

# REGULAMIN II WOJEWÓDZKIEGO KONKURSU STRZELECKIEGO DLA UCZNIÓW SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH WOJEWÓDZTWA ZACHODNIOPOMORSKIEGO

Organizatorem Wojewódzkiego konkursu strzeleckiego dla uczniów szkół ponadpodstawowych województwa zachodniopomorskiego zwanym dalej Konkursem jest VII Liceum Ogólnokształcące im. K. K. Baczyńskiego w Szczecinie.

Konkurs obejmuje trzy konkurencje: strzelectwo sportowe, test sprawnościowy, udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej.

Honorowy patronat nad Konkursem objęli: *Wojewoda Zachodniopomorski – Adam Rudawski, Marszałek Województwa Zachodniopomorskiego – Olgierd Geblewicz, Zachodniopomorski Kurator Oświaty – Paweł Palczyński, Prezydent Miasta Szczecin – Piotr Krzystek.*

## CELE KONKURSU

- popularyzowanie wśród młodzieży wiedzy związanej z obronnością kraju,
- rywalizacja młodzieży w zakresie doskonalenia umiejętności w strzelectwie sportowym,
- podnoszenie sprawności fizycznej,
- doskonalenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej,
- upamiętnienie Ofiar Zbrodni Katyńskiej,

## WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W Konkursie może uczestniczyć trzy osobowa drużyna reprezentująca szkołę ponadpodstawową lub zespół szkół z województwa zachodniopomorskiego.
2. Szkoła może zgłosić jedną drużynę, w której składzie mogą być zarówno chłopcy jak i dziewczęta.
3. Warunkiem uczestniczenia drużyny w Konkursie jest przesłanie do Organizatora zgłoszenia wraz ze zgodą rodziców (prawnych opiekunów) uczniów niepełnoletnich biorących udział w Konkursie lub uczniów pełnoletnich na przetwarzanie danych i wykorzystanie wizerunku uczestnika w związku z udziałem w „Wojewódzkim konkursie strzeleckim dla młodzieży szkół ponadpodstawowych województwa zachodniopomorskiego” (wzór zgody w załączniku).
4. Szkoła zgłasza swój udział w Konkursie, przesyłając wersję papierową zgłoszenia do Organizatora pocztą na adres: VII Liceum Ogólnokształcące w Szczecinie, ul. Jana Styki 13, 71-138 Szczecin) wraz ze zgodami, o których jest mowa w ust. 3, do dnia **15 kwietnia 2024 roku**.

5. Dopuszcza się przesłanie skanów zgłoszenia wraz ze zgodami, o których jest mowa w ust. 3 na adres e-mailowy Organizatora tj. [lo7@miasto.szczecin.pl](mailto:lo7@miasto.szczecin.pl), jednakże oryginały tych dokumentów powinny być dostarczone do Organizatora w wersji papierowej najpóźniej w dniu Konkursu.
6. Osobą upoważnioną przez Organizatora do udzielania informacji w sprawie Konkursu, jest nauczyciel VII Liceum Ogólnokształcącego w Szczecinie - Pan Robert Wypart:  
adres e-mail: [r.wypart@lo7.szczecin.pl](mailto:r.wypart@lo7.szczecin.pl) tel. 608 435 016.

## **OPIS KONKURENCJI**

### **Strzelectwo sportowe**

1. Konkurencja odbywać się będzie w szkolnej strzelnicy z wykorzystaniem karabinka pneumatycznego o energii kinetycznej pocisku (śrutu) opuszczającego lufę nie przekraczającej 17 J.
2. Uczestników konkurencji obowiązuje przestrzeganie regulaminu bezpiecznego korzystania z obiektu sportowego przeznaczonego do treningu strzeleckiego tj. szkolnej strzelnicy sportowej, z którym zostaną oni zapoznani przed przystąpieniem do konkurencji.
3. Każdy uczestnik będzie mógł oddać 10 ocenianych strzałów do tarczy o wymiarach 140x140 mm. - 5 strzałów w postawie stojącej i 5 w postawie siedzącej na odległość 10 metrów.
4. Przed oddaniem ocenianych strzałów, każdy uczestnik będzie mógł oddać 3 strzały próbne z dowolnej postawy.
5. Wynik drużyny będzie sumą wszystkich oddanych przez jej członków ocenianych strzałów.

### **Test sprawnościowy**

1. Test sprawnościowy zostanie przeprowadzony w sali gimnastycznej.
2. Każdy uczestnik, przystępuje do testu w stroju i obuwiu sportowym.
3. Ze względów bezpieczeństwa, niedopuszczalne jest przystąpienie do testu w biżuterii lub innych elementach garderoby, które mogą spowodować uszkodzenie ciała.
4. Rozpoczęcie testu sprawnościowego poprzedzone będzie krótką rozgrzewką.
5. Test sprawnościowy składać się będzie z 4 konkurencji:
  - 1) Rzut piłką lekarską przodem z za głowy na odległość (dla chłopców piłka o masie 3 kg a dla dziewcząt o masie 2 kg).

- 2) Bieg wahadłowy na odcinku 5 metrów (10 powtórzeń).
  - 3) Skłony tułowia (brzuszki) z pozycji leżącej do pozycji siedzącej z trzymaną oburącz piłką lekarską w czasie 30 sekund (dla chłopców piłka o masie 3 kg a dla dziewcząt o masie 2 kg).
  - 4) Bieg z przeszkodami (skrzynie gimnastyczne) na odcinku 40 metrów).
6. Czas wykonania konkurencji biegowych, mierzony będzie z dokładnością do 0,1 sekundy.
7. Wyniki wszystkich konkurencji przeliczane będą na punkty.

### **Udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej**

1. Zakres konkurencji obejmować będzie następujące zagadnienia:
  - 1) postępowanie na miejscu wypadku,
  - 2) umiejętność powiadamiania służb ratunkowych z miejsca zaistniałego wypadku,
  - 3) umiejętność rozpoznawania i postępowania w przypadku powstałych ran, krwawień i krwotoków,
  - 4) umiejętność unieruchamiania złamanych kości i uszkodzonych stawów,
  - 5) umiejętność udzielania pomocy w przypadku zasłabnięcia czy omdlenia,
  - 6) pomoc w przypadku stwierdzenia ciała obcego w ciele człowieka,
  - 7) umiejętność wykonania resuscytacji krążeniowo – oddechowej,
  - 8) umiejętność udzielania pomocy w przypadku utraty przytomności,
  - 9) umiejętność transportowania poszkodowanego.
2. Każda szkoła podczas Konkursu powinna posiadać własną apteczkę pierwszej pomocy wyposażoną w:
  - 3 szt. chust trójkątnych,
  - bandaże elastyczne i dziane o wymiarach ( 5 cm - 4 szt., 10 cm – 4 szt., 12 cm – 4 szt.),
  - koc termiczny,
  - plaster z opatrunkiem,
  - plaster bez opatrunku,
  - jałowe kompresy gazowe o wymiarach (1mx1m, 05mx05m, po 3 szt. różnych wielkości),
  - środki odkażające,

- środki ochrony osobistej.

## USTALENIA KOŃCOWE

1. Kolejność udziału drużyn w poszczególnych konkurencjach (kolejność startu), ustala organizator po otrzymaniu zgłoszeń.
2. Organizator nie ubezpiecza uczestników Konkursu od następstw nieszczęśliwych wypadków.
3. Za opiekę nad drużyną i dyscypliną jej członków odpowiada jej opiekun z ramienia szkoły (uczestnika Konkursu).
4. Uczestników Konkursu obowiązują przepisy niniejszego regulaminu oraz postanowienia organizatora w trakcie trwania Konkursu.
5. W przypadku naruszenia postanowień niniejszego regulaminu, organizator na wniosek sędziów prowadzących poszczególne konkurencje Konkursu ma prawo zdyskwalifikować drużynę.
6. Zaistniałe zastrzeżenia dot. przebiegu Konkursu lub oceniania poszczególnych konkurencji będą rozpatrywane podczas trwania Konkursu przez powołaną przez Organizatora Komisję Konkursową.
7. W przypadku uzyskania przez drużyny jednakowej liczby punktów ze wszystkich konkurencji, o kolejności miejsc decydować będzie konkurencja strzelecka tj. łączny wynik uzyskany przez wszystkich członków drużyny. Gdyby i to nie przyniosło rozstrzygnięcia o końcowej klasyfikacji drużyn, decydować będzie w kolejności: wynik konkurencji „Udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej” a następnie konkurencji sprawnościowej.
8. Wyrażenie zgody na przetwarzanie danych i wykorzystanie wizerunku uczestnika w związku z udziałem w „Wojewódzkim konkursie strzeleckim dla uczniów szkół ponadpodstawowych województwa zachodniopomorskiego” Organizator przechowywać będzie przez 5 lat.