

„RODZINA NA START”

RODZINY MOGĄ BYĆ REPREZENTOWANE PRZEZ :

★babcie i dziadków; ★ rodziców; ★ dzieci; ★ ciocie i wujków.

WSZYSTKIE KONKURENCJE ODBĘDĄ SIĘ Z PODZIAŁEM NA TRZY GRUPY WIEKOWE

- I dzieci **do 5 roku** życia;
- II dzieci **od 6 do 10 roku** życia;
- III dzieci **powyżej 10 roku** życia i dorośli.

Przed startem każda rodzina powinna zgłosić się przy stoliku sędziego głównego (organizatora) w celu dokonania rejestracji i pobrania kart startowych.

Każda osoba, która rozpocznie start otrzymuje 1 pkt. Następne punkty przydzielane będą zgodnie z przepisami przedstawionymi w poszczególnych konkurencjach.

Na zakończenie konkursu komisja sędziowska zliczy punkty dla całej rodziny. Następnie ustali 5 rodzin, które zdobyły największą ilość punktów. Zawody sportowe zakończy ogłoszenie wyników wręczenie nagród.

KONKURENCJE

1. Bieg „Maratoński”

Kategorie wiekowe:

- dzieci **do 5 roku** życia 40 m;
- dzieci **powyżej 5 do 10 roku** życia 60 m;
- dzieci **powyżej 10 roku życia i dorośli** 200 m.

Każdy zawodnik, który pokona dystans otrzymuje 1 pkt. Pokonanie dystansu może odbyć się biegiem, marszobiegiem lub szybkim marszem. Dzieci do lat 5 mogą biec w towarzystwie osób dorosłych.

2. „Skok w dal z miejsca”

Startuje cała rodzina.

Zawodnik ustawia się przed linią i wykonuje skok w dal z miejsca. Następnie nie poruszając nóg obraca się na pięcie jednej nogi i stopami odmierza odległość skoku. Za każdą „stopę” otrzymuje 1 pkt. Jeżeli do linii zostaje miejsce na niepełną stopę to zaliczamy ją do pełnego punktu.

3. „Rzuty do koszyków”

Kategorie wiekowe:

- dzieci **do 5 roku** życia 2 m;
- dzieci **powyżej 5 do 10 roku** życia 3 m;
- dzieci **powyżej 10 roku życia i dorośli** 4 m.

Każdy zawodnik wykonuje 3 rzuty lotką do koszyczka ustawionego w odpowiedniej (do kategorii wiekowej) odległości. Każdy trafiony rzut to 1 pkt.

4. „Marsz do celu z zawiązanymi oczami”

Startuje wytypowany delegat rodziny.

Zawodnik staje na linii startu gdzie zawiązuje się mu opaskę na oczy. Następnie sędzia obraca go w koło dwa razy i ustawia przodem do „tunelu” narysowanego na płycie boiska o wymiarach 1,5 x 5 m. Zadaniem zawodnika jest dotrzeć do linii mety. Rodzina może pomagać w pokonaniu „tunelu” podając wskazówki jak nie przekroczyć linii i trafnie dotrzeć do celu. Za pokonanie dystansu ale nie dotarcie do celu, zawodnik otrzymuje 3 pkt. Natomiast zawodnik, który dotrze do celu bezbłędnie otrzymuje 5 pkt.