

REGULAMINY SZCZEGÓŁOWE IMPREZ SPORTOWYCH

I. Sztafety lekkoatletyczne o Puchar Urzędu Marszałkowskiego:

1. Zawody odbędą się **20 września 2018 roku** o godz. 11.00 na Stadionie Miejskim w Białymstoku. Zgłoszenia imienne sztafety i weryfikacja – w dniu zawodów.
2. Startuje młodzież z roczników 2003-2005 ze szkół, które we współzawodnictwie sportowym województwa podlaskiego w roku szkolnym 2017/2018 zajęły osiem pierwszych miejsc, są to:

dziewczęta:

- | | |
|-------------|--------------------|
| nr startowy | 1. SP 32 Białystok |
| | 2. PG Suchowola |
| | 3. ZSP 5 Białystok |
| | 4. SP 3 Augustów |
| | 5. ZSP 2 Suwałki |
| | 6. SP 11 Suwałki |
| | 7. SSP Supraśl |
| | 8. SP 29 Białystok |

chłopcy:

- | | |
|-------------|--------------------|
| nr startowy | 1. SP 10 Suwałki |
| | 2. SSP Supraśl |
| | 3. SP 32 Białystok |
| | 4. PG Suchowola |
| | 5. ZSP Rajgród |
| | 6. ZSP Jasionówka |
| | 7. SP 9 Łomża |
| | 8. SP 3 Augustów |

3. Biegi rozegrane zostaną seriami finałowymi:
sztafeta olimpijska 800 m + 400 m + 200 m + 100 m.
4. Wymienione gimnazja wystąpią w 10 – osobowych reprezentacjach w każdej kategorii (w tym skład sztafety).
5. Zawody poprzedzi podsumowanie Współzawodnictwa Sportowego Szkół Województwa Podlaskiego za rok szkolny 2017/2018 z udziałem przedstawicieli władz wojewódzkich i samorządowych oraz dyrektorów wyróżnionych szkół. Z uwagi na szczególnie uroczysty charakter imprezy prosimy, aby reprezentacje szkół wystąpiły w jednolitych strojach sportowych.

II. Drużynowe biegi przełajowe:

1. Finały wojewódzkie odbędą się **6 kwietnia 2019 roku** o godz. 12.00. w Supraślu (Uroczysko „Glinki”). Termin zgłoszeń imiennych do finałów – **1 kwietnia 2019**.
2. Startuje młodzież urodzona w roku 2003, 2004, 2005 - obowiązują podane roczniki.
3. Biegi rozgrywane będą oddzielnie dla każdego rocznika: dziewczęta – 1km, chłopcy – 1,5km.
4. Drużyny składają się maksymalnie z 4 zawodników w każdym z roczników. Zawodnicy ustawiają się na starcie w rzędach drużynami (jako pierwszy wytypowany najlepszy zawodnik pozostali za nim).
5. Punktacja w każdym biegu: I miejsce – 75pkt., II – 69, III – 64, IV – 60, V – 57, VI – 55, itd. w odstępie 1 pkt. Klasyfikacja zespołowa prowadzona jest oddzielnie dla każdego rocznika i składa się na nią suma punktów zdobytych przez wszystkich zawodników zespołu zdobytych w danym biegu. O miejscu szkoły w klasyfikacji zespołowej decyduje jeden, najlepszy wynik uzyskany przez szkołę spośród trzech biegów. Przy równej ilości punktów decyduje lepsze miejsce indywidualnie.
6. Do finału wojewódzkiego awansują po 3 pierwsze zespoły z każdego rocznika dziewcząt i chłopców z półfinałów. W Finale prawo startu mają dodatkowo zawodnicy, którzy w poszczególnych biegach w półfinałach zajęli miejsca 1-6 jeżeli ich drużyna nie awansowała.

III. Sztafetowe biegi przełajowe:

1. Finały wojewódzkie (po 20 zespołów) odbędą się **20 października 2018 roku** ok godz. 14.00 w Augustowie („Patelnia”).
2. Startuje młodzież z roczników 2003-2005 w 10 - osobowych sztafetach.
3. Dziewczęta startują 10 x 800 m, chłopcy 10 x 1000 m. Strefa zmian wynosi 20 m.
4. Do finału wojewódzkiego awansuje po 5 pierwszych sztafet dziewcząt i chłopców z półfinałów.

IV. Liga lekkoatletyczna:

1. Finały wojewódzkie (po 12 zespołów) odbędą się **11 maja 2019 roku** o godz. 10.30 na Stadionie Miejskim w Białymstoku. Do finału awansują po 2 zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych oraz po 4 zespoły z najlepszymi wynikami z pozostałych. **Termin zgłoszeń imiennych – 6 maja 2019.**
2. Startuje młodzież z roczników 2003-2005.
3. Szkoła może zgłosić po **16 zawodników** w dowolnie wybranych konkurencjach. Zawodnik może startować w jednej konkurencji i w sztafecie (**z wyłączeniem biegów 600, 1000m**).
4. **Zespół musi wystawić co najmniej po 2 zawodników w: biegach krótkich, biegach średnich, skokach i rzutach.** W jednej konkurencji szkoła może zgłosić maksymalnie 3 zawodników oraz tylko jedna sztafetę.
5. Program zawodów (**w zgłoszeniach SRS obowiązują poniższe zapisy konkurencji**):
dziewczęta: biegi krótkie: 100m, 300m, 80m pł, 200m pł; biegi średnie: 600m, 1000m; sztafeta 4x100m; skoki: w dal, wzwyż; rzuty: kula 3kg, dysk 0,75kg, oszczep 500g.
chłopcy: biegi krótkie: 100m, 300m, 110m pł, 200m pł; biegi średnie: 600m, 1000m; sztafeta: 4x100m; skoki: wzwyż, w dal; rzuty: kula 5kg, dysk 1kg, oszczep 600g.
6. Biegi rozegrane zostaną seriami na czas, a w konkurencjach technicznych każdy zawodnik ma prawo do czterech prób (z wyjątkiem skoku wzwyż). Pierwszą wysokość skoku wzwyż podają zawodnicy, kolejne wysokości jak w la indywidualnej. W konkurencjach biegowych każdy zawodnik, który popełni drugi falstart zostanie zdyskwalifikowany w danym biegu.
7. Uzyskane wyniki przeliczane będą według tabel punktowych dostępnych na internetowej stronie PW SZS. Na wynik zespołu składa się 12 (lub mniej) najlepszych rezultatów. Przy równej ilości punktów o miejscu szkoły decyduje lepszy wynik przeliczony na punkty uzyskany w konkurencjach indywidualnych.
8. Zespoły, które nie awansowały do finału wojewódzkiego sklasyfikowane będą na miejscach dalszych na podstawie punktów uzyskanych w półfinałach.

V. Podlaska Gimnazjada w lekkiej atletyce im. Stanisława Baszenia:

1. Finały wojewódzkie odbędą się **26 maja 2019 roku** o godz. 10.30 na Stadionie Miejskim w Białymstoku. Termin zgłoszeń imiennych – **23.05.2019**. Do finału awansuje po 3 najlepszych zawodników (sztafet) w każdej konkurencji z półfinałów oraz po 4 z najlepszymi wynikami z pozostałych zawodników.
2. Startuje młodzież z rocznika 2003-2005.
3. Program zawodów:
dziewczęta: chód 3km, 80m pł, (76,2–12–8–12), 100m, 200m pł. (10 pł, 76,2–18,29-18,29-17,10), 300m, 600m, 1000m, wzwyż, tyczka, w dal, kula 3kg, dysk 0,75kg, młot 3kg, oszczep 500g, 4x100m;
chłopcy: chód 5km, 110m pł. (91,4–13,6–8,9–6,3), 200m pł. (10pł, 76,2–18,29-18,29-17,10), 100m, 300m, 600m, 1000m, 2000m, wzwyż, tyczka, w dal, kula 5kg, dysk 1kg, młot 5kg, oszczep 600g, 4x100m.

4. W konkurencjach technicznych odbędą się eliminacje i finały, w biegach – serie na czas. Pierwsza wysokość skoku wzwyż dziewcząt: 125 cm, do 155 cm co 5cm, dalej 159, 162, 165, 168, 170, dalej co 2 cm; pierwsza wysokość chłopców 140 cm, do 175 co 5cm, dalej 179, 182, 185, 188, dalej co 2 cm. Pierwsza wysokość skoku o tyczce dziewcząt 200 cm, co 10 cm; chłopców 220 cm, do 280 cm co 20 cm, powyżej co 10 cm. W konkurencjach biegowych każdy zawodnik, który popełni drugi fałstart zostanie zdyskwalifikowany w danym biegu.
5. Jeden zawodnik może startować w dwóch konkurencjach i w sztafecie (wyjątek – startujący na dystansie 600 m i dłuższym mogą startować tylko w sztafecie). Gimnazjum może wystawić tylko jedną sztafetę.
6. Punktowanych będzie 16 zawodników systemem: 17, 15, 14, 13, 12, itd., sztafety punktowane podwójnie. Przy równej ilości punktów w klasyfikacji zespołowej o wyższym miejscu decyduje wyższe miejsce zdobyte w konkurencjach indywidualnych.

VI. Koszykówka:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną w **grudniu 2018 roku**. Do finału awansują po 2 najlepsze zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2003-2005 w 12 - osobowych drużynach, meczu nie można rozpocząć jeżeli zespół nie ma 8 zawodników.
3. Dziewczeta grają piłką nr 6, chłopcy – nr 7; czas gry: 4 x 7,5 minut (czystej gry) z 10 minutową przerwą po drugiej kwarcie i 2 minutowe po pierwszej i trzeciej (przy trzech meczach jednego dnia 4 x 7 minut z 5 minutową przerwą). Dogrywka 5 minut (czystej gry).
4. Czas akcji – 24 sekundy, piłkę trzeba wprowadzić na pole przeciwnika w ciągu 8 sekund, nowe 24 sekundy zostają przyznane dopiero, gdy piłka dotyka obręczy. Zablokowany rzut nie daje prawa do nowej akcji. Rzuty wolne są wykonywane za każdy faul obrońców po czwartym faulu drużyny w każdej kwarcie; w każdej kwarcie zespół ma prawo do 1-minutowej przerwy, w czwartej kwarcie dodatkowo jeszcze jedną.
5. W wypadku dyskwalifikacji zawodnika nie może on występować w następnym terminie gier.
6. O kolejności miejsc decyduje:
 - większa liczba zdobytych punktów (za zwycięstwo 2 pkt., za przegraną 1 pkt., za przegraną walkowerem 0 pkt. walkower liczy się 20:0),
 - większa liczba zdobytych punktów między zainteresowanymi,
 - lepszy stosunek koszy zdobytych do straconych między zainteresowanymi,
 - lepszy stosunek koszy zdobytych do straconych w całym turnieju (rundzie),
 - większa liczba zdobytych koszy w całym turnieju (rundzie).
7. Dokładny terminarz i system rozegrania finałów zostanie podany zainteresowanym gimnazjom oddzielnym komunikatem.

VII. Piłka ręczna:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną w **marcu – kwietniu 2019 roku**. Do finałów awansują po dwa najlepsze zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2003-2005 w 16 - osobowych zespołach.
3. Zasady gry: wymiary boiska: 36x18m; czas gry 2 x 20 minut z 5 minutową przerwą, kary 2min, (przy trzech meczach jednego dnia 2 x 15 minut z 5 minutową przerwą, kary 1min); piłka nr 1 – dla dziewcząt i nr 2 – chłopcom, **zakaz używania kleju do piłek**; w wypadku dyskwalifikacji zawodnika (nie z gradacji kar) nie może on wystąpić w następnym meczu; dowolny system ustawienia obrony podczas całego meczu; zmiany zawodników możliwe są w dowolnym

momencie (nie tylko, gdy drużyna jest w posiadaniu piłki); pozostałe zasady zgodnie z przepisami gry w piłkę ręczną ZPRP.

4. W meczach kończących się w podstawowym czasie gry remisem wynik zawodów zalicza się do tabeli (rzuty karne po regulaminowym czasie gry służą jedynie wyłonieniu zwycięzcy i nie są zaliczane do wyniku meczu oraz statystyk indywidualnych).
5. Za zwycięstwo w regulaminowym czasie gry przyznaje się 3 pkt, za zwycięstwo po rzutach karnych – 2pkt, za porażkę po rzutach karnych – 1pkt, za porażkę w regulaminowym czasie gry – 0 pkt.
6. O kolejności miejsc decyduje:
 - większa liczba zdobytych punktów,
 - większa liczba zdobytych punktów w spotkaniach między zainteresowanymi,
 - lepsza różnica bramek w spotkaniach między zainteresowanymi,
 - większa liczba zdobytych bramek między zainteresowanymi,
 - lepsza różnica bramek wszystkich spotkań (danej rundy),
 - większa liczba zdobytych bramek wszystkich spotkań (danej rundy).
 - losowanie.
7. Dokładny terminarz i system rozegrania finałów zostanie podany zainteresowanym gimnazjom oddzielnym komunikatem.

VIII. Siatkówka:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną w **marcu – kwietniu 2019 roku**. Do finałów awansują po dwa najlepsze zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z rocznika 2003-2005 w 12 - osobowych zespołach.
3. Zasady gry:
 - wysokość siatki: dziewczęta – 224 cm, chłopcy – 243 cm,
 - spotkania rozgrywane są do dwóch wygranych setów, które rozgrywa się „T-breakiem” do 25 pkt. Trzeci set rozgrywany jest do 15 pkt.
4. O kolejności miejsc decyduje:
 - większa liczba zdobytych punktów (zwycięstwo 2 pkt., za przegranie 1, za walkower 0).
 - większa liczba zwycięstw,
 - lepszy stosunek setów,
 - lepszy stosunek małych punktów
 - wynik bezpośredniego spotkania (kolejno – punkty, sety, „małe punkty”).
5. Dokładny terminarz i system rozegrania finałów zostanie podany zainteresowanym gimnazjom oddzielnym komunikatem.

IX. Siatkówka plażowa:

1. Finały wojewódzkie rozegrane zostaną w **maju - czerwcu 2019 roku**. Termin zgłoszeń – **10 maja 2019**.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2003-2005.
3. Zasady gry:
 - zespół liczy 2 zawodników + 1 rezerwowy,
 - boisko o wymiarach 16x8m; wysokość siatki: dziewczęta – 224 cm, chłopcy – 243 cm,
 - spotkania rozgrywane są do dwóch wygranych setów, które rozgrywa się do 15 pkt (trzeci set, decydujący do 11 pkt) przy przynajmniej dwóch punktach przewagi jednego z zespołów,
 - zawodnik rezerwowy ma prawo wejść wyłącznie raz na boisko w trakcie meczu – bez prawa zmiany powrotnej,

- kolejność zagrywki musi być zachowana od początku do końca seta (zgodnie z kolejnością podaną przez kapitana zespołu po losowaniu),
 - każda akcja mająca na celu skierowanie piłki w kierunku przeciwnika, z wyjątkiem zagrywki i bloku, jest traktowana jako atak,
 - każda pierwsza piłka (w tym również z zagrywki) nie może być odbita oburącz górą (palcami).
4. Miejsce, termin rozgrywek oraz system ich przeprowadzenia podany będzie oddzielnym komunikatem.

X. Piłka nożna:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną w **maju - czerwcu 2019 roku**. Do finałów awansują po dwa najlepsze zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2003-2005 w 12 – osobowych zespołach (na boisku: 6 zawodników: 5 + bramkarz).
3. Zasady gry: zawody powinny być rozgrywane na nawierzchni trawiastej o wymiarach 20-32 x 40-56 m; **bramki:** 5x2m; **czas gry:** 2x20 minut z przerwą 5 minut (przy 3 meczach jednego dnia 2x15); **obuwie:** bez wkręcanych korków; **piłka:** nr 5; **pole bramkowe:** 15x7 m lub promień 6 m (jak w piłce ręcznej); gra bez „spalonego”; **zmiany:** hokejowe (błąd zmiany – strata piłki, wykluczenie 1min); **wrzut z autu:** rękoma zza głowy; **rzut karny:** z odległości 9 m; z autu od bramki bramkarz wprowadza piłkę do gry ręką lub nogą w obrębie własnej połowy boiska (jeżeli piłka przekroczy bezpośrednio linię środkową, wykonuje się rzut wolny pośredni z linii środkowej boiska; w tym wypadku nie obowiązuje przepis o „prawie korzyści”); **przy stałych fragmentach gry:** zawodnik drużyny przeciwnej musi znajdować się w odległości przynajmniej 5m; **kary wychowawcze:** 2 min, 5 min, dyskwalifikacja; w przypadku dyskwalifikacji zawodnika (nie z gradacji kar) zawodnik nie może wystąpić w następnym meczu.
4. W meczach, które muszą wyłonić zwycięzcę w przypadku remisu przeprowadza się dogrywkę trwającą 5 minut; przy braku rozstrzygnięcia rzuty karne: najpierw po 5, później do „skutku”.
5. O kolejności miejsc decyduje liczba zdobytych punktów (za zwycięstwo 3 pkt., za remis 1, za przegranie 0). Przy równej liczbie punktów decyduje kolejno:
 - większa liczba zdobytych punktów w spotkaniach między zainteresowanymi,
 - lepsza różnica bramek w spotkaniach między zainteresowanymi,
 - lepsza różnica bramek wszystkich spotkań (danej runy),
 - większa liczba zdobytych bramek wszystkich spotkań (danej rundy).
 - rzuty karne między zainteresowanymi.
6. Dokładny terminarz i system rozegrania finałów zostanie podany zainteresowanym gimnazjom oddzielnym komunikatem.

XI. Unihokej:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną w **grudniu 2018 roku**. Do finału awansują po dwa najlepsze zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2003-2005 w 12 - osobowych drużynach (na boisku 5 zawodników w polu + bramkarz).
3. Zasady gry: **wymiary boiska:** 36-40 m x 18-20 m, **bramka:** 160 x 115 cm, **pole bramkowe:** 5x4m, **pole przedbramkowe:** 2,5x1m, **bramkarza** obowiązuje maska, **czas gry:** 2 x 10 minut z 2 minutową przerwą, ostatnia minuta meczu jest mierzona z zatrzymaniem czasu na każdy gwizdek sędziego; **kary:** 1 i 3 min, czas 1 min w każdej połowie. Pozostałe zasady zgodnie z przepisami PZU.

4. O kolejności miejsc decyduje liczba zdobytych punktów (za zwycięstwo - 2 pkt., za remis - 1, za przegraną – 0, walkower 5:0) przy równej liczbie punktów decyduje kolejno:
 - większa liczba zdobytych punktów między zainteresowanymi (bezpośredni mecz),
 - lepsza różnica bramek między zainteresowanymi,
 - lepsza różnica bramek w całym turnieju (danej rundzie),
 - większa liczba zdobytych bramek w całym turnieju (danej rundzie),
 - rzuty karne między zainteresowanymi zespołami.
5. W meczach, które muszą wyłonić zwycięzcę, w przypadku remisu przeprowadza się rzuty karne.
6. Dokładny terminarz i system rozegrania finałów podany zostanie zainteresowanym szkołom oddzielnym komunikatem.

XII. Badminton:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) odbędą się **28 listopada 2018** roku o godz. 10.00 w SP 32 w Białymstoku. Do finału awansują po dwa zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Startuje młodzież z roczników 2003-2005 w 4 - osobowych zespołach (3 + 1 rezerwowy). Rezerwowego można wprowadzić po pierwszej turze gier pojedynczych (wyjątek; jeżeli zawodnik uległ kontuzji, która eliminuje go z występów w turnieju).
3. Finały zostaną przeprowadzone systemem pucharowym do dwóch przegranych meczów.
4. Zawody rozegrane zostaną w relacji drużynowej – kolejność gier: **I rzut:** A-Y, B-X, C-Z, **II rzut:** gra podwójna, **III rzut:** A-X, C-Y, B-Z. Mecz prowadzony jest do czterech zdobytych punktów. Zawodnicy grają do dwóch wygranych setów, set rozgrywany jest „T-breakiem”; dziewcząt do 11 pkt., chłopcy do 15 pkt. Organizator nie zapewnia lotek do gry.

XIII. Tenis stołowy

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną **5 grudnia 2018** roku o godz. 10.00 w MZS w Wysokiem Mazowieckiem (ul. Ludowa 5). Do finału awansuje po dwa najlepsze zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Startuje młodzież z roczników 2003-2005 w 4-osobowych zespołach (3 + 1 rezerwowy). Rezerwowego można wprowadzić po pierwszej turze gier pojedynczych (wyjątek; jeżeli zawodnik uległ kontuzji, która eliminuje go z występów w turnieju).
3. Finały zostaną przeprowadzone systemem pucharowym do dwóch przegranych meczów.
4. Zawody rozegrane zostaną w relacji drużynowej – kolejność gier: **I rzut:** A-Y, B-X, C-Z, **II rzut:** gra podwójna, **III rzut:** A-X, C-Y, B-Z. Mecz prowadzony jest do czterech zdobytych punktów. Zawodnicy grają do dwóch wygranych setów, set rozgrywany jest do 11 pkt., zmiana zagrywki co 2 pkt. **Obowiązuje zakaz gry w białych koszulkach.**

XIV. Pływanie:

1. Finały wojewódzkie odbędą się **29 marca 2019 roku** o godz. 11.00 roku w Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie. Do finału awansują po 3 najlepsze zespoły z półfinałów wojewódzkich oraz dodatkowo pierwszych trzech zawodników każdej konkurencji i trzy pierwsze sztafety z półfinałów. Termin zgłoszeń imiennych do finału – **21.03.2019.**
2. Startuje młodzież z roczników 2003-2005.
3. Program zawodów:
 - sztafety 6 x 50 m stylem dowolnym (zawodnik od startu do zmiany płynie jednym stylem),
 - indywidualnie na 50 m stylem: klasycznym, grzbietowym, motylkowym i dowolnym,
 - sztafety oraz dystanse indywidualne rozegrane zostaną w seriach na czas.

4. Do zawodów szkoła może zgłosić po jednej sztafecie oraz nie więcej jak trzech zawodników na jednym dystansie indywidualnym. Jeden zawodnik może startować w sztafecie i na jednym dystansie indywidualnym.
5. O miejscu szkoły decyduje suma zdobytych punktów. Punktowanych będzie 12 zawodników systemem: 13, 11, 10, 9, 8, itd., sztafety punktowane będą potrójnie; 39, 33, 30, 27, 24 itd.

XV. Szachy – zespoły mieszane

1. Półfinały wojewódzkie odbędą się do 24 listopada 2018 roku, **Punkty do współzawodnictwa przyznane zostaną dziewczętom lub chłopcom – tym, których jest więcej w zespole. Przy 2 dziewczynkach i 2 chłopcach trener przed przystąpieniem do półfinałów deklaruje komu przyznane będą punkty.**
2. Finały wojewódzkie (8 zespołów) odbędą się **2 grudnia 2018 roku** o godz. 10.00 w SP 45 w Białymstoku. Do finału awansują dwa najlepsze zespoły z każdej z grup półfinałowych.
3. Startuje młodzież z roczników 2003-2005 w 4 - osobowych zespołach mieszanych, **w tym obowiązkowo zawodniczka na czwartej szachownicy. Nas szachownicach 1-3 mogą grać również dziewczęta.** Nie ma możliwości zgłaszania zawodników rezerwowych. Składy imienne należy podać do godz. 9.40.
4. Zawody zostaną przeprowadzone w formie drużynowej systemem gry kołowym. Kolejność drużyn przed pierwszą rundą ustala się na podstawie losowania, które dokonuje sędziego głównego na tydzień przed zawodami. Plik turniejowy zamieszczony będzie na witrynie internetowej www.cessarbitr.com.
5. Drużyna może rozpocząć mecz po spełnieniu następujących warunków:
 - a. został zgłoszony pełny imienny skład zawodników na dany mecz,
 - b. na sali turniejowej znajduje się minimum trzech zawodników ze zgłoszonego składu, , **w tym minimum jedna dziewczynka i jeden chłopiec.**
6. Kolejność zawodników w drużynie ustalona na odprawie technicznej przed zawodami, nie może ulec zmianie w trakcie rozgrywek. Drużyna grająca w składzie trzyosobowym oddaje walkower na czwartej szachownicy.
7. Tempo gry – po 10 minut na całą partię i dodatkowo po 5 sekund na każdy ruch od początku partii.
8. Kolejność miejsc będzie ustalona na podstawie liczby zdobytych punktów meczowych (2 pkt. – wygrana, 1 pkt. – remis), a przy ich równości decydują kolejno:
 - punkty małe (wygranie–1 pkt., remis–0,5 pkt.) zdobyte przez wszystkich zawodników drużyny,
 - wynik bezpośredniego meczu,
 - punktacja Sonnenborna – Bergera,
 - lepszy wynik na pierwszej, ewentualnie kolejnych szachownicach.
9. O tytule mistrza województwa – w przypadku równej ilości wszystkich dodatkowych kryteriów – decyduje dodatkowy mecz z tempem po 5 minut na całą partię i dodatkowo po 5 sekund na każdy ruch od początku partii. Przy remisie o tytule decydować będą kolejno wyniki na pierwszej i kolejnych szachownicach.
10. Prowadzona będzie także klasyfikacja indywidualna zawodników na poszczególnych szachownicach według następujących kryteriów: liczba zdobytych punktów, bezpośredni pojedynek, punktacja Sonnenborna-Bergera, liczba zwycięstw, miejsce drużyny.
11. Funkcję sędziego głównego pełni arbiter wyznaczony przez organizatora czyli PW SZS.
12. Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do sędziego głównego, którego decyzje w trakcie zawodów są ostateczne.
13. W zawodach obowiązują przepisy FIDE i PZSzach.

XVI. Aerobik dziewcząt:

1. Finał wojewódzki odbędzie się w **marcu-kwietniu 2019 roku**. Dokładny termin i miejsce podane zostaną odrębnym komunikatem na internetowej stronie PW SZS. Termin zgłoszeń – **28.02.2019**.
2. Startują zawodniczki z rocznika 2003-2005 w 4 – 6 osobowych zespołach (zespół 5 – osobowy otrzymuje 1 pkt. dodatkowo do punktacji ogólnej; 6 – osobowy 2 pkt.).
3. Na 30 minut przed rozpoczęciem zawodów należy zgłosić elementy techniczne do oceny oraz odbywa się losowanie kolejności występów.
4. Obowiązują zasady:
 - pole ćwiczeń 10 x 10 m,
 - czas trwania układu: 2 – 2,5 minuty,
 - podkład muzyczny: dowolny na CD lub pendrive,
 - ubiór: strój sportowy przylegający do ciała (bez numerów startowych, odsłaniający nogi powyżej kolan i ramiona, zasłaniający brzuch, krótkie skarpety), obuwie sportowe przed kostki, włosy spięte, bez makijażu i biżuterii, podczas pokazu nie wolno zdejmować elementów ubioru.
5. Kompozycja układu musi zawierać:
 - a – „pompki” ugięcia ramion w podporze przodem – 2 powtórzenia, bokiem do frontu,
 - b – naprzemienne wymachy nóg – 4 powtórzenia w jednym ciągu, bokiem do frontu,
 - c – „pajace”, 4 powtórzenia w jednym ciągu, przodem do frontu,
 - d – „wagi” element równoważny, wytrzymały 3 sek (w zależności od wariantu bokiem lub przodem do frontu),
 - e – szpagaty i ich warianty, wytrzymałe 3 sek, bokiem do frontu,
 - f – skok półszpagatowy z marszu lub z biegu, bokiem do frontu,
 - g – zmiany ustawień zespołu: minimum 4 razy,
 - h – piramidy

Wszystkie elementy obowiązkowe muszą być wykonane jednakowo przez wszystkich członków zespołu w tym samym kierunku. Powinny być połączone różnego rodzaju krokami aerobikowymi i tanecznymi jak również podskokami, obrotami, formami ćw. kształtujących z różną pracą RR.

UWAGA:

- element zostaje zaliczony jeżeli jest wykonany przez wszystkich członków zespołu jednocześnie, a sędziowie oceniają osobę najslabiej wykonującą dany element.
- zabronione są elementy akrobatyczne oraz używanie przyborów i rekwizytów (pkt. karne): salta, przewroty, przerzuty, wychwyty, stanie na głowie, mostki, skoki do głowy, obroty większe niż 360°, podrzucanie partnerki,
- stanie na rękach dozwolone jest tylko w piramidzie na początku układu,
- dozwolone piramidy wysokie i niskie bez muzyki przed układem,
- szczegółowy opis ćwiczeń i kryteria sędziowania znajdują się na stronie: www.pwszs.bialystok.pl .

XVII. Strzelectwo:

1. Finały wojewódzkie odbędą się **22 lutego 2019 roku**. Termin zgłoszeń (SRS) – **30 stycznia 2019**.
2. Startuje młodzież z rocznika 2003-2005 w 3-osobowych zespołach. Do punktacji zalicza się wynik całego zespołu oddzielnie dziewczęta i oddzielnie chłopcy.
3. Komunikat organizacyjny zawodów wraz z regulaminem zostanie opublikowany na stronie internetowej Kuratorium Oświaty w Białymstoku www.kuratorium.bialystok.pl w zakładce: szkoły i organy prowadzące lub rodzice i uczniowie/konkursy, olimpiady, turnieje/inne konkursy, olimpiady, turnieje organizowane przez Podlaskiego Kuratora Oświaty.
4. Zespoły, które nie awansowały do finału wojewódzkiego sklasyfikowane będą na miejscach dalszych na podstawie punktów uzyskanych w półfinałach.

XVIII. Łyżwiarstwo szybkie:

1. Gimnazjada wojewódzka odbędzie się **19 marca 2019** roku o godz. 10.00 w Białymstoku, na lodowisku MOSiR. **Termin zgłoszeń – 12.03.2019.**
2. Uczestniczy młodzież urodzona w roku 2002 i młodsza. Gimnazjum może zgłosić 5 zawodników. Zawody organizowane są dla zawodników nie posiadających licencji w tej dyscyplinie sportu.
3. Obowiązujące zasady:
 - start na 4 i 8 okrążeń (ok. 500 m i 1000m), w biegu na 1000 m start parami zestawionymi na podstawie wyników uzyskanych na 500m.
 - suma czasów uzyskanych na obu dystansach składa się na wynik wieloboju (czas 1000 m oblicza się jako średni czas dzieląc go przez 2),
 - suma punktów uzyskanych przez 4 najlepszych zawodników na 500 m oraz 4 najlepszych na 1000 m decyduje o kolejności zespołu,
 - zawodnicy startują w kaskach na łyżwach krótkich,
 - na 1000 m wystartuje tylko pierwszych 6 zespołów po 500 m, **oraz 5 zawodników, którzy w biegu na 500m uzyskali najlepsze czasy, o ile ich zespół nie awansował.**

XIX. Narciarstwo biegowe:

1. Gimnazjada wojewódzka odbędzie się jednego dnia przy sprzyjających warunkach atmosferycznych w okresie **luty – marzec 2019 roku. Termin zgłoszeń – 4.01.2019.** Informacja o dokładnym terminie i miejscu zawodów zostanie zamieszczona na internetowej stronie PW SZS.
2. Startuje młodzież z rocznika 2003-2005.
3. Zawody rozegrane zostaną w formie dwuboju narciarskiego: bieg na 2 km techniką klasyczną (start co 30 sek.) i bieg na dochodzenie 2 km techniką dowolną (start z różnicą czasową do pierwszego zawodnika uzyskaną w biegu techniką klasyczną).
4. Na punktację drużynową składa się suma czasów biegu na dochodzenie czterech pierwszych zawodników. Przy równych czasach kilku szkół decyduje wyższe miejsce indywidualne.

XX. Mistrzostwa Podlasia w biegu na orientację:

1. Finał Wojewódzki odbędzie się **27 maja 2019 roku. Termin zgłoszeń – 20.05.2019.**
2. Szczegółowy komunikat organizacyjny oraz miejsce zawodów zostaną opublikowane na internetowej stronie PW SZS na 14 dni przed zawodami.
3. Startuje młodzież z roczników 2003-2005. Szkoła może zgłosić maksymalnie po 5 zawodników w kategorii dziewcząt i chłopców.
4. Mapy treningowe do pobrania na zielonypunktkontrolny.pl
5. Klasyfikacja drużynowa ustalona będzie na podstawie sumy czasów uzyskanych przez trzech najlepszych zawodników. W pierwszej kolejności klasyfikowane będą zespoły ze wszystkimi prawidłowo potwierdzonymi PK, następnie według ilości potwierdzonych PK.

XXI. Rowerowa Jazda na Orientację

1. Zawody odbędą się w **kwietniu-maju 2019**, o ile uda się pozyskać środki finansowe na ich zorganizowanie. Szczegółowy komunikat organizacyjny opublikowany zostanie na internetowej stronie PW SZS na 30 dni przed zawodami.
2. Startuje młodzież z roczników 2003-2005. Szkoła może zgłosić maksymalnie do 5 zawodników w kategorii dziewcząt i chłopców. **Zawodników obowiązują kaski ochronne.**

3. Klasyfikacja drużynowa ustalona będzie na podstawie sumy czasów uzyskanych przez trzech najlepszych zawodników: w pierwszej kolejności klasyfikowane będą zespoły ze wszystkimi prawidłowo potwierdzonymi PK, następnie według ilości potwierdzonych PK.

XXII. Indywidualne Mistrzostwa Województwa Podlaskiego w tenisie stołowym

1. Zawody organizowane są przy współpracy z POZTS.
2. Startuje młodzież z roczników 2003-2005.
3. Do półfinałów szkoła może zgłosić 4 zawodniczki i 4 zawodników.
Termin zgłoszeń – 15.02.2019
4. Do finałów, które rozegrane zostaną w **marcu 2019** awansuje 8 zawodniczek i 8 zawodników z każdej grupy.
5. Finały przeprowadzone zostaną systemem pucharowym do dwóch przegranych meczów, z grą o 3 miejsce z lewej strony. Mecze do 3 wygranych setów. Rozstawienie według aktualnych list klasyfikacyjnych POZTS. Punktacja pomocnicza w celu wyłonienia kolejności szkół: 1 miejsce 15pkt, 2 – 3, 3 – 12, 4 – 11, 5 – 10, 6 – 9, 7 – 8, 8 – 7, 9-12 – 5,13-16 – 3, 17-24 – 1.
6. Szczegóły dotyczące półfinałów wojewódzkich zostaną zamieszczone do końca lutego na internetowej stronie PWSZS.