


**CENTRALNE
WOJSKOWE CENTRUM REKRUTACJI**
Ośrodek Zamiejscowy w Kielcach

Nr. 636/24

07 MAR 2024

25-205 Kielce



**Centralne Wojskowe Centrum Rekrutacji
cz.p.o. Szef
Ośrodka Zamiejscowego w Kielcach
ppłk Bogdan KOŁKOWSKI**

Kielce, 07 marca 2024 r.

Adresaci wg. rozdzielnika

SI ARCUS

dotyczy: przesłania Regulaminu „Spartakiady sportowo-obronnej klas wojskowych”.

W załączeniu przesyłam „Regulamin Spartakiady sportowo - obronnej klas wojskowych”, celem przekazania i informowania szkół realizujących projekty edukacyjne MON o uczestnictwie w/w przedsięwzięciu.

Z poważaniem

Załączniki: 1 na 16 str.

1. „Regulamin Spartakiady ... „ – na 16 str.

ROZDZIELNIK:

1. Wojskowe Centrum Rekrutacji w Kielcach;
2. Wojskowe Centrum Rekrutacji w Busku Zdroju;
3. Wojskowe Centrum Rekrutacji w Sandomierzu.

Agnieszka PIOTROWSKA
tel.: 261 174 136
e-mail: apiotrowska628@milnet-z.ron.int

ZATWIERDZAM

cz. p.o. SZEf
OŚRODKA ZAMIEJSCOWEGO W KIELCACH
CENTRALNEGO WOJSKOWEGO CENTRUM REKRUTACJI


ppłk Bogdan KOLKOWSKI

Dnia 06.03.2024 r.

**REGULAMIN
SPARTAKIADY SPORTOWO – OBRONNEJ
KLAS WOJSKOWYCH
ETAP WOJEWÓDZKI**



Opracował:
Szef Wydziału Promocji i Rekrutacji


ppłk Sylwester CIEŚLA

I. WSTĘP

Spartakiada sportowo-obronna to projekt łączący różnorodne konkurencje sportowe oraz zadania z zakresu umiejętności wojskowych. Podczas przygotowania i realizacji tego wydarzenia, uczestnicy rozwijają nie tylko umiejętności fizyczne i sprawność, ale również kształtują wartości związane z obronnością i służbą dla kraju.

II. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Spartakiada sportowo-obronna ma na celu promocję projektów edukacyjnych nadzorowanych przez Resort Obrony Narodowej: „Oddziały Przygotowania Wojskowego (OPW)”, „Cyber.Mil z klasą”, „Branżowe Oddziały Wojskowe (BOW)”, „Certyfikowane Wojskowe Klasy Mundurowe”(CWKM).
2. Wydarzenie dedykowane jest wyłącznie dla uczniów klas o profilu wojskowym, uczących się w szkołach realizujących projekty resortowe określone w p.II-1.
3. Spartakiada jest formą rywalizacji drużyn, co daje dodatkową możliwość porównania wyszkolenia sportowo-obronnego klas wojskowych w szkołach realizujących projekty resortowe określone w p.II-1.
4. Końcowym efektem wydarzenia jest wyłonienie najlepszej drużyny w eliminacjach wojewódzkich do Centralnego Zlotu Klas Wojskowych.

III. ORGANIZACJA SPARTAKIADY

1. Organizatorem Spartakiady jest Szef Centralnego Wojskowego Centrum Rekrutacji.
2. Organizatorem eliminacji wojewódzkich jest Szef Ośrodka Zamiejscowego w Kielcach CWCR.
3. Spartakiada sportowo-obronna odbędzie się w dniu **09 kwietnia 2024 roku**, rozpoczęcie o godzinie 9.00, na terenie Centrum Przygotowań do Misji Zagranicznych w Kielcach.
4. Nadzór nad przebiegiem Spartakiady sprawuje Komisja Sędziowska, pod przewodnictwem Szefa Wydziału Rekrutacji i Promocji OZ w Kielcach.
 - Sędzia Główny: Szef Wydziału Rekrutacji i Promocji OZ w Kielcach lub osoba przez niego wyznaczona.
 - Sędzia Regionalny: Dowódca Jednostki Wojskowej lub osoba przez niego wyznaczona.
 - Sędziowie poszczególnych konkurencji wyznaczeni w porozumieniu z Sędzią Głównym i Regionalnym:
 - Główny sędzia konkurencji;
 - Sędziowie startowi.

IV. WARUNKI UDZIAŁU W SPARTAKIADZIE

1. W zawodach uczestniczą siedmioosobowe drużyny (min. jedna kobieta), w każdej drużynie wybrany zostaje kapitan. Drużynie towarzyszy jeden pełnoletni opiekun, który nie bierze udziału w konkurencjach oraz dwóch dodatkowych uczestników (min. jedna kobieta) jako „rezerwowi”.
2. Zainteresowane szkoły zgłaszają swój udział w Spartakiadzie do dnia **22.03.2024 roku**. (Załącznik Nr 1). Zgłoszenia należy wysłać drogą elektroniczną w formie PDF z podpisem Dyrektora Szkoły, na adres **ag.piotrowska@ron.mil.pl**.
Integralnym elementem zgłoszenia są wypełnione dodatkowe oświadczenia i zgody (Załączniki Nr 2,3,4,5,6).
Do kontaktów w/w przedsięwzięciu wyznaczona została Pani Agnieszka Piotrowska tel. 261 174 136.
3. W sytuacji utraty zawodnika z powodów np. zdrowotnych (uraz, kontuzja, itp.) drużyna realizuje dalej zadanie z pomocą „rezerwowych”.
4. Drużynie towarzyszy jeden pełnoletni opiekun drużyny podczas zawodów na poszczególnych konkurencjach.
5. Szkoła może zgłosić do udziału w zawodach tylko jedną drużynę. Jej skład wybierany jest spośród uczniów ze szkół prowadzących projekty resortowe: OPW, Cyber.Mil z klasą, BOW, CWKM.
6. Wiek uczestników zawodów – wg decyzji Dyrektora Szkoły.
7. Kapitanowie i opiekunowie odpowiadają za znajomość przez członków zespołów:
 - a. „Regulaminu Spartakiady”;
 - b. Zasad i warunków bezpieczeństwa w czasie odbywania zawodów.
8. Nieprzestrzeganie zasad dotyczących ubioru, określonych w regulaminie może spowodować dyskwalifikację drużyny lub zawodnika.
9. W przypadku dyskwalifikacji zawodnika z danej drużyny, drużyna ta kontynuuje zawody w osłabionym składzie.
10. Wyposażenie zawodników: ubiór zgodny z unormowaniami funkcjonowania szkół realizujących projekty resortowe określone w p.II-1.
11. Wymagana dokumentacja dla dopuszczenia do udziału w zawodach:
 - a) Aktualna legitymacja szkolna (dowód osobisty w przypadku opiekuna).
 - b) Aktualne ubezpieczenie OC / NNW.
 - c) Oświadczenie rodzica / prawnego opiekuna o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w konkurencjach objętych zawodami (**załącznik nr 2**).
 - d) Zgoda rodzica / prawnego opiekuna na udzielenie ewentualnej pomocy ambulatoryjnej (**załącznik nr 3**).
 - e) Zgoda rodzica / prawnego opiekuna na przetwarzanie danych osobowych (**załącznik nr 4**) - dotyczy uczniów poniżej 16 roku życia.

V. ZABEZPIECZENIE LOGISTYCZNE.

1. Transport drużyny do miejsca zawodów zabezpiecza szkoła.
2. Pomoc przedmedyczna i zabezpieczenie medyczne zabezpiecza organizator.
3. Wyposażenie potrzebne do realizacji wszystkich konkurencji. zabezpiecza organizator wraz JW, w której organizowane zostaną zawody.
4. Losowanie numerów startowych drużyn odbywa się podczas odprawy technicznej. Organizator zastrzega sobie prawo wylosowania numerów startowych dla zespołów, w przypadku nieobecności ich reprezentantów na odprawie technicznej.

VI. PRZEBIEG ZAWODÓW

Data	Przedsięwzięcia	Uczestnicy/Uwagi
CZĘŚĆ WSTĘPNA		
09.04.2024 do godz. 8.30	Przyjazd drużyn	Uczestnicy zawodów
09.04.2024 8.40 - 9.00	Odprawa techniczna, losowanie kolejności startujących drużyn	Zespoły sędziowskie. Uczestnicy zawodów
09.04.2024 9.00 – 9.15	Uroczysta ceremonia otwarcia zawodów losowanie kolejności startujących drużyn	Zespoły sędziowskie. Uczestnicy zawodów
09.04.2024 9.15 – 9.30	Rozgrzewka zawodników i omówienie warunków bezpieczeństwa. Sprawdzenie wyposażenia i omówienie konkurencji.	Zespoły sędziowskie. Uczestnicy zawodów
CZĘŚĆ GŁÓWNA		
ZAWODY		
09.04.2024 9.30 – 13.30	KONKURENCJA nr 1 „przeciąganie liny”	
	KONKURENCJA nr 2 „uginanie i prostowanie ramion w podporze, leżąc przodem na ławeczce gimnastycznej”	
	KONKURENCJA nr 3 „bieg wahadłowy 10x10”	
	KONKURENCJA nr 4 „medyczne”	
	KONKURENCJA nr 5 „przygotowanie się do strzelania (ładowanie magazynka)”	
	KONKURENCJA nr 6 „rzut granatem”	
CZĘŚĆ KOŃCOWA		
09.04.2024 13.30 – 13.50	Ceremonia zakończenia zawodów (ogłoszenie wyników zawodów)	Zespoły sędziowskie. Uczestnicy zawodów
09.04.2024 13.50 – 14.30	Ciepły posiłek /obiad	Uczestnicy zawodów

OPIS CZĘŚCI GŁÓWNEJ – konkurencje

1. PRZECIĄGANIE LINY

Polega na starciu dwóch siedmioosobowych drużyn. Drużyny przyciągają linę, która na środku oznaczona jest linią środkową, a także dwoma liniami znajdującymi się cztery metry od linii środkowej. Podczas rozpoczęcia przeciągania środek linii musi znajdować się nad środkową linią podłoża. Przeciąganie liny kończy się, gdy znacznik na linie najbliższej zawodnika drużyny przeciwnej przekroczy środkową linię podłoża albo któryś zawodnik popełni faul (usiądzie lub przewróci się). Zawodnicy muszą trzymać linę w odpowiedni sposób – dłonie powinny być zwrócone do góry, a lina znajdować się między tułowiem a ramieniem. Zawodnik znajdujący się na końcu liny musi być usytuowany tak, żeby lina przechodziła z boku ciała, przekątnie przez plecy i przez drugie ramię, a koniec powinien zwisać luźno. Zawodnicy nie mogą obniżać łokci poniżej kolan, ponieważ jest to faul.

Podczas uczestnictwa więcej niż 5 drużyn konkurencja zostanie rozegrana w rozgrywkach grupowych, poniżej 5 drużyn na zasadzie każdy z każdym.

2. UGINANIE I PROSTOWANIE RAMION W PODPORZE, LEŻĄC PRZODEM NA ŁAWECZCE GIMNASTYCZNEJ

Na komendę „gotów” zawodnik wykonuje podpór, leżąc przodem (ręce podparte na szerokości barków) na ławeczce z nogami złączonymi lub w lekkim rozkroku - maksymalnie na szerokość bioder. Na komendę „ćwicz” ugina ramiona tak, aby stawy barkowe znalazły się poniżej stawów łokciowych (sylwetka wyprostowana - tzn. barki, biodra, kolana i kostki stóp stanowią linię prostą), następnie wraca do podporu i ponawia ćwiczenia. Ćwiczenie wykonuje się w jednym ciągu (bez przerw między kolejnymi powtórzeniami). Oceniający (kontrolujący) głośno podaje liczbę zaliczonych powtórzeń. Jeżeli kontrolowany wykona ćwiczenie niezgodnie z opisem, np. nie ugnie ramion lub ich całkowicie nie wyprostuje, zatrzyma się, nie utrzyma całego ciała w linii prostej, oceniający (kontrolujący) podaje ostatnią liczbę powtórzeń.

Punktacja: jedno powtórzenie -1 punkt.

3. BIEG WAHADŁOWY 10 x 10 M

Na komendę „start” (sygnał dźwiękowy) zawodnik rozpoczyna bieg w kierunku przeciwległej chorągiewki, obiega ją, wraca do chorągiewki na linii startu, obiega ją i pokonuje tę trasę pięciokrotnie. Przewrócenie chorągiewki powoduje powtórzenie próby. Powtarzana próba jest próbą ostateczną. Czas mierzy się z dokładnością do 0,1 sekundy, od sygnału startu do momentu przekroczenia linii mety. Do ćwiczenia wykorzystuje się chorągiewki o parametrach: wysokość co najmniej 160 cm, średnica podstawy nieprzekraczająca 30 cm i waga do 3,5 kg.

Punktacja:

Wygrywa drużyna, która osiągnę w sumie najkrótszy czas.

Wg ilości drużyn, np. 9 drużyn – drużyna z najkrótszym czasem 9 punktów , każda kolejna drużyna 8, 7 , 6, pkt itd. Ostatnia drużyna 1 punkt.

4. MEDYCZNE

Założenie opaski zaciskowej (tamowanie krwotoków z dużym przepływem np. po amputacjach pourazowych kończyn) na: udzie.

„Ranny” znajduje się w pozycji leżącej, zawodnik klęczy lub przykuca przy „rannym” (wg uznania zawodnika). Zawodnik trzyma w ręku opaskę zaciskową.

Po określeniu przez prowadzącego miejsca krwotoku – udo – na komendę (sygnał) zawodnik przystępuje do nałożenia rannemu opaski zaciskowej, informuje o czasie założenia opaski (oznacza czas założenia opaski zaciskowej pisakiem na skórze rannego, ubiorze w widocznym miejscu albo na kartce, którą pozostawia przy „rannym” w sposób umożliwiający jej znalezienie i odczytanie), po czym melduje „Gotów”.

Czas trwania czynności: nie dłużej niż 1 min. od komendy (sygnału) prowadzącego do złożenia meldunku „Gotów”.

BŁĘDY POWODUJĄCE NIEZALICZENIE NORMY: przekroczenie czasu wykonania normy, niepodanie/nieokreślenie dokładnego czasu ukończenia nakładania opaski zaciskowej.

UWAGA: przy stosowaniu opasek improwizowanych czas wykonania czynności zwiększa się o 50%, do normy nie wlicza się czynności mających na celu ocenę ogólnego stanu rannego, ze względu na warunki bezpieczeństwa zrezygnować z nadmiernego dociskania opaski zaciskowej. Kryterium weryfikujące stopień dociskania opaski zaciskowej – ból w miejscu założenia opaski; w momencie wystąpienia zakończyć ocenę normy.

Punktacja:

- do 50 s - 3 punkty
- 51- 55 s -2 punkty
- 56 - 60 s -1 punkt
- pow. 60 s - 0 punktów

Ułożenie rannego w pozycji bezpiecznej

„Ranny” i zawodnik, w ubiorze określonym w regulaminie. „Ranny” leży na plecach, zawodnik - wg własnego uznania - przyjmuje wygodną dla siebie pozycję (klęczy, przykuca lub pochyła się) przy „rannym”. Na komendę (sygnał) zawodnik przystępuje do ułożenia rannego w pozycji bezpiecznej, rozpoczynając od próby nawiązania kontaktu oraz udrożnienia dróg oddechowych poprzez odwiedzenie głowy do tyłu po wcześniejszym sprawdzeniu, czy w jamie ustno-gardłowej nie znajdują się ciała obce. Po wykonaniu normy melduje „Gotów”, a „ranny” powinien być ułożony w pozycji bezpiecznej ustalonej wg standardów Polskiej Rady Resuscytacji (załącznik 1). Dopuszczalne jest ułożenie rannego w pozycji bezpiecznej wg standardów Państwowej Straży Pożarnej (załącznik 2).

BŁĄD OBNIŻAJĄCY OCENĘ O JEDEN PUNKT –

- brak próby nawiązania kontaktu z rannym.
- niestabilna pozycja rannego, niesprawdzenie jamy ustnej rannego pod kątem obecności ciał obcych.

UWAGA: Norma obejmuje również czynności mające na celu ocenę stanu świadomości rannego (przytomny/nieprzytomny).

Punktacja:

Za prawidłowe wykonanie zadania - 3 pkt

Za każdy błąd - minus 1 pkt.

5. PRZYGOTOWANIE SIĘ DO STRZELANIA (ŁADOWANIE MAGAZYNKA)

Zawodnik z bronią i wyposażeniem znajduje się na linii wyjściowej w postawie strzeleckiej leżąc. Na linii wyjściowej otrzymuje amunicję szkolną w ilości do załadowania pełnego magazynka, którą przygotowuje do załadowania wg własnego uznania. Na komendę (sygnał) wyjmuje pusty magazynek z torby, ładuje amunicję do magazynka i po załadowaniu chowa go do torby, a następnie samodzielnie przemieszcza się na stanowisko ogniowe w odległości 10 m od linii wyjściowej, gdzie przyjmuje postawę strzelecką klęcząc i przygotowuje się do strzelania (zmienia magazynki podłączając magazynek z amunicją - pusty magazynek może odłożyć na bok, ustawia nastawy celownika dla strzału bezwzględnie do fig. boj. nr 40, nie przeładowuje broni). Melduje „Gotów”.

Czas trwania czynności: nie dłużej niż 90 sek. od komendy (sygnału) do załadowania magazynka do czasu zameldowania o gotowości.

BŁĘDY POWODUJĄCE NIEZALICZENIE NORMY: przekroczenie czasu wykonania normy, niewłaściwe przyjęcie postawy strzeleckiej klęcząc, niewłaściwe dobranie nastaw celownika, załadowanie niepełnego magazynka.

6. RZUT GRANATEM

Rzucanie granatami ręcznymi na odległość w różnych postawach

Cel: biegnący (figura bojowa nr 40) ustawiony na kierunku rzutu.

Odległość: 40 m.

Liczba granatów: 1 treningowy.

Postawa: klęcząca.

Czas: nieograniczony.

Punktacja:

- 25 m - 3 punkty

- 20 m - 2 punkty

- 15 m - 1 punkt

Wskazówki: zawodnik po otrzymaniu granatów i zapalników wkłada je do torby i na komendę kierownika ćwiczenia zajmuje stanowisko ogniowe i przyjmuje postawę klęczącą. Pod nadzorem instruktora przygotowuje granat i melduje gotowość do rzutu. Instruktor podaje komendę „Do atakującej piechoty granatem ognia” zawodnik, rzuca granatem do celu, po czym natychmiast kryje się.

VII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Komisja Sędziowska odpowiada za właściwy przebieg poszczególnych konkurencji rozgrywanych podczas zawodów oraz rzetelną ocenę osiągniętych wyników.
2. Wszystkich uczestników zawodów obowiązuje ściśle przestrzeganie zasad niniejszego regulaminu zawodów oraz warunków bezpieczeństwa, określonych przez Głównego Sędziego konkurencji. Nie przestrzeganie ich skutkować będzie wykluczeniem drużyny z zawodów.
3. Złamanie zasad bezpieczeństwa jest podstawą do wykluczenia z dalszego udziału w zawodach.
4. O wykluczeniu z dalszego udziału w zawodach decyduje Sędzia Główny.
5. Za sprawiedliwy i bezpieczny przebieg zawodów odpowiedzialny jest Sędzia Główny, który rozpatruje odwołania oraz kwestie sporne wraz z opiekunami ze szkół startujących w zawodach

