

# REGULAMINY SZCZEGÓŁOWE IMPREZ SPORTOWYCH

## LICEALIADA

Zmiany wprowadzone od 1.09.2024 są zaznaczone kolorem czerwonym

### I. Festiwal sztafet

1. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza 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. Sztafetowe biegi przelajowe:

1. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodszy w 6 - osobowych zespołach.
2. Dziewczęta startują 6 x 1000 m, chłopcy 6 x 1500 m. Strefa zmian wynosi 20 m.

### III. Drużynowe biegi przelajowe:

1. Startuje młodzież w następujących kategoriach wiekowych: 2009 i młodszy, 2008, 2007-2005 - obowiązują podane roczniki.
2. Biegi rozgrywane będą oddzielnie dla każdego rocznika: dziewczęta – 1,5 km, chłopcy – 2,5km.
3. Drużyny składają się z maksymalnie 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: 1 miejsce – 115pkt, 2 – 109 pkt, 3 - 104 pkt, 4 – 100, 5 – 97, 6 - 95 itd. w odstępie 1 pkt. Suma punktów z trzech biegów decyduje o lokacie szkoły, przy równej ilości punktów decyduje lepsze miejsce indywidualnie.
5. **Do Finału Ogólnopolskiego drużyny kwalifikują się zgodnie z Regulaminem Ogólnopolskim.**

### III. Mistrzostwa w lekkiej atletyce:

1. Bezpośrednim organizatorem zawodów, w miarę możliwości finansowych, będzie Podlaski Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki.
2. Szczegółowy regulamin oraz informacje dotyczące terminu i miejsca zawodów podane zostaną na internetowej stronie PW SZS 30 dni przed zawodami.

#### IV. Liga lekkoatletyczna:

1. Startuje młodzież z rocznika 2005 i młodsza.
2. Reprezentacja składa się z minimum 8, maksymalnie 16 zawodników, którzy mogą wystartować w konkurencjach wymienionych w p.4. 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 800 i 1500m nie mogą startować w sztafecie.
3. W jednej konkurencji szkoła może zgłosić maksymalnie 3 zawodników oraz tylko jedna sztafetę.
4. Program zawodów (w zgłoszeniach SRS obowiązują poniższe zapisy konkurencji):  
*dziewczeta:* biegi krótkie: 100m, 200m, 400m; biegi średnie: 800m, 1500m; sztafeta 4x100 m; skoki: w dal, wzwyż; rzuty: kula 3kg, kula 4kg, dysk 1kg, oszczep 500g, oszczep 600g.  
*chłopcy:* biegi krótkie: 100m, 200m, 400m; biegi średnie: 800m, 1500m; sztafeta: 4x100m; skoki: wzwyż, w dal; rzuty: kula 5kg, kula 6kg, kula 7,26kg, dysk 1,5kg, dysk 1,75kg, dysk 2kg, oszczep 700g, oszczep 800g.
5. Biegi rozgrywane będą seriami na czas, w konkurencjach technicznych każdy zawodnik ma prawo do czterech prób (z wyjątkiem skoku wzwyż). W konkurencjach rzutowych ciężar sprzętu jest odpowiedni do kat. wiekowej zawodnika (bez kat. młodzika). Pierwszą wysokość skoku wzwyż podają zawodnicy, wysokości w skoku wzwyż: dziewczęta do 155 co 5cm, dalej 159, 162, 165, 168, 170, dalej co 2cm; chłopcy: do 175 co 5cm, dalej 179, 182, 185, 188, 191, dalej co 2cm. W konkurencjach biegowych każdy zawodnik uznany winnym popełnienia fałstarcu zostanie zdyskwalifikowany w danym biegu.
6. 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.

#### V. Futsal:

1. Licealiada wojewódzka rozegrana zostanie w formie lig oraz rozgrywek eliminacyjnych. Potwierdzenie udziału w rozgrywkach, ewentualną rezygnację oraz zgłoszenie do eliminacji należy dokonać do dnia wskazanego w Terminarzu Imprez na drukach dostępnych na internetowej stronie PW SZS (zakładka „druki do pobrania”).
2. Składy Lig opublikowane są w oddzielnym komunikacie na stronie internetowej PW SZS.
3. Ligi rozgrywane będą systemem turniejowym „każdy z każdym” w sześciu terminach. Po zakończeniu gier 2 ostatnie zespoły przechodzą do klasy niższej, a w to miejsce awansują 2 pierwsze zespoły z klasy niższej. Cztery pierwsze zespoły pierwszej ligi po zakończeniu gier rozegrają turniej finałowy: I zespół gra z IV, a II z III, następnie pokonani zmierzą się ze sobą, a zwycięzcy ze sobą. Do wyników uzyskanych w turnieju finałowym doliczane będą wyniki wszystkich spotkań ligowych.
4. System rozgrywek eliminacyjnych zostanie przyjęty w zależności od liczby zgłoszonych szkół. Po zakończeniu rozgrywek eliminacyjnych dwa pierwsze zespoły awansują do ligi.
5. Uczestniczą dziewczęta i chłopcy z rocznika 2005 i młodszy w 16 – osobowych zespołach (na boisku 5 zawodników: 4 + bramkarz).
6. Obowiązują: **pole gry** długość 25 – 42 m, szerokość 15 – 25 m, **bramka i pole karne** jak w piłce ręcznej, **czas gry** 2 x 20 minut z przerwą do 15 minut, drużyna ma prawo do 1 minutowego czasu w każdej połowie meczu, **piłka** do futsalu.

7. Obowiązują przepisy gry w futsal PZPN.
8. O kolejności miejsc decyduje liczba zdobytych punktów (za zwycięstwo 3 pkt, za remis 1 pkt., za przegranie 0 pkt, za walkower (-1) pkt.). Przy równej ilości punktów decyduje kolejno:
  - wynik bezpośredniego spotkania,
  - większa liczba zdobytych punktów w spotkaniach między zainteresowanymi,
  - lepsza różnica bramek w spotkaniach między zainteresowanymi,
  - większa liczba zdobytych bramek w spotkaniach między zainteresowanymi,
  - lepsza różnica bramek wszystkich spotkań,
  - większa liczba zdobytych bramek wszystkich spotkań.
9. **W Finale Ligi w przypadku równej ilości punktów decyduje wynik meczu finałowego (o ile był rozgrywany między zainteresowanymi zespołami); przy rzutach karnych zespół zwycięski otrzymuje 2pkt, przegrany 1p. Bramki z rzutów karnych nie włączają się do bilansu bramek.**
10. Szkoły uczestniczące w lidze zobowiązane są wpłacić jednorazowe startowe wysokości 200 zł za każdą ligę. Szkoły biorące udział w eliminacjach 50 zł (pięćdziesiąt złotych). Startowe należy wpłacić przed rozegranie pierwszego meczu na konto bankowe PW SZS: **56 1500 1344 1213 4005 5225 0000**.
11. Komunikat z dokładnym terminarzem i system rozgrywek zostanie opublikowany na internetowej stronie PW SZS.
12. **Komisję doradcą do spraw ligi** stanowią trenerzy 3 najlepszych drużyn z poprzedniego sezonu.

## VI. Koszykówka:

1. Licealiada wojewódzka rozegrana zostanie w formie lig oraz rozgrywek eliminacyjnych. Potwierdzenie udziału w rozgrywkach, ewentualną rezygnację oraz zgłoszenie do eliminacji należy dokonać do dnia wskazanego w Terminarzu Imprez na drukach dostępnych na internetowej stronie PW SZS (zakładka „druki do pobrania”).
1. Składy Lig opublikowane są w oddzielnym komunikacie na stronie internetowej PW SZS.
2. Ligi rozgrywane będą systemem turniejowym „każdy z każdym” w sześciu terminach. Po zakończeniu gier 2 ostatnie zespoły przechodzą do klasy niższej, a w to miejsce awansują 2 pierwsze zespoły z klasy niższej. Cztery pierwsze zespoły pierwszej ligi po zakończeniu gier rozegrają turniej finałowy: I zespół gra z IV, a II z III, następnie pokonani zmierzą się ze sobą, a zwycięzcy ze sobą. Do wyników uzyskanych w turnieju finałowym doliczane będą wyniki wszystkich spotkań ligowych.
3. System rozgrywek eliminacyjnych zostanie przyjęty w zależności od liczby zgłoszonych szkół. Po zakończeniu rozgrywek eliminacyjnych dwa pierwsze zespoły awansują do ligi.
4. Uczestniczy młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza w 16 – osobowych zespołach.
5. Spotkania należy rozgrywać na pełnowymiarowych boiskach, 4x7,5 minuty „czystej gry” z 10 minutową przerwą po drugiej kwarcie i 2 minutowe po pierwszej i trzeciej kwarcie. Dogrywka 5 minut „czystej gry”. Obowiązuje nowe oznakowanie boiska.
6. Za zwycięstwo zespół otrzymuje 2 pkt., za porażkę 1 pkt., za przegraną walkowerem 0 pkt. Walkower liczy się 20:0. O kolejności miejsc decyduje:
  - większa liczba zdobytych punktów,
  - wynik bezpośredniego spotkania,
  - większa liczba zdobytych punktów między zainteresowanymi zespołami,
  - lepszy stosunek koszy zdobytych do straconych między zainteresowanymi zespołami,
  - lepszy stosunek koszy zdobytych do straconych w całym turnieju,
  - większa liczba zdobytych koszy między zainteresowanymi,
  - większa liczba zdobytych koszy w całym turnieju.

7. Szkoły uczestniczące w lidze zobowiązane są wpłacić jednorazowe startowe wysokości 200 zł za każdą ligę. Szkoły biorące udział w eliminacjach 50 zł (pięćdziesiąt złotych). Startowe należy wpłacić przed rozegranie pierwszego meczu na konto bankowe PW SZS: **56 1500 1344 1213 4005 5225 0000**.
10. Komunikat z dokładnym terminarzem i system rozgrywek zostanie opublikowany na internetowej stronie PW SZS.
11. **Komisję doradczą do spraw ligi** stanowią trenerzy 3 najlepszych drużyn z poprzedniego sezonu.

## **VII. Piłka ręczna:**

1. Licealiada wojewódzka rozegrana zostanie w formie lig oraz rozgrywek eliminacyjnych. Potwierdzenie udziału w rozgrywkach, ewentualną rezygnację oraz zgłoszenie do eliminacji należy dokonać do dnia wskazanego w Terminarzu Imprez na drukach dostępnych na internetowej stronie PW SZS (zakładka „druki do pobrania”).
1. Składy Lig opublikowane są w oddzielnym komunikacie na stronie internetowej PW SZS.
2. Ligi rozgrywane będą systemem turniejowym „każdy z każdym” w sześciu terminach. Po zakończeniu gier 2 ostatnie zespoły opuszczają ligę, a w to miejsce awansują 2 pierwsze zespoły z rozgrywek eliminacyjnych. Turniej finałowy ligi rozegrają 4 pierwsze zespoły: I zespół gra z IV, a II z III, następnie pokonani zmierzą się ze sobą, a zwycięzcy ze sobą. Wyniki z turnieju finałowego będą doliczone do wyników uzyskanych w lidze.
3. System rozgrywek eliminacyjnych zostanie przyjęty w zależności od liczby zgłoszonych szkół. Dwa pierwsze zespoły z eliminacji awansują do ligi.
4. Uczestniczy młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza w 16 - osobowych zespołach.
5. Spotkania należy rozgrywać na pełnowymiarowych boiskach. Czas gry 2 x 20 minut z pięciominutową przerwą. W czasie jednej połowy meczu nie można wykorzystać więcej niż dwie przerwy dla jednej drużyny.
6. 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).
7. 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.
8. O kolejności miejsc decyduje:
  - większa liczba zdobytych punktów,
  - większa liczba zdobytych punktów w spotkaniach między zainteresowanymi,
  - bezpośrednie spotkanie,
  - lepsza różnica bramek w spotkaniach między zainteresowanymi,
  - większa liczba zdobytych bramek między zainteresowanymi,
  - lepsza różnica bramek wszystkich spotkań,
  - większa liczba zdobytych bramek wszystkich spotkań.
9. Szkoły uczestniczące w lidze zobowiązane są wpłacić jednorazowe startowe wysokości 200 zł za każdą ligę. Szkoły biorące udział w eliminacjach 50 zł (pięćdziesiąt złotych). Startowe należy wpłacić przed rozegranie pierwszego meczu na konto bankowe PW SZS: **56 1500 1344 1213 4005 5225 0000**.

10. Komunikat z dokładnym terminarzem i system rozgrywek zostanie opublikowany na internetowej stronie PW SZS.
11. **Komisję doradczą do spraw ligi** stanowią trenerzy 3 najlepszych drużyn z poprzedniego sezonu.

### **VIII. Siatkówka:**

1. Licealiada wojewódzka rozegrana zostanie w formie lig oraz rozgrywek eliminacyjnych. Potwierdzenie udziału w rozgrywkach, ewentualną rezygnację oraz zgłoszenie do eliminacji należy dokonać do dnia wskazanego w Terminarzu Imprez na drukach dostępnych na internetowej stronie PW SZS (zakładka „druki do pobrania”).
1. Składy Lig opublikowane są w oddzielnym komunikacie na stronie internetowej PW SZS.
2. Ligi rozgrywane będą systemem turniejowym „każdy z każdym” w sześciu terminach. Po zakończeniu gier 2 pierwsze zespoły awansują do wyższej ligi, 2 ostatnie zespoły spadają do niższej klasy. Cztery pierwsze zespoły pierwszej ligi rozegrają turniej finałowy: I zespół gra z IV i II z III, następnie pokonani zmierzą się z sobą, a zwycięzcy z sobą. Do wyników uzyskanych w turnieju finałowym doliczane będą wyniki wszystkich spotkań ligowych.
3. System rozgrywek eliminacyjnych zostanie przyjęty w zależności od liczby zgłoszonych szkół. Po zakończeniu rozgrywek dwa pierwsze zespoły awansują do ligi.
4. Uczestniczy młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza w 16 - osobowych zespołach.
5. Spotkania należy rozgrywać na boiskach pełnowymiarowych do dwóch wygranych setów. Wysokość siatki: dziewcząt – 2,24, chłopców – 2,43. Sety rozgrywane są „T-breakiem” do 25 pkt., set trzeci decydujący grany jest do 15 pkt, ze zmianą stron po losowaniu.
6. O kolejności miejsc decyduje liczba zdobytych punktów (za zwycięstwo 2:0 w setach – 3 pkt., za zwycięstwo 2:1 – 2 pkt., za porażkę 1:2 – 1 pkt., za przegraną 0:2 – 0 pkt., za przegranie walkowerem – (-1) pkt.). Walkower liczy się 2:0 50:0. O kolejności miejsc decyduje:
  - większa liczba zdobytych punktów,
  - lepszy stosunek setów,
  - lepszy stosunek małych punktów,
  - wynik bezpośredniego spotkania.
7. Szkoły uczestniczące w lidze zobowiązane są wpłacić jednorazowe startowe wysokości 200 zł za każdą ligę. Szkoły biorące udział w eliminacjach 50 zł (pięćdziesiąt złotych). Startowe należy wpłacić przed rozegranie pierwszego meczu na konto bankowe PW SZS: **56 1500 1344 1213 4005 5225 0000**.
8. Komunikat z dokładnym terminarzem i system rozgrywek zostanie opublikowany na internetowej stronie PW SZS.
9. **Komisję doradczą do spraw ligi** stanowią trenerzy 3 najlepszych drużyn z poprzedniego sezonu.

### **IX. Siatkówka plażowa:**

1. Miejsce i termin Finałów Wojewódzkich podane zostaną na internetowej stronie PW SZS.
2. Uczestniczy młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza w 3-osobowych zespołach (2 zawodników + 1 rezerwowi).
3. Zasady gry:
  - wymiary boiska: 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. Unihokej:

1. Finały wojewódzkie rozegrane zostaną w **listopadzie 2024** roku. Termin zgłoszeń – **30.10.2024**.
2. Uczestniczy młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza 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:** 5x 4 m, **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 min 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) 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 internetowej stronie PW SZS.

## XI. Tenis stołowy:

1. Zorganizowany zostanie bezpośredni Finał wojewódzki.
2. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza 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. Licealiada rozegrana zostanie 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**

## XII. Pływanie:

1. Finały wojewódzkie odbędą w Aquaparku w Suwałkach.
2. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza.
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.

### **XIII. 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 urodzona w roku 2005 i młodsza 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 sędzia główny na tydzień przed zawodami. Plik turniejowy zamieszczony będzie na witrynie internetowej [www.cessarbiters.com](http://www.cessarbiters.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 aktualne przepisy gry FIDE i PZSzach.

#### **XIV. Badminton:**

1. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza w 3 - osobowych zespołach (2 + 1 rezerwowi). Zawodnik rezerwowi może zagrać w grze podwójnej, a w następnej grze może być zawodnikiem podstawowym. W przypadku kontuzji gra zakończona jest przegraną, a zawodnik rezerwowi od gry następnej jest zawodnikiem podstawowym.
2. Finały zostaną przeprowadzone systemem pucharowym do dwóch przegranych meczów.
3. Zawody rozegrane zostaną w relacji drużynowej – kolejność gier: **I rzut:** A-Y, B-X, **II rzut:** gra podwójna, **III rzut:** A-X, C-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.

#### **XV. Łyżwiarstwo szybkie:**

1. Mistrzostwa wojewódzka odbędzie się na lodowisku BOSiR w Białymstoku.
2. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza. Szkoła może zgłosić 4 zawodników.
3. Obowiązujące zasady:
  - start na 4 i 8 okrążeń (500 m i 1000m),
  - w biegu na 1000 m start parami zestawionymi na podstawie wyników uzyskanych na 500 m,
  - 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 3 najlepszych zawodników na 500 m oraz 3 najlepszych na 1000 m decyduje o kolejności zespołu,
  - zawodnicy startują w kaskach i na łyżwach krótkich,
  - na 1000 m wystartuje tylko pierwszych 6 zespołów **oraz 5 zawodników, którzy w biegu na 500m uzyskali najlepsze czasy, o ile ich zespół nie awansował.**

#### **XVI. Narciarstwo biegowe:**

1. Termin Finału Wojewódzkiego podany zostanie w komunikacie na internetowej stronie PW SZS.
2. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza.
3. Zawody rozegrane zostaną w formie dwuboju narciarskiego: bieg na 2 km techniką klasyczną (start co 30 sek.) oraz bieg na dochodzenie 3 km techniką dowolną (start z różnicą czasową do pierwszego zawodnika uzyskaną w biegu techniką klasyczną).
4. Punktacja drużynowa ustalona będzie na podstawie sumy czasów biegu na dochodzenie trzech pierwszych zawodników. Przy równych czasach kilku szkół decyduje wyższe miejsce indywidualne.

#### **XVII. Aerobik dziewcząt:**



1. Termin i miejsce Finału Wojewódzkiego podane zostaną odrębnym komunikatem na internetowej stronie PW SZS.
2. Startują zawodniczki urodzone w roku 2004 i młodsze w 4 – 6 osobowych zespołach (zespół 5 – osobowy otrzymuje 1 pkt. dodatkowo do punktacji ogólnej, 6 – osobowy 2 pkt.). Zawody organizowane są dla zawodniczek nie posiadających licencji w tej dyscyplinie sportu.
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, wytrzymany 3 sek (w zależności od wariantu bokiem lub przodem do frontu),
  - e – szpagaty i ich warianty, wytrzymane 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](http://www.pwszs.bialystok.pl).

## **XVIII. 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.
2. W zawodach uczestniczy młodzież urodzona w roku **2007 i młodsza**.
3. Zasady gry:
  - mecze są rozgrywane na boisku do koszykówki 3x3 z jednym koszem (wysokość – 3,05 m), boisko musi mieć wyznaczoną linię rzutów wolnych (5,80 m), linię rzutów za 2 punkty (6,75 m)

- oraz „półkole bez szarży” pod koszem; można używać połowy tradycyjnego boiska do koszykówki,
- 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 lub 2 sędziów boiskowych oraz sędziów stolikowych,
  - rzut monetą decyduje o tym, której drużynie przyznane zostanie posiadanie piłki na rozpoczęcie meczu, drużyna, która wygra losowanie ma prawo wybrać posiadanie piłki na rozpoczęcie meczu lub przed rozpoczęciem ewentualnej dogrywki,
  - 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 walkovera, 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 wykoźlowanie 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.

**1. 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.

## **XIX. „Srebrne Muszkiety”:**

1. Finały wojewódzkie odbędą się w Białymstoku na strzelnicy „Hubertus”. W przypadku rozgrywania półfinałów wojewódzkich, do finału awansuje po 6 zespołów (pierwsze zespoły ze stref oraz po 3 z najlepszymi wynikami z pozostałych).
2. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza w 3 - osobowych zespołach z jednej szkoły. Do punktacji zalicza się wyniki całego zespołu, oddzielnie dziewcząt i oddzielnie chłopców.
3. Komunikat organizacyjny zawodów wraz z regulaminem zostanie opublikowany na stronie internetowej Kuratorium Oświaty w Białymstoku: [www.kuratorium.bialystok.pl](http://www.kuratorium.bialystok.pl) w zakładce: olimpiady, turnieje, konkursy/ zawody obronne.

## **XX. 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](http://zielonypunktkontrolny.pl).

## **XXI. Indywidualne Mistrzostwa Województwa Podlaskiego w tenisie stołowym\***

1. Zawody organizowane są przy współpracy z POZTS. O realizacji zawodów POZTS zdecyduje w styczniu.
2. Startuje młodzież urodzona w roku 2005 i młodsza. Szkoła może zgłosić maksymalnie 4 zawodników i 4 zawodniczki.
3. Zawody 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.
4. Szczegóły dotyczące terminu i miejsca rozgrywania zawodów zostaną opublikowane na internetowej stronie PW SZS w lutym 2020.

\*Zawody punktowane zgodnie z p. VI.c Regulaminu Współzawodnictwa Sportowego Szkół Ponadpodstawowych.