



URZĄD MIASTA ŁASKARZEW  
UL. RYNEK DUŻY IM. J. PIŁSUDSKIEGO 32  
08-450 ŁASKARZEW  
Tel. 25 684 52 50, e-mail: [urzad@miastolaskarzew.pl](mailto:urzad@miastolaskarzew.pl)

## REGULAMIN KONKURSU SPORTOWEGO

### I CELE I ZADANIA

1. Upowszechnianie sportu wśród dzieci i młodzieży społeczności miejskiej.
2. Promowanie rywalizacji sportowej w oparciu o zasadę fair play.
3. Kształtowanie psychomotoryki przez naturalne formy ruchu.
4. Nawiązanie przyjaźni i zdrowej rywalizacji z rówieśnikami z innych szkół.

### II ORGANIZATOR

Miasto Łaskarzew

### III UCZESTNICTWO

1. W imprezie uczestniczą dzieci i młodzież w wieku 6 – 15 lat,
2. Drużynę stanowi 6 osobowy zespół

Wiek 6 – 10 lat - 3 dziewcząt i 3 chłopców (1+1)

Wiek 11 – 15 lat – 3 dziewcząt i 3 chłopców (1+1)

3. W poszczególnych konkurencjach mogą brać udział ci sami zawodnicy lub inni reprezentanci drużyn .
4. Zawody przeprowadzone zostaną w kolejności od grupy najmłodszej.
5. Każda uczestnik musi wypełnić kartę zgłoszeniową stanowiącą tabelę (**załącznik nr 1**) wraz z klauzulę RODO (**załącznik nr 2**)

### IV. TERMIN I ZGŁOSZENIA

1. Zawody przeprowadzone zostaną w dniu 19.08.2023r. .na boisku „ Rycerska”.
2. Potwierdzenie udziału w zawodach należy pisemnie zgłosić najpóźniej do 19.08.2023r. do godz. 12.00.

### V. NAGRODY

**Nagrody otrzymują zawodnicy po zakończonych konkurencjach na danym poziomie wiekowym .**

Drużyny otrzymują za:

I miejsce – statuetkę pamiątkową wraz z nagrodami rzeczowymi,

II miejsce - statuetkę pamiątkową wraz z nagrodami rzeczowymi,



## URZĄD MIASTA ŁASKARZEW

UL. RYNEK DUŻY IM. J. PIŁSUDSKIEGO 32  
08-450 ŁASKARZEW  
Tel. 25 684 52 50, e-mail: [urząd@miastolaskarzew.pl](mailto:urząd@miastolaskarzew.pl)

III miejsce – statuetkę pamiątkową wraz z nagrodami rzeczowymi.

Wszystkie biorące udział w zawodach otrzymują nagrody rzeczowe ufundowane przez Burmistrza Miasta Łaskarzewa.

### VI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zapraszamy uczestników w wieku 6-10 oraz 11-15 lat.
2. Po rozpoczęciu imprezy wszyscy uczestnicy powinni wziąć udział we wspólnej rozgrzewce.
3. Organizator zawodów odpowiada za zabezpieczenie sprzętu, opiekę medyczną.
4. Sędziowie pilnują czasu oraz prawidłowości wykonywanych zadań.
5. Wszystkie wykonywane ćwiczenia podczas rywalizacji drużynowej turnieju zawodnicy rozpoczynają z prawej strony toru.
6. Konkurs wygrywa drużyna z uzyskaną najwyższą liczbą punktów.

### PUNKTACJA

#### Uczestnicy w wieku 6-10

Nr zadania	Ilość punktów do uzyskania
1.	0-4
2.	0-2
3.	0-2

#### Uczestnicy w wieku 11-15

Nr zadania	Ilość punktów do uzyskania
1.	0-1
2.	0-2
3.	0-2
4.	0-1
5.	0-2

1. za I m-ce – 8 pkt. ,
2. za II m-ce – 6 pkt.,
3. za III m-ce – 4 pkt.



URZĄD MIASTA ŁASKARZEW  
UL. RYNEK DUŻY IM. J. PIŁSUDSKIEGO 32  
08-450 ŁASKARZEW  
Tel. 25 684 52 50, e-mail: [urząd@miastolaskarzew.pl](mailto:urząd@miastolaskarzew.pl)

Kapituła konkursu

1. Burmistrz Miasta Łaskarzew,
2. Prezes OSP Łaskarzew,
3. Sekretarz Miasta Łaskarzew.

Burmistrz Miasta Łaskarzew  
*Anna Łaszkowska*



URZĄD MIASTA ŁASKARZEW  
UL. RYNEK DUŻY IM. J. PIŁSUDSKIEGO 32  
08-450 ŁASKARZEW  
Tel. 25 684 52 50, e-mail: [urząd@miastolaskarzew.pl](mailto:urząd@miastolaskarzew.pl)

### **Zadania sprawnościowe dla grupy wiekowej 6-10 lat**

W zabawie 1 i 2 odległość pomiędzy pachołkami powinna być równa i wynosić ok. 3 m. odległość od startu do pierwszego pachołka zależna jest od istniejących warunków, ale w zasadzie nie powinna być mniejsza niż 8 m.

#### **1. Podskoki jednonóż**

Przybory : 1 woreczek, 1 obręcz hula-hop, 1 pachołek

Przebieg: na sygnał startu zawodniczka startuje skacząc na nodze prawej trzymając w ręku woreczek. Dociera podskakując do leżącego materaca lub obręczy „hula-hop, ułożonej w połowie dystansu, przerywa podskoki zostawiając w obręczy woreczek i skacze dalej do półmetka na nodze lewej. Po przekroczeniu linii pachołka na półmetku wraca biegiem na metę zabierając po drodze woreczek i przekazuje go kolejnemu zawodnikowi. Błędem jest podpieranie się podczas podskoków drugą nogą.

#### **2. Wyścig z ułożeniem cyfr od 1 - 8**

Przybory: 12 ponumerowanych kartek o wymiarach 20:15 cm., 3 pachołki

Przebieg: Na sygnał pierwsza zawodniczka pokonuje slalomem dystans do miejsca, gdzie napisem do podłoża rozłożone są ponumerowane karteczki. Szuka kartki z numerem „1” i układa w wyznaczonym miejscu ( linia półmetka).

Wraca na start slalomem, skąd wybiega następny zawodnik szukając cyfry „2” itd.

Konkurencja kończy się, gdy zostanie ułożony ciąg cyfr od 1 do 8. Kartka po odkryciu, zawierająca inny niż prawidłowy numer, musi być ponownie zakryta.

Kartki można zastąpić tabliczkami, układać je można również np. na ławeczce gimnastycznej, można także zawieszać. Nie jest błędem odkrywanie obiema rękoma jednocześnie dwóch kartek.

#### **3. Wyścig z linką**

Ćwiczący, podzieleni na zespoły liczące po 5-6 osób, stają w rzędach, pierwszy z rzędu na wyznaczonej linii. Ostatni z rzędu trzyma linkę lub skakankę (jej długość zależy od liczby zawodników w zespole). Na sygnał zawodnicy podają sobie jeden koniec linki między nogami. Gdy linkę otrzyma pierwszy z rzędu, wszyscy zaczynają bieg. Cały rząd obiega pachołek i wraca na swoje miejsce. Wygrywa ten zespół, który pierwszy ustawi się tak, jak na początku gry.



URZĄD MIASTA ŁASKARZEW  
UL. RYNEK DUŻY IM. J. PIŁSUDSKIEGO 32  
08-450 ŁASKARZEW  
Tel. 25 684 52 50, e-mail: [urzad@miastolaskarzew.pl](mailto:urzad@miastolaskarzew.pl)

### Zadania sprawnościowe dla grupy wiekowej 11-15 lat

1. **przeciąganie liny** - uczestników zabawy dzielimy na dwie drużyny. Zespoły chwytają za grubą linę na każdym z jej końców. Zabawa polega na przeciągnięciu drużyny przeciwnej na swoją stronę.
2. **wyścig w folii** - grupa uczestników zostaje spięta folią. Zabawa polega na jak najszybszym dotarciu spiętej grupy do mety bez uszkodzenia folii. Trudność polega na tym, że uczestnicy są ściśnięci i skierowani w różnych kierunkach. Dobra komunikacja pozwoli na przezwycięzenie trudności.
3. **wyścig w workach** - zabawa stara jak świat. Uczestnicy wchodzi do worków i skacząc jak najszybciej pokonują wyznaczony dystans.
4. **bicie piany** - zawodnicy otrzymują miskę z białkiem oraz trzepaczkę. Zabawa polega na jak najszybszym ubiciu piany.
5. **wyścig na trzy nogi** - zawodnicy dzielą się na dwuosobowe drużyny. Uczestnikom stojącym obok siebie, zwróceniu w jednym kierunku zwiążuje się nogi ( prawa noga jednego z lewą drugiego ) Tak „połączeni ze sobą” zawodnicy biegną po wyznaczonej trasie. Zabawa polega na skoordynowaniu ruchu i najszybszym dobiegnięciu do mety.



URZĄD MIASTA ŁASKARZEW  
UL. RYNEK DUŻY IM. J. PIŁSUDSKIEGO 32  
08-450 ŁASKARZEW  
Tel. 25 684 52 50, e-mail: [urząd@miastolaskarzew.pl](mailto:urząd@miastolaskarzew.pl)

Załącznik nr 1

**Karta zgłoszenia do konkursów sprawnościowych**

<b>Imię i nazwisko</b> Uczestnika	
<b>Wiek</b>	
<b>Nr drużyny</b>	
<b>Imię i nazwisko opiekuna</b>	



URZĄD MIASTA ŁASKARZEW

UL. RYNEK DUŻY IM. J. PIŁSUDSKIEGO 32

08-450 ŁASKARZEW

Tel. 25 684 52 50, e-mail: [urząd@miastolaskarzew.pl](mailto:urząd@miastolaskarzew.pl)

Załącznik nr 2

Klauzula RODO w stosunku do uczestników Konkursu sportowego informujemy:

1. Administratorem danych osobowych uczestnika konkursu w rozumieniu przepisów rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) dalej „RODO”, jest Urząd Miasta w Łaskarzewie, ul. Rynek Duży im. J. Piłsudskiego 32, 08-450 Łaskarzew.

2. Administratorem danych osobowych uczestnika konkursu jest Urząd Miasta w Łaskarzewie, ul. Rynek Duży im. J. Piłsudskiego 32, 08-450 Łaskarzew.

3. Dane osobowe osoby biorącej udział w konkursie będą przetwarzane w celu przeprowadzenia i promocji Konkursu sportowego, opublikowanie nazwiska uczestnika konkursu w przypadku otrzymania nagrody lub w konkursie. Podstawą prawną przetwarzania danych osobowych w tej sytuacji jest udzielona zgoda (art.6 ust. 1 lit.a RODO); w celu ustalenia lub dochodzenia ewentualnych roszczeń lub obrony przed takimi roszczeniami przez Administratora – podstawą prawną przetwarzania danych jest prawnie uzasadniony interes Administratora (art.6 ust.1 lit. F RODO)

4. Dane osobowe uczestnika konkursu nie będą udostępniane podmiotom trzecim.

5. Dane będą przetwarzane do momentu wycofania przez uczestnika konkursu zgody na przetwarzanie danych osobowych lub upływu okresu przedawnienia roszczeń.

6. Uczestnikowi konkursu przysługuje prawo dostępu do swoich danych oraz prawo żądania ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia ich przetwarzania lub prawo do wycofania zgody w dowolnym momencie poprzez podany kontakt do Administratora.

Zgoda opiekuna do klauzuli dla osób niepełnoletnich:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych.....osoby niepełnoletniej, której jestem prawną opiekunką/ prawnym opiekunem i innych danych zawartych w zgłoszeniu udziału w Konkursie sportowym, w celu przeprowadzenia konkursu organizowanego przez Urząd Miasta w Łaskarzewie, ul. Rynek Duży im. J. Piłsudskiego 32, 08-450 Łaskarzew.

.....  
(imię i nazwisko opiekuna osoby niepełnoletniej, data, miejscowość)