

REGULAMIN
GMINNEGO DNIA SPORTU
w ramach Środowiskowego programu profilaktyki przeciwalkoholowej
pt. „Gminny Dzień Sportu”

I. CELE WYDARZENIA:

- Integracja dzieci, młodzieży i dorosłych.
- Kształtowanie nawyku aktywnego wypoczynku.
- Popularyzacja sportu, rekreacji w środowisku wiejskim.
- Zachęcanie do zdrowego stylu życia.
- Kształtowanie poczucia odpowiedzialności, sprawiedliwości i poszanowania godności innych.
- Umiejętność rywalizacji sportowej w duchu fair-play i dobrej zabawy.
- Edukacja poprzez zabawę.

II. ORGANIZATOR

Gminny Ośrodek Kultury w Werbkowicach

przy współudziale:

- Gminy Werbkowice
- Hali Sportowej w Werbkowicach
- Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Werbkowicach

III. TERMIN I MIEJSCE

Blok rekreacyjno-sportowy w ramach imprezy integrującej mieszkańców gminy Werbkowice odbędzie się w dniu **11 czerwca 2023 roku** (niedziela), **od godz. 14:00 w parku przy GOK Werbkowice.**

IV. ZASADY UCZESTNICTWA

W wydarzeniu udział wezmą wszyscy zainteresowani mieszkańcy gminy Werbkowice (dzieci, młodzież, dorośli). Prawo udziału w zawodach mają wszyscy zainteresowani, którzy wpiszą się na listę startową danej konkurencji przy stoliku sędziowskim.

V. ZGŁOSZENIA

Zgłoszenia do udziału w poszczególnych indywidualnych zawodach rekreacyjno-sportowych przyjmowane będą w dniu wydarzenia, przy stoliku sędziowskim od godz. 13:30.

Zgłoszenia w konkurencjach drużynowych przyjmowane będą do dnia 9 czerwca 2023 roku w GOK Werbkowice lub tel. 601178163 (Edyta Pomykała).

VI. NAGRODY

W każdej konkurencji będą wyłanianie 1, 2 i 3 miejsce, które będą nagradzane medalami, talonami na pizzę/lody i drobnymi upominkami, dla pozostałych uczestników cukierki na pocieszenie. Dekoracja i wręczenie nagród odbędzie się po wszystkich konkurencjach.

VII. PROGRAM

godz. 14:00 Powitanie uczestników, przedstawienie konkurencji sportowych

godz. 14:10 KONKURENCJE Z UDZIAŁEM RODZICA I DZIECKA

1. Bieg rodzica z dzieckiem na barana
2. Wyścigi w workach

godz. 14:30 RYWALIZACJE ZESPOŁOWE

3. Przeciąganie liny (dla dorosłych)
4. Strzał na minibrankę (dla grup mieszanych)

godz. 15:00 RYWALIZACJE INDYWIDUALNE

5. Rzut lotką do tarczy (w dwóch kategoriach: 10-17 lat, dorośli)
6. Żonglowanie piłki nogą (w trzech kategoriach: 10-13 lat, 14-17 lat, dorośli)
7. Bieg w workach (w czterech kategoriach: 6-9 lat, 10-13 lat, 14-17 lat, dorośli)
8. Skoki na piłce (w dwóch kategoriach: 4-6 lat, 7-9 lat)
9. Rzut podkową (w dwóch kategoriach: 4-6 lat, 7-9 lat)
10. Marsz z kijkami (seniorzy)

godz. 15:45 Dekoracja i wręczenie nagród

godz. 16:00 Pokazy STRONGMAN i konkurencje dla publiczności

VIII. OPIS KONKURENCJI

1. Bieg rodzica z dzieckiem na barana (zespoły 2-osobowe)

Wszystkie zespoły ustawiają się na linii startu. Zadaniem każdego zespołu jest jak najszybsze pokonanie odcinka 7m, obiegnięcie pachotka i powrót na linie startu. Zwycięża zespół, który najszybciej wykona zadanie. W przypadku dużej ilości chętnych zostaną przeprowadzone 2 tury biegów. Zwycięzcy z pierwszej i drugiej tury (po 2 pary) konkurować będą o 1, 2 i 3 miejsce.

2. Wyścigi w workach (zespoły 2-osobowe)

Dziecko biegnie/skacze w worku z linii startu na linię mety, tam następuje zmiana, rodzic biegnie/skacze w worku na linię startu. Zwycięża zespół, który najszybciej wykona zadanie. W przypadku dużej ilości chętnych zostaną przeprowadzone 2 tury wyścigów. Zwycięzcy z pierwszej i drugiej tury (po 2 pary) konkurować będą o 1, 2 i 3 miejsce.

3. Przeciąganie liny (drużyny 5-osobowe)

Rywalizacja toczy się wg zasady każdy z każdym. Zadaniem każdej z drużyn jest przeciągnięcie liny na swoją stronę. Za każde zwycięstwo przyznawane są punkty.

4. Strzał na mini bramkę (drużyny 5-osobowe)

Konkurencja drużynowa. Każdy z zawodników wykonuje po 2 strzały piłką nożną na mini bramkę o wymiarach 1mx1m z odległości 7m. O zwycięstwie drużyny decyduje suma bramek strzelonych przez wszystkich zawodników. W przypadku takiej samej liczby punktów będzie dogrywka (po 3 strzały przez wybranego zawodnika).

5. Rzut lotką do tarczy

Konkurencja prowadzona będzie w 2 kategoriach wiekowych:

- 10-17 lat
- dorośli

Każdy z uczestników konkurencji wykonuje po 5 rzutów lotką do tarczy punktowej z odległości 2,5m. O zwycięstwie w każdej kategorii wiekowej decyduje łączna ilość punktów uzyskanych przez zawodnika. W przypadku równej ilości punktów decydują rzuty o wartości 10, 9, 8 pkt.

6. Żonglowanie piłki nogą (do 10 zawodników w każdej kategorii)

Konkurencja prowadzona będzie w 3 kategoriach wiekowych:

- 10-13 lat

- 14-17 lat

- dorośli

Każdy uczestnik otrzymuje piłkę, wygrywa ten, który najdłużej będzie żonglować.

7. Bieg w workach

Konkurencja prowadzona będzie w 4 kategoriach wiekowych:

- 6-9 lat

- 10-13 lat

- 14-17 lat

- dorośli

Wszyscy uczestnicy z danej kategorii ustawiają się na linii startu. Zadaniem każdego uczestnika jest jak najszybsze pokonanie odcinka 7m, obiegnięcie pachołka i powrót na linii startu. Zwycięża osoba, która najszybciej wykona zadanie. W przypadku dużej ilości chętnych zostaną przeprowadzone 2 tury wyścigów. Zwycięzcy z pierwszej i drugiej tury (po 2 pary) konkurować będą o 1, 2 i 3 miejsce.

8. Skoki na piłce

Konkurencja prowadzona będzie w 2 kategoriach wiekowych:

- 4-6 lat

- 7-9 lat

Wszyscy uczestnicy z danej kategorii ustawiają się na linii startu. Zadaniem każdego uczestnika jest jak najszybsze pokonanie odcinka 7m, okrążenie pachołka i powrót na linii startu. Zwycięża osoba, który najszybciej wykona zadanie. W przypadku dużej ilości chętnych zostaną przeprowadzone 2 tury wyścigów. Zwycięzcy z pierwszej i drugiej tury (po 2 pary) konkurować będą o 1, 2 i 3 miejsce.

9. Rzut podkową

Konkurencja prowadzona będzie w 2 kategoriach wiekowych:

- 4-6 lat

- 7-9 lat

Wszyscy uczestnicy z danej kategorii ustawiają się na linii startu. Zadaniem każdego uczestnika jest jak najdalsze rzucenie podkową. Zwycięża osoba, której podkowa upadnie najdalej. W przypadku dużej ilości chętnych zostaną przeprowadzone 2 tury wyścigów. Zwycięzcy z pierwszej i drugiej tury (po 2 pary) konkurować będą o 1, 2 i 3 miejsce.

10. Marsz z kijkami

Konkurencja skierowana do Seniorów (60+). Wszyscy uczestnicy ustawiają się na linii startu i przemieszczają się marszem pokonując trasę 500m z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią. Wygrywa ta osoba, która najszybciej pokona trasę.

IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za skutki kontuzji odniesionych przez zawodników w trakcie imprezy.
- Organizator nie ubezpiecza zawodników.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione podczas trawnia wydarzenia.
- Organizator zapewnia wszystkim uczestnikom darmowe kiełbaski z grilla i napoje.
- Bezpośrednią opiekę nad dziećmi w czasie wydarzenia sprawują rodzice lub opiekunowie prawni.