

REGULAMINY SZCZEGÓŁOWE IMPREZ SPORTOWYCH IGRZYSKA MŁODZIEŻY SZKOLNEJ

Zmiany wprowadzone od 1.09.2024 są zaznaczone kolorem czerwonym

I. Festiwal sztafet:

1. Startuje młodzież urodzona w roku 2010-2011 w maksymalnie 8 - osobowych zespołach.
2. Reprezentacje startują w dwóch sztafetach: 4x100m (start z bloków startowych) i sztafeta szwedzka (400m + 300 m + 200 m + 100 m; start wysoki). Każdy zawodnik (za wyjątkiem biegnącego na 400m) może wystartować w dwóch sztafetach.
3. Biegi rozegrane zostaną w seriach, na czas, oddzielnie dla dziewcząt, oddzielnie dla chłopców. Zespół, którego zawodnik popełni drugi fałstart zostaje zdyskwalifikowany w danym biegu.
4. O klasyfikacji końcowej szkół decyduje suma punktów uzyskanych w dwóch biegach: za 1 miejsce szkoła otrzymuje 17 punktów, za 2 – 15, za 3 – 14 itd., miejsca 16+ otrzymują po 1 pkt. W przypadku równej ilości punktów o miejscu szkoły decyduje suma czasów uzyskanych w dwóch biegach.

II. Drużynowe biegi przelajowe:

1. Startuje młodzież urodzona w roku 2010 i 2011 – biegi odbywają się w podanych rocznikach.
2. Biegi rozgrywane będą oddzielnie dla każdego rocznika: dziewczęta – 1km, chłopcy – 1,5km.
3. 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).
4. Punktacja w każdym biegu: I miejsce – 75pkt., II – 69, III – 64, IV – 60, V – 57, VI – 55, itd. w odstępach 1 pkt. Suma punktów z dwóch dystansów decyduje o lokacie szkoły, przy równej ilości punktów decyduje lepsze miejsce indywidualnie.
5. Do finału wojewódzkiego awansuje 15 pierwszych zawodników i zawodniczek z każdego biegu z półfinałów. **Do Finału Ogólnopolskiego drużyny kwalifikują się zgodnie z Regulaminem Ogólnopolskim.**

III. Sztafetowe biegi przelajowe:

1. Startuje młodzież z roczników 2010-2011 w 6 - osobowych sztafetach.
2. Dziewczęta startują 6 x 800 m, chłopcy 6 x 1000 m. Strefa zmian wynosi 20 m.
3. Do finału wojewódzkiego awansuje po 5 pierwszych sztafet dziewcząt i chłopców z półfinałów.

IV. Liga lekkoatletyczna:

1. Do Finału Wojewódzkiego awansują po 2 zespoły dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych oraz po 4 zespoły z najlepszymi wynikami z pozostałych.
2. Startuje młodzież z roczników 2010-2011.
3. Reprezentacja składa się z **minimum 8**, maksymalnie **16 zawodników**, którzy mogą wystartować w konkurencjach wymienionych w p.5. **Szkoła, żeby być sklasyfikowaną musi zgromadzić minimum 8 wyników (nie wliczając sztafety)**. Zawodnik może startować w jednej konkurencji i w sztafecie. **Zawodnicy startujący w biegu na 600 i 1000m nie mogą startować w sztafecie.**
4. 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, **300m 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, **300m 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; 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 – **po 2 najlepsze wyniki z każdego bloku oraz 4 najlepsze z pozostałych**. 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. Podlaskie IMS w lekkiej atletyce im. Stanisława Baszenia:

1. W Finale Wojewódzkim wezmą udział: po 3 najlepszych zawodników (sztafet) w każdej konkurencji z półfinałów oraz po 4 z najlepszymi wynikami z pozostałych zawodników.
2. Startuje młodzież z rocznika 2010-2011.
3. Program zawodów:
dziewczęta: chód 3km, 80m pł, (76,2–12–8–12), 100m, 300m pł. (7 pł, 76,2–50-35-40), 300m, 600m, 1000m, wzwyż, tyczka, w dal, kula 3kg, dysk 0,75kg, młot 3kg, oszczep 500g, 4x100m;
chłopcy: chód 3km, 110m pł. (91,4–13,6–8,9–6,3), 300m pł. (7 pł, 76,2–50-35-40), 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 falstart 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). Szkoła 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 2 najlepszych zespołów dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2010-2011 w 12 - osobowych drużynach, meczu nie można rozpocząć jeżeli zespół nie ma 8 zawodników.
3. Dziewczęta grają piłką nr 6, chłopcy – nr 7; czas gry: **4 x 10** minut (czystej gry) z 10 minutową przerwą po drugiej kwarcie i 2 minutowe po pierwszej i trzeciej (przy trzech meczach jednego dnia **4 x 8** minut z 5 minutową przerwą). Dogrywka 5 minut (czystej gry). **Przy czasie 4x10 – rzuty wolne po 5 faulu w kwarcie; przy czasie 4x8 – rzuty wolne po 4 faulu w kwarcie).**
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 opublikowany na stronie internetowej.

VII. Koszykówka 3 x 3

1. System, Termin, miejsce i system rozgrywania Finałów Wojewódzkich podane zostaną na stronie internetowej PW SZS po dokonaniu zgłoszeń przez szkoły. W zawodach uczestniczy młodzież z roczników 2010-2011.
2. Zasady gry:
 - mecze są rozgrywane na boisku do koszykówki 3x3 z jednym koszem na wysokości 3,05m, boisko musi mieć wyznaczoną linię rzutów wolnych (5,80m), linię rzutów za 2 punkty (6,75 m) oraz „półkole bez szarży” pod ko szem; można używać połowy tradycyjnego boiska do koszykówki,
 - drużyna składa się z 4 zawodników (3 zawodników na boisku i 1 zmiennik); trener nie może przebywać w obrębie boiska ani komunikować się zdalnie z trybun.
 - rozgrywki dziewcząt i chłopców powinny odbywać się oficjalną piłką do gry w koszykówkę 3x3 o rozmiarze 6.
 - zespół sędziowski składa się z 1 sędziego boiskowego oraz stolikowego,
 - rzut monetą zdecyduje o tym, której drużynie przyznane zostanie posiadanie piłki na rozpoczęcie meczu,
 - czas gry wynosi 10 minut (zegar czasu gry będzie zatrzymywany podczas sytuacji martwej piłki oraz podczas rzutów wolnych),

- drużyna musi oddać rzut do kosza w ciągu 12 sekund; gra na zwłokę lub zaniechanie aktywnej gry jest błędem, jeżeli boisko nie jest wyposażone w zegar odmierzający czas do rzutu i drużyna nie stara się zakończyć akcji rzutem do kosza, sędzia udziela tej drużynie ostrzeżenia rozpoczynając odliczanie ostatnich pięciu (5) sekund akcji,
- drużyna, która zdobędzie jako pierwsza 21 lub więcej punktów wygrywa mecz przed upływem czasu (dotyczy regulaminowego czasu gry),
- jeżeli na koniec regularnego czasu gry wynik pozostaje nierozstrzygnięty, zostanie rozegrana dogrywka; przed rozpoczęciem dogrywki będzie miała miejsce jednogminutowa przerwa,
- drużyna, która jako pierwsza zdobędzie 2 punkty w dogrywce, wygrywa mecz,
- drużyna przegrywa mecz walkowerem, jeśli o wyznaczonej godzinie rozpoczęcia meczu, nie stawi się na boisku z 3 zawodnikami gotowymi do gry,
- w przypadku walkowera, wynik meczu zostaje zapisany jako W-0 lub 0-W (gdzie „W” oznacza wygraną). Kiedy oblicza się średnią zdobytych punktów przez drużynę zwycięską, wynik tego meczu nie jest brany pod uwagę, natomiast obliczając średnią zdobytych punktów drużyny przegranej, wynik tego meczu zaliczany jest jako 0 punktów,
- drużyna przegrywa mecz wskutek braku zawodników, jeżeli opuszcza boisko przed zakończeniem meczu lub wszyscy zawodnicy tej drużyny są kontuzjowani lub zostali zdyskwalifikowani.
- w przypadku przegranej wskutek braku zawodników, drużyna zwycięska może wybrać utrzymanie wyniku meczu w momencie przerwania gry lub wygraną walkowerem, podczas gdy liczba punktów drużyny przegrywającej będzie wynosić 0 w obydwu przypadkach. W przypadku, gdy drużyna wygrywająca wybierze walkover, wynik meczu nie będzie brany pod uwagę do obliczania średniej zdobytych punktów tej drużyny.
- drużyna podlega karze za faule drużyny po tym, jak popełniła 6 fauli, faule popełnione w trakcie akcji rzutowej w polu wewnątrz łuku będą karane jednym rzutem wolnym, a popełnione w trakcie akcji rzutowej z pola za łukiem będą karane dwoma rzutami wolnymi,
- faule popełnione w trakcie akcji rzutowej, po której piłka wpada do kosza po rzucie z gry, karane są dodatkowym jednym rzutem wolnym,
- siódmy, ósmy i dziewiąty faul drużyny zawsze będzie karany dwoma rzutami wolnymi, kolejne faule karane są dwoma rzutami oraz posiadaniem piłki,
- nie przyznaje się rzutów za faul w ataku,
- zmiana posiadania piłki przez którąkolwiek z drużyn, następująca po sytuacji martwej piłki (aut, faul), musi rozpocząć się wymianą piłki (pomiędzy zawodnikami obrony oraz ataku) za łukiem, na szczycie boiska (tzw. check ball),
- za faul techniczny przyznaje się jeden rzut wolny,
- za faul niesportowy przyznaje się dwa rzuty wolne,
- wszystkie faule niesportowe liczone są jako 2 faule przy obliczaniu fauli drużyny
- po ostatnim rzucie wolnym wynikającym z kary za faul techniczny gra zostanie kontynuowana poprzez wymianę piłki za łukiem, na szczycie boiska (tzw. check ball),
- drugi faul niesportowy zawodnika karany jest 2 rzutami wolnymi i posiadaniem piłki
- po celnym rzucie z gry lub ostatnim rzucie wolnym grę wznowia drużyna, która nie zdobyła punktów, poprzez wykoślowanie lub podanie piłki do partnera znajdującego się poza łukiem,
- przeciwnik może bronić podczas wyprowadzania lub podawania piłki za łuk (poza „półkolem bez szarzy”),
- po niecelnym rzucie z gry lub ostatnim rzucie wolnym, jeśli drużyna ataku zbierze piłkę, może kontynuować grę; jeśli drużyna obrony zbierze piłkę to musi wyprowadzić ją za łuk,
- po przechwyceniu lub zablokowaniu piłki należy wyprowadzić piłkę za łuk,
- w sytuacji rzutu sędziowskiego piłkę przyznaje się drużynie obrony,
- zawodnik, który popełni dwa faule niesportowe zostaje zdyskwalifikowany,
- zawodnik, który popełnił dwa (2) faule niesportowe (nie ma zastosowania do fauli technicznych) zostanie zdyskwalifikowany przez sędziów z udziału w meczu i może zostać zdyskwalifikowany z całego wydarzenia przez organizatora,

- zmiany mogą być dokonane przez którąkolwiek z drużyn, podczas gdy piłka staje się martwa, przed wymianą piłki pomiędzy zawodnikami drużyny ataku i obrony (tzw. check-ball) lub przed rzutem wolnym; zmiany mogą odbywać się jedynie poza linią końcową, naprzeciwko kosza i nie wymagają one jakiegokolwiek działania ze strony sędziów, każda drużyna ma prawo do jednej, 30-sto sekundowej, przerwy na żądanie; jakkolwiek zawodnik może poprosić o przyznanie przerwy na żądanie podczas sytuacji martwej piłki.

- 3. Punktacja** - za wygrane spotkanie drużyna otrzymuje 1 punkt, za przegrane oraz za walkower 0 punktów. O kolejności zespołów decydują kolejno:
 - najwięcej zwycięstw (lub współczynnik zwycięstw w przypadku nierównej liczby gier przy porównaniach drużyn z różnych grup).
 - porównanie wyników meczów pomiędzy zainteresowanymi drużynami (pod uwagę brane są jedynie zwycięstwa/porażki, a postępowanie to ma zastosowanie jedynie do ustalenia klasyfikacji wewnątrz grupy).
 - największa średnia zdobytych punktów (z wyłączeniem wyników spotkań wygranych walkowerem).
 - jeżeli powyższe zasady w dalszym ciągu nie dają rozstrzygnięcia, klasyfikację końcową ustala się w drodze losowania.

VIII. Piłka ręczna:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną z udziałem dwóch najlepszych zespołów dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2010-2011 w 16 - osobowych zespołach.
3. Zasady gry: wymiary boiska: 36x18m (do etapu finału wojewódzkiego dopuszcza się boisko 34x16m); 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 opublikowany na stronie internetowej.

IX. Siatkówka:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną z udziałem dwóch najlepszych zespołów dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z rocznika 2010-2011 w 12 - osobowych zespołach.
3. Zasady gry:
 - wysokość siatki: dziewczęta – 215 cm, chłopcy – 235 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 opublikowany na stronie internetowej.

X. Siatkówka plażowa:

1. Miejsce i termin Finałów Wojewódzkich podany zostanie na internetowej stronie PW SZS.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2010-2011.
3. Zasady gry:
 - zespół liczy 2 zawodników + 1 rezerwowy,
 - boisko o wymiarach 16x8m; wysokość siatki: **dziewczęta – 215 cm, chłopcy – 235 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 górami (palcami).
4. Miejsce, termin rozgrywek oraz system ich przeprowadzenia podany będzie oddzielnym komunikatem.

XI. Piłka nożna:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną z udziałem dwóch najlepszych zespołów dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2010-2011 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:** **dozwolone na danym obiekcie (zakaz gry w korkach wkręcanych);** **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 opublikowany na stronie internetowej.

XII. Unihokej:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną z udziałem dwóch najlepszych zespołów dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Uczestniczy młodzież z roczników 2010-2011 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 zostanie opublikowany na stronie internetowej.

XIII. Badminton:

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną z udziałem dwóch najlepszych zespołów dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Startuje młodzież z roczników 2010-2011 w 3 - osobowych zespołach (2 + 1 rezerwowy). Zawodnik rezerwowy może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym. W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną, a zawodnik rezerwowy od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.
3. System gier ustalony zostanie w zależności od ilości zgłoszonych zespołów.

4. Zawody rozegrane zostaną w relacji drużynowej – kolejność gier: **I rzut:** A-Y, B-X, **II rzut:** gra podwójna, **III rzut:** A-X, B-Y. Mecz prowadzony jest do trzech 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.

XIV. Tenis stołowy

1. Finały wojewódzkie (po 8 zespołów) rozegrane zostaną z udziałem dwóch najlepszych zespołów dziewcząt i chłopców z każdej z grup półfinałowych.
2. Startuje młodzież z roczników 2010-2011 w 4-osobowych zespołach (3 + 1 rezerwowy). Rezerwowego można wprowadzić po pierwszej turze gier pojedynczych (wyjątek: jeżeli zawodnik uległ kontuzji - przegrywa grę, a zawodnik rezerwowy gra od w następnej gry).
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.**

XV. Pływanie:

1. Bezpośredni Finał wojewódzki odbędą się w Aquaparku w Suwałkach.
2. Startuje młodzież z roczników 2010-2011.
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.

XVI. Szachy – zespoły mieszane

1. Finały wojewódzkie (8 zespołów) odbędą się z udziałem dwóch najlepszych zespołów z każdej z grup półfinałowych.
2. 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.
3. Startuje młodzież z roczników 2010-2011 w 4 - osobowych zespołach mieszanych, w tym obowiązkowo zawodniczka na czwartej szachownicy. Na 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.

XVII. Aerobik dziewcząt:

1. Termin i miejsce Finału Wojewódzkiego podane zostaną odrębnym komunikatem na internetowej stronie PW SZS.
2. Startują zawodniczki z rocznika 2010-2011 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 wystąpień.
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.

XVIII. Strzelectwo:

1. Finał Wojewódzki odbędzie się na strzelnicy UKS Kaliber w Białymstoku.
2. Startuje młodzież z rocznika 2010-2011 w 3-osobowych zespołach. Do punktacji zalicza się wynik całego zespołu oddzielnie dziewczęta i oddzielnie chłopcy.
3. W przypadku nie rozgrywania półfinałów wojewódzkich zespoły, które nie awansowały do finału wojewódzkiego sklasyfikowane będą na miejscach dalszych na podstawie punktów uzyskanych w półfinałach.

XIX. Łyżwiarstwo szybkie:

1. Mistrzostwa wojewódzka odbędzie się na lodowisku BOSiR w Białymstoku.
2. Uczestniczy młodzież urodzona w roku 2010-2011. Szkoła może zgłosić 5 zawodników.
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.**

XX. Narciarstwo biegowe:

1. Termin Finału Wojewódzkiego podany zostanie w komunikacie na internetowej stronie PW SZS.
2. Startuje młodzież z rocznika 2010-2011.
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.

XXI. Mistrzostwa Podlasia w biegu na orientację:

1. Miejsce rozegrania Finału Wojewódzkiego podane zostanie odrębnym komunikatem na internetowej stronie PW SZS.
2. Startuje młodzież z roczników 2010-2011. **Zespoły składają się z 3 zawodników, którzy startują wspólnie. Na wynik zespołu składają się kolejno: ilość znalezionych PK; czas uzyskany przez ostatniego zawodnika z drużyny.**
3. Mapy treningowe do pobrania na zielonypunktkontrolny.pl.

XXII. Indywidualne Mistrzostwa Województwa Podlaskiego w tenisie stołowym

1. Zawody organizowane są przy współpracy z POZTS. O realizacji zawodów POZTS zdecyduje w styczniu 2025.
2. Startuje młodzież z roczników 2010-2011.
3. Do półfinałów szkoła może zgłosić 4 zawodniczki i 4 zawodników.
4. Do finałów, 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.