



„W DRODZE DO MISTRZOSTW”

Halowe Mistrzostwa Świata Kujawy Pomorze 2026.

Kujawsko-Pomorski Szkolny Związek Sportowy przesyła regulamin cyklu imprez sportowych dla uczniów szkół podstawowych z naszego województwa - "DOGOŃ MISTRZA"

CEL - zorganizowanie cyklu imprez lekkoatletycznych dla dzieci i młodzieży szkolnej promujący zbliżające się *Halowe Mistrzostwa Świata w Lekkiej Atletyce – Kujawy Pomorze 2026*.

Mini wielobój lekkoatletyczny – to cykl imprez lekkoatletycznych dla szkół podstawowych, które poprzez zabawę wprowadzają najmłodszych w świat lekkiej atletyki. Program zawiera elementy biegów, skoków, rzutów oraz torów przeszkód.

Rywalizacja sportowa będzie punktowana drużynowo i odbędą się dwie rundy kwalifikacyjne, w terminach:

I etap - VI 2025, (w danym rejonie ilość zgłoszonych drużyn/szkół dowolna)

II etap - IX-X 2025 (6 najlepszych drużyn/szkół z każdego rejonu z pierwszego etapu)

Do finału awansuje zwycięzca każdej grupy eliminacyjnej, a Wielki Finał z udziałem 8 najlepszych szkół w każdej z kategorii odbędzie się na ARENIE Toruń w terminie XII 2025. Zespoły (szkoły), które zakwalifikują się do Wielkiego Finału będą reprezentowały barwy wybranego losowo kraju, otrzymają koszulki w barwach (flaga) kraju.

Zabawę rozpoczynamy rozgrzewką lekkoatletyczną wspólnie z zaproszonym gościem - lekkoatletą.

Każdy zespół biorący udział w imprezie przygotowuje niebiesko-czerwone pompony.

Na każdej z imprez przewidujemy stoiska promocyjne związane z Województwem Kujawsko-Pomorskim, miastem gospodarzem oraz Halowymi Mistrzostwami Świata Kujawy Pomorze 2026, oraz edukacyjne związane z ekologią, zrównoważonym rozwojem. Do zaprezentowania swoich doświadczeń i ofert zapraszamy przedsiębiorstwa, trzeci sektor związany z ekologią oraz zrównoważonym rozwojem (miejskie przedsiębiorstwa oczyszczalnia, wodociągi, stowarzyszenia ekologiczne, parki krajobrazowe).



POWIAT NAKIELSKI. POWIAT ŻNIŃSKI. POWIAT SĘPOLEŃSKI

OSOBA ODPOWIEDZIALNA - Bartosz Ksobiech, Stadion Miejski w Nakle nad Notecią,
ul. Armii Krajowej 4

TERMIN: 18.06.2025

ZGŁOSZENIA SZKÓŁ NA ADRES E MAIL: bartoszksobiech@wp.pl do dnia 6.06.2025

Program minutowy "Dogoń Mistrza"	
Godzina	Działania
9:30 - 10:00	Odprawa, weryfikacja
10:00 - 10:10	Rozpoczęcie, przywitanie zaproszonych gości, uczestników, nauczycieli
10:10 - 10:20	Wspólna rozgrzewka z zaproszonym gościem
10:30 - 13:30	Przeprowadzenie zawodów sportowych
ok. 13:30	Podsumowanie, wręczenie nagród

Do realizacji zadania zostanie wykorzystana infrastruktura sportowa dostępna w danej okolicy, a do rywalizacji zapraszamy zainteresowane szkoły według powyższej rejonizacji.

Zgłoszenia na dostępnym druku (załącznik nr 1 - karta zgłoszeniowa)

Kategorie wiekowe:

I grupa - rocznik 2015 i młodsi

II grupa - rocznik 2013-2014

III grupa - rocznik 2011-2012

Zespół składa się z 8 osób uczęszczających do jednej szkoły - 4 dziewczynki + 4 chłopców. W każdej konkurencji bierze udział 6 osób - 3 dz + 3 ch. Do poszczególnych konkurencji można dokonać zmian zawodników, jednak zawsze muszą startować 3 dz + 3 ch

Zespoły w trakcie rywalizacji sportowej będą miały do wykonania 5 konkurencji lekkoatletycznych dostosowanych do możliwości rozwojowych uczestników. Konkurencje będą obejmowały bloki: rzutowy, skocznościowy, biegowy. Konkurencje na każdym etapie mogą ulec drobnym modyfikacjom.

Punkty zdobyte na I etapie i na II etapie sumują się - dotyczy drużyn, które awansują do II etapu.

Konkurencje dla rocznika 2015 i młodsi 5 konkurencji (4 obowiązkowe - rzut piłką lekarską, rzut woreczkiem, skok w dal z miejsca, sztafeta 6x100m + 1 do wyboru -bieg z pokonywaniem płotków, sztafeta wahadłowa)

1. Rzut piłką lekarską oburącz w tył nad głowę (1-2kg) - uczestnik staje tyłem do kierunku ruchu, pięty przy linii rzutu, po wypuszczeniu piłki z rąk może przesunąć stopę na linię rzutu, jeżeli przesunie stopy zanim wypuści piłkę z rąk to rzut uznaje się za nieważny. Do rzutu należy wyznaczyć szerokość sektora rzutów, na linii rzutów wyznaczamy punkt pomiaru (środek linii rzutów). Odległość mierzona jest od krawędzi śladu bliższej linii rzutu do miejsca pomiaru na linii rzutu. Każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych rzutów.

2. Rzut woreczkiem gimnastycznym (lub inny sprzęt, np maczuga, oszczep piankowy) - rzut półgórny lub górny wykonywany z miejsca, dziecko nie może przekroczyć linii rzutu przed wypuszczeniem woreczka z ręki, jeżeli przekroczy linię przed wypuszczeniem woreczka z ręki to rzut uznaje się za nieważny. Do rzutu należy wyznaczyć szerokość sektora rzutów, na linii rzutów wyznaczamy punkt pomiaru (środek linii rzutów). Odległość mierzona jest od krawędzi śladu bliższej linii rzutu do miejsca pomiaru na linii rzutu. każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych rzutów.

3. Sztafeta wahadłowa - 20 m - uczestnicy z jednej drużyny stają w rzędach naprzeciwko siebie, pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową lub woreczek gimnastyczny, na sygnał zaczyna biec, następna osoba rusza po przekazaniu pałeczki sztafetowej/woreczka gimnastycznego, jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej/woreczka lub przesunie stopę za linię startu i zmiany - następuje dyskwalifikacja zespołu. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

4. Skok w dal z miejsca - uczestnik staje bezpośrednio przed linią, stopy równoległe do siebie, ugięcie nóg w kolanach – zamach rąk do tyłu – skok z mocnym zamachem rąk w przód z odbicia obunóż, mierzymy odległości od linii wybiecia do tylnej krawędzi piąty (śladu). Skok uznaje się za nieważny jeżeli przed odbiciem stopa/y przesuną się na linię. Każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych skoków.

5. Bieg z pokonywaniem koordynacyjnych płotków lekkoatletycznych w obie strony (wyścigi rzędów) - ilość płotków 6, wysokość płotków 20cm - 32cm, płotki rozstawione co 220cm, odległość pierwszego płotka od linii startu i ostatniego płotka od stojaka na końcu trasy - 300cm. Uczestnik pokonuje płotki w obie strony, na końcu trasy ustawiony jest stojak, który należy obieć, kolejna osoba z zespołu rusza po przekazaniu pałeczki sztafetowej lub woreczka gimnastycznego. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Wyścigi na czas. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

6. Sztafeta biegowa - 6 x 100 m - pierwsza osoba ustawiona na linii startu, dla kolejnych wyznacza się linie co 100m. Uczestnicy ruszają po przekazaniu pałeczki sztafetowej lub woreczka z wyznaczonych linii. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej/woreczka lub przesunie stopę za linię startu i zmiany - następuje dyskwalifikacja zespołu. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

Konkurencje dla rocznika 2013-2014 - 5 konkurencji (4 obowiązkowe - rzut p. lekarska, rzut piłeczką palantową, skok w dal z miejsca, sztafeta 6x200m + 1 do wyboru - bieg z pokonywaniem płotków, sztafeta wahadłowa)

1. Rzut piłką lekarską oburącz w tył nad głowę (2-3kg) - uczestnik staje tyłem do kierunku ruchu, pięty przy linii rzutu, po wypuszczeniu piłki z rąk może przesunąć stopę na linię rzutu, jeżeli przesunie stopy zanim wypuści piłkę z rąk to rzut uznaje się za nieważny. Do rzutu należy wyznaczyć szerokość sektora rzutów, na linii rzutów wyznaczamy punkt pomiaru (środek linii rzutów). Odległość mierzona jest od krawędzi śladu bliższej linii rzutu do miejsca pomiaru na linii rzutu. Każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych rzutów.

2. Rzut piłeczką palantową (do wyboru przez organizatora w/g uznania gumowa/skórzana/tenisowa) - uczestnik wykonuje rzut z rozbiegu lub z miejsca w wyznaczonej strefie, rzut wykonujemy z zamachu górnego. Uczestnik nie może przekroczyć linii rzutów, opuszcza strefę rzutni bokiem lub tyłem. Prostopadle do linii rzutu rozwijamy taśmę mierniczą i układamy znaczniki odległości, pole rzutów dostosowane do przewidywanych możliwości rzutowych uczestników. Każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych rzutów.

3. Sztafeta wahadłowa - 40 m uczestnicy z jednej drużyny stoją w rzędach naprzeciwko siebie, pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową, na sygnał zaczyna biec, następna osoba rusza po przekazaniu pałeczki sztafetowej, jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu i zmiany - następuje dyskwalifikacja zespołu. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

4. Skok w dal z miejsca - uczestnik staje bezpośrednio przed linią, stopy równoległe do siebie, ugięcie nóg w kolanach – zamach rąk do tyłu – skok z mocnym zamachem rąk w przód z odbicia obunóż, mierzymy odległości od linii wybiecia do tylnej krawędzi piąty (śladu). Skok uznaje się za nieważny jeżeli przed odbiciem stopa/y przesuną się na linię. Każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych skoków.

5. Bieg z pokonywaniem koordynacyjnych płotków lekkoatletycznych w obie strony (wyścigi rzędów) - ilość płotków 6, wysokość płotków 20cm - 32cm, płotki rozstawione co 220cm, odległość pierwszego płotka od linii startu i ostatniego płotka od stojaka na końcu trasy - 300cm. Uczestnik pokonuje płotki w obie strony, na końcu trasy ustawiony jest stojak, który należy

obiec, kolejna osoba z zespołu rusza po przekazaniu pałeczki sztafetowej lub woreczka gimnastycznego. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Wyścigi na czas. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

6. Sztafeta biegowa - 6 x 200 m - pierwsza osoba ustawiona na linii startu, dla kolejnych wyznacza się linie co 200m. Uczestnicy ruszają po przekazaniu pałeczki sztafetowej z wyznaczonych linii. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu lub zmiany - następuje



dyskwalifikacja zespołu. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

Konkurencje dla rocznika 2011-2012 - 5 konkurencji (4 obowiązkowe - rzut oszczepem, pchnięcie kulą, skok w dal z miejsca, sztafeta 6x400m + 1 do wyboru bieg z pokonywaniem płotków, sztafeta wahadłowa)

1. Rzut oszczepem (500g) - rzut oszczepem - należy zachować szczególną ostrożność, konkurencję przeprowadzamy w formie uproszczonej, dopuszczamy wykonanie rzutu z miejsca lub po rozbiegu. Pomiaru długości rzutu dokonuje się bezpośrednio po wykonanej próbie, mierząc po najkrótszej drodze od śladu pozostawionego przez grot oszczepu do środka wewnętrznej krawędzi linii rzutu. Próbę uznaje się za nieważną, jeśli po jej rozpoczęciu zawodnik dotknie jakiegokolwiek częścią ciała linii wyznaczających rozbieg lub podłoża poza nimi.

Po wykonanym rzucie (gdy oszczep dotknie podłoża) zawodnik musi opuścić rzutnię nie przekraczając linii ograniczających rozbieg z przodu. Każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych rzutów.

2. Pchnięcie kulą 2 kg - należy zachować szczególną ostrożność, konkurencję przeprowadzamy w formie uproszczonej, dopuszczamy wykonanie pchnięcia z miejsca lub po rozbiegu. Każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych rzutów

3. Sztafeta wahadłowa - 60 m uczestnicy z jednej drużyny stają w rzędach naprzeciwko siebie, pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową, na sygnał zaczyna biec, następna osoba rusza po przekazaniu pałeczki sztafetowej, jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu i zmiany - następuje dyskwalifikacja zespołu. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

4. Skok w dal z miejsca - uczestnik staje bezpośrednio przed linią, stopy równoległe do siebie, ugięcie nóg w kolanach – zamach rąk do tyłu – skok z mocnym zamachem rąk w przód z odbicia obunóż, mierzymy odległości od linii wybiecia do tylnej krawędzi piąty (śladu). Skok uznaje się za nieważny jeżeli przed odbiciem stopa/y przesuną się na linię. Każdy uczestnik ma jedną próbę, na wynik zespołu składa się suma poszczególnych skoków.

5. Bieg z pokonywaniem koordynacyjnych płotków lekkoatletycznych w obie strony (wyścigi rzędów) - ilość płotków 6, wysokość płotków 32cm - 40cm, płotki rozstawione co 220cm, odległość pierwszego płotka od linii startu i ostatniego płotka od stojaka na końcu trasy - 300cm. Uczestnik pokonuje płotki w obie strony, na końcu trasy ustawiony jest stojak, który należy obieć, kolejna osoba z zespołu rusza po przekazaniu pałeczki sztafetowej lub woreczka gimnastycznego. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Wyścigi na czas. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

6. Sztafeta biegowa - 6 x 400 m - pierwsza osoba ustawiona na linii startu, dla kolejnych wyznacza się linie co 200m. Uczestnicy ruszają po przekazaniu pałeczki sztafetowej z wyznaczonych linii. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu lub zmiany - następuje dyskwalifikacja zespołu. Start uczestników z pozycji wysokiej, wykroczonej. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.



PUNKTACJA W I i II ETAPIE ZA POSZCZEGÓLNE KONKURENCJE

- 1 miejsce - 12
- 2 miejsce - 10
- 3 miejsce - 8
- 4 miejsce - 7
- 5 miejsce - 6
- 6 miejsce - 5
- 7 miejsce - 4
- 8 miejsce - 3
- 9 i dalsze - 1 pkt

FINAŁ - KONKURENCJE ZOSTANĄ DOSTOSOWANE DO WARUNKÓW I MOŻLIWOŚCI W HALI ARENA TORUŃ

Na finał zostanie opracowany osobny komunikat i przekazany do zainteresowanych szkół.

Zachęcamy do kibicowania. Szkoła może utworzyć strefę kibica - czekają nagrody niespodzianki dla najbardziej aktywnych kibiców.

Nagrody

I etap - Dla każdego zespołu pamiątkowy dyplom i nagrody niespodzianki

II etap - Pamiątkowe gadżety promocyjne, dyplomy, puchary, medale.

Finał - Koszulki z logo Państw startujących w Mistrzostwach Świata, puchary, medale, dyplomy, nagrody niespodzianki.



KARTA ZGŁOSZENIA DRUŻYNY w rejonach „W DRODZE DO MISTRZOSTW”

NAZWA i ADRES SZKOŁY/ POWIAT/GMINA

.....
.....
.....

OPIEKUN DRUŻYNY (imię nazwisko, nr telefonu)

.....

KATEGORIA (krzyżyk przy wybranej kategorii, **każdą kategorię zgłaszamy na osobnym druku**)

I grupa - rocznik 2015 i młodsi ☐

II grupa - rocznik 2013-2014 ☐

III grupa - rocznik 2011-2012 ☐

OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że posiadam zgodę na udział i wykorzystanie wizerunku do celów promocyjnych przez SZSWKP.

Podpis opiekuna.....

Podpis dyrektora szkoły



**OŚWIADCZENIE RODZICÓW (PRAWNYCH OPIEKUNÓW)
W RAMACH DZIAŁAŃ ZWIĄZANYCH Z ORGANIZACJĄ CYKLU IMPREZ "W DRODZE DO
MISTRZOSTW" ORGANIZOWANEGO PRZEZ SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY
WOJEWÓDZTWA KUJAWSKO POMORSKIEGO**

Imię i nazwisko uczestnika zajęć

Data urodzenia uczestnika zajęć.....

Nazwa szkoły

Opiekun drużyny

1. Niniejszym, ja niżej podpisana/ny* (imię i nazwisko pierwszego rodzica/
pierwszego opiekuna prawnego*) zamieszkała/ły* w, oświadczam, że jestem
rodzicem/opiekunem prawnym* dziecka.

2. Niniejszym, ja niżej podpisana/ny* (imię i nazwisko drugiego

3. 4. 5. 6. rodzica/drugiego opiekuna prawnego*) zamieszkała/ły* w, oświadczam, że jestem
rodzicem/opiekunem prawnym* dziecka.

Oświadczam/ły*, że zapoznałem się z Polityką Prywatności SZSWKP i Klauzulą Informacyjną oraz Regulaminem uczestnictwa w
cyklu imprez lekkoatletycznych "W drodze do mistrzostw" związanych z organizacją halowych Mistrzostw Świata Kujawy Pomorze 2026
dostępnym na stronie www.szswkp.pl.

Przyjmuję do wiadomości, że Administratorem Danych Osobowych moich/naszych i mojego/naszego dziecka jest Szkolny
Związek Sportowy Województwa Kujawsko Pomorskiego, ul. Czerkaska 8, 85-641 Bydgoszcz, email: goskateam2111@wp.pl.

Oświadczam, że wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych moich oraz dziecka przez Szkolny Związek Sportowy
Województwa Kujawsko-Pomorskiego (dalej „SZSWKP”). Wyrażam/y zgodę, aby dla potrzeb realizacji działań
informacyjno-promocyjnych zadania "W drodze do Mistrzostw" oraz działalności statutowej SZS, wizerunek mojego/naszego dziecka był
użyty w różnego rodzaju formach elektronicznego i poligraficznego przetwarzania, kadrowania i kompozycji, a także zestawiony z
wizerunkami innych osób biorących udział w realizacji współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży. Zgoda obejmuje wszelkie
formy publikacji, w szczególności plakaty, ulotki, billboardy, inne drukowane materiały promocyjne, relacje i spoty telewizyjne, radiowe,
publikacje w gazetach i czasopismach, rozpowszechnianie w Internecie. Niniejsza zgoda jest nieodpłatna, nie jest ograniczona
czasowo. Powyższa zgoda jest dobrowolna i nie może być przeniesiona na osobę trzecią lub jakąkolwiek firmę lub instytucję, za
wyjątkiem podmiotów zaangażowanych w realizację zadań "W drodze do Mistrzostw". Wizerunek dziecka nie może być użyty do innych
celów, w formie lub publikacji obraźliwej dla dziecka lub naruszać w inny sposób dóbr osobistych dziecka.

....., dnia
(miejscowość) (Podpis pierwszego opiekuna prawnego)

....., dnia
(miejscowość) (Podpis drugiego opiekuna prawnego)