

# SPRAWNY WUEFISTA

## I. Termin i miejsce konkursu:

- kwiecień-czerwiec 2023 r. na obiektach MOSiR w Sieradzu, ul. Sportowa 1 i SPGG w Sieradzu; każda dyscyplina sportu będzie organizowana oddzielnie w określonym dniu tygodnia zgodnie z harmonogramem konkursu



## II. Cele konkursu:

- popularyzacja zabawy jako formy ogólnorozwojowej aktywności ruchowej i budowania relacji międzyludzkich;
- popularyzacja sportu, w szczególności: biegów na orientację, ringo, tenisa stołowego, badmintonu, elementów tenisa ziemnego;
- integracja nauczycieli wychowania fizycznego poprzez wspólną zabawę, wymianę doświadczeń zawodowych



## III. Uczestnictwo:

- nauczyciele wychowania fizycznego
- każdy uczestnik zobowiązany do podpisania oświadczenia dotyczącego stanu zdrowia oraz RODO
- udział w konkursie jest bezpłatny, organizator zapewnia serwis kawowy



## IV. Sposób przeprowadzenia:

Konkurs „SPRAWNY WUEFISTA” składa się z 5 dyscyplin sportowych:

- ◆ Bieg na orientację
- ◆ Tenis ziemny
- ◆ Tenis stołowy
- ◆ Badminton
- ◆ Ringo

Konkurs będzie miał charakter rekreacyjno-integracyjny, promujący zdrowy styl życia a przede wszystkim upowszechniający ww. dyscypliny sportowe. Każdy uczestnik startujący w poszczególnych dyscyplinach sportowych zajmuje określone miejsca i zdobywa punkty: I-50, II-45, III-40, IV-35, V-30, VI-25, VII-20, VIII-19 IX-18..... Suma zdobytych pkt. pozwoli organizatorowi wyłonić 3 zwycięskich nauczycieli w kategorii K i M. Poszczególne dyscypliny sportowe rozgrywane będą zgodnie z harmonogramem konkursu (załącznik nr 1)

- 1. Bieg na orientację** odbędzie się na dystansie ok.4 km z zaliczeniem 15 punktów kontrolnych oznaczonych na mapie trasy (odnalezione punkty fotografujemy). Start i meta usytuowane będą na II płycie boiska MOSiR w Sieradzu, ul. Sportowa 1. Uczestnik biegu zobowiązany jest do posiadania zainstalowanej aplikacji endomondo. Pomiar czasu oparty będzie o zegar zbiorczy z dokładnością do +/- 1 s. Ominiecie punktu kontrolnego (brak zdjęcia ) skutkować będzie dodaniem karnej 1 min do uzyskanego czasu;



2. Tenis ziemny zasygnalizowany będzie torem przeszkód usytuowanym na korcie tenisowym i składał się będzie z slalomu, wahadła, drabinki koordynacyjnej oraz rzutów do celu. O wyniku decydował będzie czas pokonania toru;



3. **Tenis stołowy** to turniej przeprowadzony zgodnie z przepisami PZTS w formie pucharowej lub grupowej (w zależności od liczby uczestników);

4. **Badminton** to turniej przeprowadzony zgodnie z przepisami PZB w formie pucharowej lub grupowej (w zależności od liczby uczestników)

5. **Ringo** to turniej przeprowadzony zgodnie z przepisami PTR w formie pucharowej lub grupowej (w zależności od liczby uczestników).

Każdą dyscyplinę sportu kończy warsztat metodyczny (możliwość uzyskania zaświadczenia o odbyciu formy doskonalenia zawodowego) dotyczący:

- upowszechniania dyscypliny na zajęciach wychowania fizycznego
- metodyki jej nauczania
- organizacji szkolnych zawodów

Konkurs zakończony zostanie ogłoszeniem wyników, wyróżnieniem 3 zwycięskich nauczycieli w kategorii K i M oraz losowaniem atrakcyjnych nagród wśród wszystkich uczestników. Wszystkie sporne sprawy nie ujęte w przepisach i regulaminie konkursu rozstrzygają organizatorzy. Koordynatorami odpowiedzialnymi za organizację poszczególnych dyscyplin będą:

- bieg na orientację - p. Tomasz Kuś
- tenis ziemny - p. Tomasz Kuś
- tenis stołowy – p. Bogdan Pakuła
- badminton – p. Mariusz Wojnowicz
- ringo – p. Michał Sieczkowski

## V. Nagrody:

Wśród wszystkich uczestników konkursu zostaną rozlosowane atrakcyjne nagrody, dodatkowo wyróżnieni zostaną 3 zwycięscy nauczyciele w kategorii K i M

Ponadto każdy uczestnik dostanie materiały dydaktyczne poświęcone warsztatom metodycznym z poszczególnych dyscyplin sportu oraz zaświadczenie o odbytych formach doskonalenia zawodowego.

## VI. Zgłoszenia:

Zapisy do konkursu przyjmują organizatorzy do dn. 31.03.2023 r. (piątek)

Zgłoszenie w formie elektronicznej <https://forms.office.com/e/MZFmFwKqHX>,

tel. 601 433 435

Obowiązują limity zgłoszeń w poszczególnych kategoriach: max 32 K i 32 M

Miejsca zbiórki przed konkursem zgodnie z harmonogramem konkursu w zależności od rozgrywanej konkurencji

## VII. Organizatorzy:

organizatorami Konkursu są CREWŁ w Sieradzu oraz MOSiR w Sieradzu