

# Opis konkurencji sprawnościowych

## „Turnieju Sołectw Gminy Szydłowo”

Konkurencje sprawnościowe przygotowane są w formie rywalizacji „na wesoło” miejscowości sołeckich tworzących Gminę Szydłowo.

Serdecznie zapraszamy do wspólnej sportowej zabawy reprezentacje wszystkich sołectw naszej gminy: siedmioosobowe drużyny.

Mieszkańców poszczególnych sołectw gorąco prosimy o liczne przyjście na turniej i dopingowanie swoich reprezentacji.

Lp.	Opis konkurencji	Ilość uczestników z każdej drużyny	punktacja	Zapewnia CUK	Drużyny we własnym zakresie
1.	<b>Bieg z jajkiem.</b> <b>Konkurencja na czas.</b> Po jednej parze z każdej drużyny jedna osoba biegnie z jajkiem na łyżce przez slalom w obie strony, następnie przekazuje drugiej osobie która wykonuje ten sam slalom, linią mety jest linia z której zawodnicy startują. Niedozwolony jest każdy kontakt jajka z jakąkolwiek częścią ciała niosącego je zawodnika, dopuszcza się taki kontakt wyłącznie przy zmianie zawodników po za linią startu-mety. Wygrywa ta drużyna, która jako pierwsza	2 osoby (kobieta i mężczyzna)	Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów, punkty od 5 do 1.) W przypadku dużej liczby drużyn dopuszcza się przeprowadzenie zawodów systemem	Jajka, łyżki jednorazowe	

	<p>poprawnie wykona zadanie. Warunkiem wykonania zadania jest doniesienie na linię mety całego jajka. W przypadku stłuczenia jajek mierzymy przebytą odległość z całym jajkiem.</p>		<p>pucharowym czyli ew. ćwierćfinały, półfinały i finał.</p>		
2.	<p><b>Bieg w workach .</b> <b>Konkurencja na czas dla.</b> Po dwie osoby z każdej drużyny. Startuje jedna osoba biegnie do miejsca wyznaczonego pachółkiem ,okrąża go i wraca za linie start - meta gdzie następuje wymiana worka druga osoba wykonuje to samo zadanie i wraca na linię mety. Wygrywa drużyna która najszybciej pokona wyznaczoną trasę.</p>	<p>2 osoby</p>	<p>Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów, punkty od 5 do 1.) W przypadku dużej liczby drużyn dopuszcza się przeprowadzenie zawodów systemem pucharowym czyli ew. ćwierćfinały, półfinały, finał</p>	<p>Worki</p>	
3.	<p><b>Kręcenie hula-hop.</b> <b>Konkurencja na czas.</b> Po jednej osobie z każdej drużyny (<b>mężczyzna</b>) . Zaczynają wszyscy razem, na komendę „start” – wygrywa zawodnik który kręci najdłużej. Technika kręcenia, podczas startu dopuszcza się jedynie kręcenie poniżej ramion do wysokości bioder, a podczas trwania konkurencji hula hop może być kręcone częściami ciała poniżej bioder , za zakończenie próby uznaje się kontakt hula-hop z podłożem. Maksymalny czas trwania konkurencji to 7 min , zawodnicy którzy wykonają kręcenie w pełnym wymiarze czasu otrzymają maksymalną liczbę punktów .</p>	<p>1 osoba (mężczyzna)</p>	<p>Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów, punkty od 5 do 1.)</p>	<p>Hula hop</p>	
4.	<p><b>Bieg w gumo filcach.</b> <b>Konkurencja na czas.</b> Po dwie osoby z każdej drużyny. Wszystkie drużyny startują jednocześnie: na komendę „start” rozpoczynają bieg pierwsza osoba w wyznaczonym miejscu</p>	<p>2 osoby (kobieta i mężczyzna)</p>	<p>Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów,</p>	<p>Butelki z wodą, groch fasola i naczynia jednorazowe.</p>	<p>Gumofilce</p>

	<p>wykonuje zadanie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- przelać wodę z butelki do butelki ilość wody nie może być mniejsza niż zaznaczona na butelce, butelka musi zostać zakręcona. (w przypadku niewykonania zadania poprawnie drużyna zostaje zdyskwalifikowana i nie otrzymuje punktów).po powrocie na linię start-meta wymienia się z drugą osobą gumo filcami która rozpoczyna bieg do wyznaczonego miejsca i wykonuje drugie zadanie:</li> <li>- oddzielanie fasoli od grochu( w przypadku niepoprawnego wykonania zadania będzie drużyna zostaje zdyskwalifikowana i nie otrzymuje punktów)</li> </ul>		<p>punkty od 5 do 1.) W przypadku dużej liczby drużyn dopuszcza się przeprowadzenie zawodów systemem pucharowym czyli ew. ćwierćfinały, półfinały, finał</p>		
<p><b>5.</b></p>	<p><b>Przeciąganie liny.</b> W tej konkurencji bierze udział cała drużyna. Wygrywa drużyna, która jako pierwsza przeciągnie punkt zaznaczony na linii za wyznaczoną linię w swoją stronę. W pierwszej fazie rywalizacji drużyny zostaną rozlosowane na dwie grupy, rywalizacja w grupach przebiegać będzie metodą każdy z każdym, punktacja zwycięstwo 2 punkty, porażka 0 punktów. W przypadku równej liczby punktów pomiędzy drużynami o kolejności zadecyduje wiek najmłodszego zawodnika w drużynie (drużyna z najmłodszym zawodnikiem zostanie sklasyfikowana wyżej), W drugiej fazie rywalizacja prowadzona będzie metodą pucharową, czyli drużyny z pierwszych miejsc w grupach rywalizują o miejsca 1-2, z drugich miejsc o miejsca 3-4 itd. W konkurencji tej zakazuje się używania obuwia piłkarskiego typu korki itp. nie dopuszcza się obwiązywania liną przez zawodników.</p>	<p>7 osób - cała drużyna</p>	<p>Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów, punkty od 5 do 1.)</p>	<p>lina</p>	

<p><b>6.</b></p>	<p><b>Rzut ziemniakiem do wiadra z wodą.</b>  W tej konkurencji biorą udział wszystkie drużyny jednocześnie, uczestniczą wszyscy zawodnicy z danej drużyny. Każda osoba otrzymuje jeden ziemniak. Wiadro z wodą ustawione w odległości ok. 8 metrów od stanowiska rzutów, pierwszy zawodnik wykonuje rzut do stojącego wiadra po swojej próbie podbiega i chwyta wiadro. Dopuszcza się możliwość manewrowania wiaderkiem aby ułatwić trafienie pozostałym uczestnikom konkurencji . Nie dopuszcza się przekroczenia stopami wyznaczonej linii przez zawodnika rzucającego jak i trzymającego wiadro w przypadku przekroczenia linii rzucony ziemniak nie będzie brany pod uwagę przy ustalaniu wyników. W przypadku równej liczby trafień dogrywka zostanie przeprowadzona między zainteresowanymi drużynami z odległości powiększanej co dwa metry aż do wyłonienia zwycięzcy.</p>	<p>7 osób - cała drużyna</p>	<p>Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów, punkty od 5 do 1.)</p>	<p>Wiadra z wodą, ziemniaki</p>	
<p><b>7.</b></p>	<p><b>Bieg z wodą.</b>  Każde Sołectwo wystawia jednego zawodnika. Zawodnik kubkiem o pojemności 0,4 litra, w jednej ręce przenosi wodę z wiadra (na linii) do drugiego wiadra. Odległość pomiędzy jednym a drugim wiadrem wynosi ok 15 m, a czas trwania konkurencji wynosi 3 minuty. Nie dopuszcza się przykrywania kubka z wodą jakąkolwiek częścią ciała , lub innymi przedmiotami . Kolejność drużyn ustalana będzie na podstawie pomiaru słupa wody za pomocą linijki (wysokość słupa wody).W przypadku równej ilości wody dogrywka 1 minutowa pomiędzy zainteresowanymi drużynami.</p>	<p>1 osoba</p>	<p>Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów, punkty od 5 do 1.)</p>	<p>Wiadra z wodą, kubki</p>	

8.	<b>Ubijanie piany. Konkurencja na czas,</b> oddzielić białko od żółtka w dwóch jajkach i w jak najszybszym czasie ubić pianę tak aby po odwróceniu miski przez 15 sekund piana nie wypadła z naczynia. W przypadku źle ubitej piany (wypada z miski) dyskwalifikacja i zero punktów.	1 mężczyzna	Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów, punkty od 5 do 1.)	Jaja, szklanki, miski, trzepaczki	
9.	<b>Quiz wiedzy o gminie.</b> - konkurencja polega na poprawnym udzieleniu odpowiedzi na trzy wylosowane pytania dotyczące historii i wiedzy ogólnej o gminie .	7 osób - cała drużyna	1 punkt za każdą poprawną odpowiedź,		
10.	<b>Humorystyczna prezentacja sołectwa;</b> Każde z sołectw ma za zadanie zaprezentować swoją wieś przez sformułowanie zaproszenia. Sposób prezentacji dowolny. Można używać rekwizytów. Zaproszenie może przyjąć formę pokazu, wiersza, piosenki, skeczu. Głównym celem zaproszenia jest zachęcenie do odwiedzin danego sołectwa. Czas prezentacji do 10 minut.	7 osób- cała drużyna	Punktacja w zależności od liczby zgłoszonych drużyn (np. 5 zespołów, punkty od 5 do 1.)		
11.	<b>Gwóźdź programu-</b> Konkurencja polega na wbijaniu przez 1 zawodnika z drużyny gwoździ w pień drzewa. Konkurencja na czas wygrywa drużyna której zawodnik wbije największą ilość gwoździ w ciągu 1 minuty. .Gwoździe skrzywione lub nie wbite do końca nie będą brane pod uwagę przy ustalaniu liczby punktów.	1 osoba	Liczba punktów jest równa liczbie wbitych gwoździ.	Gwoździe, pień i młotek	