



„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"

Głównym celem jest 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 – rejon Włocławek, pow.włocławski, pow.lipnowski 6.VI.2025 r. Włocławek - godz. 9.00 (w danym rejonie ilość zgłoszonych drużyn/szkół dowolna)

II etap - IX-X 2025 (8 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.

Imprezy sportowe planowane są w 8 regionach Województwa Kujawsko-Pomorskiego.

Miejsce imprezy:

Boisko przy Szkole Podstawowej Nr 23, Włocławek ul. Wyspiańskiego 3

zgłoszenia szkół na adres e mail: sp23@edukacja.wloclawek.eu do dnia 30 maja 2025 roku.

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 - klasy - (rocznik 2015 i młodszy)

II grupa - klasy - (rocznik 2013-2014)

III grupa klasy - (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.

Program minutowy "Dogoń Mistrza"

9:00 - 9:30 - Odprawa, weryfikacja

9:30 – 9:40 - Rozpoczęcie, przywitanie zaproszonych gości, uczestników, nauczycieli

9:45 – 10:00 - Wspólna rozgrzewka z zaproszonym gościem

10:00 – 13:30 - Przeprowadzenie zawodów sportowych

ok. 14:00 - Podsumowanie, wręczenie dyplomów

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



Konkurencje dla rocznika 2015 i młodszy

1. Rzut maczugą (oszczepem piankowym) – uczestnik może rzucać z rozbiegu lub z miejsc, nie przekraczając wyznaczonej linii rzutu. Każdy uczestnik ma 3 rzuty /w tym jedna próbna/, na wynik zespołu składa się suma najlepszych rzutów poszczególnych zawodników.

2. Sztafeta wahadłowa 20 m - uczestnicy z jednej drużyny stoją po trzech w rzędach naprzeciwko siebie. Pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową, na sygnał zaczyna biec, przekazuje pałeczkę osobie stojącej po przeciwnej stronie (za linią), ta po przejęciu pałeczki zaczyna biec. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu/zmiany – zespół zostaje dyskwalifikowany. Jeżeli zawodnicy upuszczą pałeczkę za linią zmiany mogą ją podnieść i kontynuować sztafetę. Start uczestników następuje z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika (sztafeta trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce) - wyścigi na czas (czas całego zespołu).

3. Skoki z miejsca dodawane - uczestnik staje bezpośrednio przed linią, stopy równoległe do siebie, nogi ugięte w kolanach – zamach rąk do tyłu – uczeń wykonuje skok z mocnym zamachem rąk w przód z odbicia obunóż. Kolejny zawodnik staje w miejscu oznaczonym przez sędziego na krawędzi śladu stopy (pięty) lub innego ostatniego śladu (najbliższego miejsca wybiegu (np. ręka). Skok uznaje się za nieważny jeżeli przed odbiciem stopa/y przesuną się na linię. Kolejni uczestnicy wykonują próbę w podobny sposób (6 osób jedna za drugą). Na wynik końcowy składa się suma wszystkich skoków mierzona w całości. Przed rozpoczęciem konkurencji każdy zawodnik może wykonać jedną próbę z linii początkowej bez pomiaru odległości.

4. Wyścigi rzędów z pokonywaniem niskich płotków lekkoatletycznych (tam i z powrotem) /około 30 cm/ - 6 zawodników stoi w jednym rzędzie jeden za drugim. Pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową, na sygnał zaczyna biec, pokonując płotki lekkoatletyczne, obiega słupek i wracając również biegnie pokonując płotki lekkoatletyczne. Po pokonaniu dystansu tam i z powrotem przekazuje pałeczkę następnej osobie, ta po przejęciu pałeczki zaczyna biec. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu/zmiany – zespół zostaje dyskwalifikowany. Jeżeli zawodnicy upuszczą pałeczkę za linią zmiany mogą ją podnieść i kontynuować wyścig. Start uczestników następuje z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu ostatniego (6 – tego) zawodnika na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika - wyścigi na czas (czas całego zespołu).

5. Sztafeta biegowa - 6 x 100 m - pierwsza osoba ustawiona na linii startu, kolejna przy linii oznaczającej początek strefy zmian (5 m). Każdy zawodnik biegnie po wyznaczonej trasie, w strefie przekazuje pałeczkę kolejnemu uczestnikowi sztafety. Czas zatrzymuje się po przebiegnięciu mety przez ostatniego zawodnika. Jeżeli uczeń popełni fałstart (ruszy przed sygnałem startu) lub przekroczy strefę zmian – zespół zostaje dyskwalifikowany. Jeżeli zawodnik upuści pałeczkę i nie przeszkodzi to żadnej innej drużynie, może ją podnieść i kontynuować bieg. Start z pozycji wysokiej, wykroczonej. wyścigi na czas (czas całego zespołu).

Konkurencje dla rocznika 2013-2014

1. Rzut maczugą (oszczepem piankowym) - uczestnik może rzucać z rozbiegu lub z miejsc, nie przekraczając wyznaczonej linii rzutu. Każdy uczestnik ma 3 rzuty /w tym jedna próbna/, na wynik zespołu składa się suma najlepszych rzutów poszczególnych zawodników.

2. Sztafeta wahadłowa - 40 m uczestnicy z jednej drużyny stoją po trzech w rzędach naprzeciwko siebie. Pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową, na sygnał zaczyna biec, przekazuje pałeczkę osobie stojącej po przeciwnej stronie (za linią), ta po przejęciu



pałeczki zaczyna biec. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu/zmiany – zespół zostaje zdyskwalifikowany. Jeżeli zawodnicy upuszczą pałeczkę za linię zmiany mogą ją podnieść i kontynuować sztafetę. Start uczestników następuje z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika (sztafeta trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce) - wyścigi na czas (czas całego zespołu).

3. Skoki z miejsca dodawane - uczestnik staje bezpośrednio przed linią, stopy równoległe do siebie, nogi ugięte w kolanach – zamach rąk do tyłu – uczeń wykonuje skok z mocnym zamachem rąk w przód z odbicia obunóż. Kolejny zawodnik staje w miejscu oznaczonym przez sędziego na krawędzi śladu stopy (pięty) lub innego ostatniego śladu (najbliższego miejsca wybicia (np. ręka). Skok uznaje się za nieważny jeżeli przed odbiciem stopa/y przesuną się na linię. Kolejni uczestnicy wykonują próbę w podobny sposób (6 osób jedna za drugą). Na wynik końcowy składa się suma wszystkich skoków mierzona w całości. Przed rozpoczęciem konkurencji każdy zawodnik może wykonać jedną próbę z linii początkowej bez pomiaru odległości.

4. Wyścigi rzędów z pokonywaniem niskich płotków lekkoatletycznych (tam i z powrotem) /około 50 cm/ - 6 zawodników stoi w jednym rzędzie jeden za drugim. Pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową, na sygnał zaczyna biec, pokonując płotki lekkoatletyczne, obiega słupek i wracając również biegnie pokonując płotki lekkoatletyczne. Po pokonaniu dystansu tam i z powrotem przekazuje pałeczkę następnej osobie, ta po przejęciu pałeczki zaczyna biec. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu/zmiany – zespół zostaje zdyskwalifikowany. Jeżeli zawodnicy upuszczą pałeczkę za linię zmiany mogą ją podnieść i kontynuować sztafetę. Start uczestników następuje z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu ostatniego (6 – tego) zawodnika na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika - wyścigi na czas (czas całego zespołu).

5. Sztafeta biegowa - 6 x 100 m - pierwsza osoba ustawiona na linii startu, kolejna przy linii oznaczającej początek strefy zmian (5 m). Każdy zawodnik biegnie po wyznaczonej trasie, w strefie przekazuje pałeczkę kolejnemu uczestnikowi sztafety. Czas zatrzymuje się po przebiegnięciu mety przez ostatniego zawodnika. Jeżeli uczeń popełni fałstart (ruszy przed sygnałem startu) lub przekroczy strefę zmian – zespół zostaje zdyskwalifikowany. Jeżeli zawodnik upuści pałeczkę i nie przeszkodzi to żadnej innej drużynie, może ją podnieść i kontynuować bieg. Start z pozycji wysokiej, wykroczonej. wyścigi na czas (czas całego zespołu)

Konkurencje dla rocznika 2011-2012

1. Rzuty piłką lekarską oburącz w tył za 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. Dokonuje się sumowania odległości całego zespołu. Przystąpieniem uczestników do konkursowych prób, każdy uczeń może wykonać jeden rzut próbny z linii początkowej (bez pomiaru odległości).

2. Sztafeta wahadłowa - 60 m - uczestnicy z jednej drużyny stają po trzech w rzędach na- przeciwko sobie. Pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową, na sygnał zaczyna biec, przekazuje pałeczkę osobie stojącej po przeciwnej stronie (za linią), ta po przejęciu pałeczki zaczyna biec. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu/zmiany – zespół zostaje zdyskwalifikowany. Jeżeli zawodnicy upuszczą pałeczkę za linię zmiany mogą ją podnieść i kontynuować sztafetę. Start uczestników następuje z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po



przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika (sztafeta trwa do momentu powrotu uczestników na swoje miejsce) - wyścigi na czas (czas całego zespołu).

3. Skoki z miejsca dodawane - uczestnik staje bezpośrednio przed linią, stopy równoległe do siebie, nogi ugięte w kolanach – zamach rąk do tyłu – uczeń wykonuje skok z mocnym zamachem rąk w przód z odbicia obunóż. Kolejny zawodnik staje w miejscu oznaczonym przez sędziego na krawędzi śladu stopy (pięty) lub innego ostatniego śladu (najbliższego miejsca wybiecia (np. ręka). Skok uznaje się za nieważny jeżeli przed odbiciem stopa/y przesuną się na linię. Kolejni uczestnicy wykonują próbę w podobny sposób (6 osób jedna za drugą). Na wynik końcowy składa się suma wszystkich skoków mierzona w całości. Przed rozpoczęciem konkurencji każdy zawodnik może wykonać jedną próbę z linii początkowej bez pomiaru odległości.

4. Wyścigi rzędów z pokonywaniem niskich płotków lekkoatletycznych (tam i z powrotem) /około 50 cm/ - 6 zawodników stoi w jednym rzędzie jeden za drugim. Pierwsza osoba na linii startu trzyma pałeczkę sztafetową, na sygnał zaczyna biec, pokonując płotki lekkoatletyczne, obiega słupek i wracając również biegnie pokonując płotki lekkoatletyczne. Po pokonaniu dystansu tam i z powrotem przekazuje pałeczkę następnej osobie, ta po przejęciu pałeczki zaczyna biec. Jeżeli uczestnik ruszy przed sygnałem startu lub przed przekazaniem pałeczki sztafetowej lub przesunie stopę za linię startu/zmiany – zespół zostaje zdyskwalifikowany. Jeżeli zawodnicy upuszczą pałeczkę za linię zmiany mogą ją podnieść i kontynuować sztafetę. Start uczestników następuje z pozycji wysokiej, wykroczonej. Konkurencja trwa do momentu powrotu ostatniego (6 – tego) zawodnika na swoje miejsce. Czas zatrzymywany jest po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika - wyścigi na czas (czas całego zespołu).

5. Sztafeta biegowa - 6 x 200 m - pierwsza osoba ustawiona na linii startu, kolejna przy linii oznaczającej początek strefy zmian (5 m). Każdy zawodnik biegnie po wyznaczonej trasie, w strefie przekazuje pałeczkę kolejnemu uczestnikowi sztafety. Czas zatrzymuje się po przebiegnięciu mety przez ostatniego zawodnika. Jeżeli uczeń popełni fałstart (ruszy przed sygnałem startu) lub przekroczy strefę zmian – zespół zostaje zdyskwalifikowany. Jeżeli zawodnik upuści pałeczkę i nie przeszkodzi to żadnej innej drużynie, może ją podnieść i kontynuować bieg. Start z pozycji wysokiej, wykroczonej. wyścigi na czas (czas całego zespołu).

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. Nagrody:

I etap - Dla każdego zespołu pamiątkowy dyplom i nagrody niespodzianki dla zwycięzców.

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 MI-
STRZOSTW" ORGANIZOWANEGO PRZEZ SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY WOJEWÓDZ-
TWA KUJAWSKO POMORSKIEGO PRZY WSPÓŁPRACY SZKOŁY PODSTWOWEJ NR 23
WE WŁOCŁAWKU

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/y*, 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 czasopiśmie, 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 programu „Mały Mistrz”. 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)