiem nr 4 zawodnik robiąc nawrót nie może chwycić piłki w dwie ręce (musi cały czas kozłować jednorącz). W drodze powrotnej, po ominięciu ostatniego stojaka, zawodnik może przestać kozłować, chwytając piłkę oburącz biegnie jak najszybciej do następnego zawodnika i przekazuje mu piłkę z ręki do ręki (zabrania się podawania piłki rzutem).

Konkurencję kończy zawodnik startujący jako ósmy, który kończąc swoją zmianę nie musi przekazywać nikomu piłki, tylko przebiega jak najszybciej linię startu-mety z piłką w rękach. Konkurencja jest ukończona przez drużynę po przekroczeniu linii startu-mety przez zawodnika z piłką.

Ocena

Zwycięża zespół, który dokładniej i szybciej ukończył bieg.

Uwagi

Przewrócony stojak musi zostać poprawiony przez zawodnika, który go przewrócił.

Jeżeli piłka wyleci zawodnikowi poza swój tor, należy jak najszybciej pobiec po piłkę i wrócić z nią do miejsca popełnienia błędu.

Jeżeli zawodnik ominie stojak i nie wykona slalomu, musi wrócić do miejsca popełnienia błędu.

3 > Skoki z piłką siatkową między kolanami

Pomoce

Piłki siatkowe, stojaki.

Ustawienie

Drużyny ustawiają się w rzędach. W odległości 12 m od linii startu-mety jest ustawiony stojak.

Przebieg

Pierwsi zawodnicy trzymają piłkę oburącz. Na sygnał wkładają piłkę pomiędzy kolana rozpoczynają skoki obunóż do linii przy stojaku. Po dotknięciu linii lub jej przekroczeniu, zawodnik chwytą piłkę, omija stojak i jak najszybciej biegnie z powrotem, przekazując piłkę następnemu zawodnikowi podaniem z ręki do ręki. Konkurencję kończy zawodnik startujący jako ósmy, który kończąc swoją zmianę nie musi przekazywać nikomu piłki, tylko przebiega jak najszybciej linię startu-mety z piłką w rękach. Konkurencja jest ukończona przez drużynę po przekroczeniu linii startu-mety przez zawodnika z piłką.

Ocena

Zwycięża ten zespół, który szybciej i dokładniej wykona konkurencję.

Uwagi

Przewrócony stojak musi zostać poprawiony przez zawodnika, który go przewrócił. Jeżeli piłka wyleci zawodnikowi, to musi wrócić z nią do miejsca popełniania błędu i z tego miejsca kontynuować skoki

4 > Przenoszenie piłki lekarskiej (1 kg)

Pomoce

Piłki lekarskie, stojaki.

Ustawienie

Drużyny ustawione w rzędach. Każdy zespół otrzymuje jedną piłkę lekarską, która leży na linii startu-mety. W odległości 12 m od linii startu-mety jest ustawiony stojak.

Przebieg

Na sygnał, pierwsi z każdego zespołu podnoszą z podłoża piłkę i jak najszybciej zanoszą ją na półmetek w odległości 12 m od linii startu-mety (piłka lekarska musi leżeć za linią 12 metra lub może być z nią styczna, obiegają stojak a drogą powrotną pokonują biegiem (bez piłki). Następny zawodnik startuje w chwili dotknięcia go dłonią przez zawodnika poprzedzającego, biegnie po piłkę, wraca z nią trzymając w rękach i kładzie ją na linii startu. Trzeci znosi, czwarty przynosi itd.

Ocena

Zwycięża zespół, który dokładniej i pierwszy ukończy wyścig.

Uwagi

Przewrócony stojak musi zostać poprawiony przez zawodnika, który go przewrócił.

Jeżeli piłka wyleci zawodnikowi, to musi wrócić z nią do miejsca popełnienia błędu i z tego miejsca kontynuować bieg.

Ostatni zawodnik nie musi kłaść piłki na linii startu-mety, może ją przekroczyć trzymając piłkę w rękach.

5 > Wyścig skokami zajęczymi

Pomoce

Materace, płotki (mogą być zrobione ze stojaków – wys. Około 60 cm), stojaki.

Ustawienie

Drużyny ustawione w rzędach, w odległości 7 m od linii startu ustawiony płotek, następnie w odległości 6 m od płotka kładziemy materac, a za materacem w odległości 2 m ustawiamy stojak.

Przebieg

Na sygnał pierwsi startują z przysiadu podpartego skokami zajęczymi (nie wolno używać rąk i nóg Tak jak w czworakowaniu), następnie przechodzą dowolnym sposobem pod płotkiem, dalej biegają, wykonują przewrót w przód na wprost na materacu, obiegają stojak i wracają biegiem. Następnie zawodnika uruchamia się przez dotknięcie dłonią ramienia lub przebiegnięcie przez linię startu-mety.

Ocena

Zwycięża ten zespół, który dokładniej i szybciej wykona konkurencję.

Uwagi

Przewrócony stojak musi zostać poprawiony przez zawodnika, który go przewrócił.

6 > Wyścig z przeplotem przez szarfę i przewrotem w przód

Pomoce

Szarfy, materace, stojaki.

Ustawienie

Drużyny ustawione w rzędach, w odległości 5 m od linii startu-mety leży szarfa, w odległości następnych 5 m materac i następnych 5 m znajduje się stojak.

Przebieg

Na sygnał pierwsi startują, biegają do szarfy, przeplatają szarfę od góry do dołu, biegają dalej, wykonując przewrót w przód na materacu, biegają, obiegają stojak na półmetku i wracają biegiem. Następny startuje w chwili dotknięcia go dłonią przez zawodnika poprzedzającego.

Ocena

Zwycięża zespół, który dokładniej i pierwszy ukończy bieg..

Uwagi

Przewrócony stojak musi zostać poprawiony przez zawodnika, który go przewrócił.

Strefa, w której powinna znajdować się szarfa to odległość od linii startu-mety do materaca. Jeżeli po przejściu zawodnika przez szarfę. Jeśli szarfa dotyka materaca lub leży na nim to w drodze powrotnej zawodnik musi ją podnieść i umieścić w bezpiecznej strefie prze materacem.

Jeżeli zawodnik nie wykona pełnego przeplotu to musi powtórzyć tę czynność.

Jeżeli po wykonaniu przeplotu szarfa pozostaje w rękach zawodnika to może on pobiec z szarfą i w drodze powrotnej umieścić ją w bezpiecznej strefie.

7 > Wyścig z przeskokiem przez płotek

Pomoce

Płotki lekkoatletyczne (mogą być zrobione ze stojaków – wys. Około 50 m), stojaki.

Ustawienie

W rzędach, w odległości 7 m od linii startu jest ustawiony płotek, a w odległości 5 m od płotka ustawiony stojak na półmetku.

Przebieg

Na sygnał pierwsi startują biegnąc, w dowolny sposób przeskakują przez płotek, dobiegają do półmetka, obiegają stojak i wracają biegiem. W drodze powrotnej zawodnicy przechodzą pod płotkiem. Uruchamiają następnego przez dotknięcie dłonią.

Ocena

Zwycięża ten zespół, który wykona najszybciej próbę.

Uwagi

Przewrócony stojak musi zostać poprawiony przez zawodnika, który go przewrócił.

8 > Skoki obunóż z miejsca / skoki dodawane

Pomoce

Kreda, taśma miernicza

Przebieg

Z linii startu pierwszy zawodnik wykonuje skok w dal obunóż z miejsca, sędzia zaznacza kredą miejsce lądowania (ostatni ślad), z tej linii wykonuje skok następny zawodnik itd.

Ocena

Zwycięża ten zespół, który po dokonaniu pomiaru od linii startu (pierwszego skoku) do ostatniego śladu ósmego zawodnika uzyska najdłuższą odległość

IV – PUNKTACJA

O kolejności decyduje suma rezultatów uzyskanych we wszystkich 8 konkurencjach. Do finału awansują dwa najlepsze zespoły z każdego półfinału w kategorii dziewcząt i chłopców. Przy równej ilości punktów w punktacji generalnej o kolejność miejsc decyduje:

- a) większa ilość miejsc pierwszych w danej konkurencji,
- b) w przypadku równych ilości miejsc pierwszych decyduje większa ilość miejsc drugich, trzecich itd. Jeżeli mimo to wciąż sytuacja w tabeli remisowa to należy wylosować konkurencję (1 z 8 konkurencji) do przeprowadzenia dogrywki

V – UWAGI

Zawody Gry i Zabawy mają na celu sprawianie dużej radości najmłodszym i są jednymi z pierwszych zawodów dlatego tak ważne jest sędziowanie na tychże zawodach i atmosfera w jakiej przebiegają. Dopuszczalne są drobne błędy i niedokładności przy wykonywaniu konkurencji, dopiero ominięcie całych elementów lub inne błędy (wymienione w uwagach przy każdej konkurencji) czy np. celowe szybsze starty powinny skutkować przesunięciem zespołu na dalsze miejsce niż wynikające z kolejności na mecie.

Zawody mogą być rozgrywane w bezpośredniej rywalizacji drużyn bez pomiaru czasowego (miejsca) lub (przy większej ilości drużyn) można podzielić drużyny na dwie grupy i przeprowadzić zawody dokonując pomiaru czasowego każdej drużyny.

Rozgrywki gminne i powiatowe mogą być sędziowane przez nauczycieli wychowania fizycznego. Każdy uczeń musi posiadać ważną legitymację szkolną. W wyjątkowych sytuacjach uczeń może posiadać inny dokument ze zdjęciem oraz zaświadczenie dyrektora szkoły potwierdzające tożsamość ucznia.

Prawo reprezentowania szkoły mają uczniowie, którzy rozpoczęli w niej naukę nie później niż 1 października roku szkolnego 2026/2027 lub za zgodą organizatora.

Każdy uczeń musi posiadać zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na udział w zawodach. Zgodę należy zamieścić w Systemie Rejestracji Szkół – srs.szs.pl. Zgoda pozostaje w szkole.