APROB

Şefa DÎ Hânceşti

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Valentina Tonu

CALENDARUL

Activităţilor sportive raionale ale elevilor în anul academic 2019/2020

Specialist metodist: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ V.Lăcustă

 HÂNCEŞTI

Graficul desfăşurării competiţiilor raionale ale elevilor din unităţile de învăţământ ale r.Hânceştipentru anul de studiu 2019-2020

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr.d/o | Activităţi sportive | Nr. de echipe înregistrate | Perioada de desfăşurare | Etapele | Locul desfăşurării | Componenţa echipei |
| zonale | finale |
| 1 | Olimpiada raională la educaţia fizicăcl.IX; XII; | Toate instituţiile | Ianuarie -Februarie  | În cadrul instituţiei | 15.02.20 | LT„M.Sadoveanu” | Clasa a XII-a ,a IX-a, câte un băiat şi o fată |
| 2 | Dame(licee)cl.X-XII | 5(b) + 5(f) | Octombrie  | - | 12.10.19 | LT „M.Eminescu” | 3 b+ 3 f |
| 3 | Dame(gimnazii)cl.I-IX | 23(b) + 23(f) | Octombrie  | 05.10.19 | 12.10.19 | LT „M.Eminescu” | 3 b+ 3 f |
| 4 | Şah (licee)cl.X-XII | 4(b) + 4(f) | Noiembrie | - | 30.11.19 | LT „M.Eminescu” | 3 b+ 3 f |
| 5 | Şah(gimnazii)cl.I-IX | 11(b) + 10(f) | Noiembrie | - | 30.11.19 | LT „M.Eminescu” | 3 b+ 3 f |
| 6 | Tenis de masă (licee)cl.X-XII | 4(b) + 3(f) | Ianuarie  | - | 18.12.20 | LT„M.Sadoveanu”  | 3 b+ 3 f +2rezervă |
| 7 | Tenis de masă (gimnazii)cl.I-IX | 11(b) + 7(f) | Ianuarie | - | 25.01.20 | LT„M.Sadoveanu”  | 3 b+ 3 f +2rezervă |
| 8 | Volei (licee)cl.X-XII | 6(b) + 4(f) | Februarie  | - | 29,02,20 | LT„M.Sadoveanu” | 10 b+10 f |
| 9 | Volei (gimnazii)cl.I-IX | 21(b) + 17(f) | Februarie – Martie  | Etapa I-âi zonală 08.02.20 | 07,03,20 - fete | LT„M.Sadoveanu” | 10 b+10 f+ rezervă |
| Etapa a II-a zonală22,02,20 | 08,03,20 – băieți |
| 10 | Baschet (licee)cl.X-XII | 5(b) + 3(f) | Decembrie  | - | 14.12.19 - fete | LT „Şt.Holban”  | 10 b+10 f+ rezervă |
| 15.12.19 – băieți |
| 11 | Baschet (gimnazii)cl.I-IX | 14(b) + 12(f) | Decembrie  | 07,12,19 | 21,12,19 -fete | GM „A.Bunduchi” | 10 b+10 f + rezervă  |
| 22,12,19 – băieți |
| 12 | Starturi veselecl.IV | 27 | Martie  | 14,03,20 | 28,03,20 | LT „Şt.Holban” | 5b+5f+2rezervă |
| 13 | Cursa Olimpică de atletismcl.V-XII |  | Mai  | - | 23,05,20 | Hânceşti  | I grupă – cl.a V-VIIII grupă – cl. a VIII-IXIII grupă – cl. a X-XII |
| 14 | Speranţele Olimpice de atletismcl.VII | 27 | Mai  | - | 16,05,20 | GM Bobeica | 2(b) + 2 (f),  |
| 15 | Mini-fotbal „Guguţă”.cl.IV-V | 16 | Aprilie  | 11,04,20 | 25,04,20 | GM „A.Bunduchi” | 10 elevi+ rezervă |
| 16 | Ziua sportivului |  | Mai  | - | 01-19.05.20 | În toate instituţiile |  |

**Acest calendar poate suferi modificări pe parcurs.**

**I) Regulamentul privind organizarea şi desfăşurarea Olimpiadei raionale de Educaţie Fizică**

1.Obiectivele:

1. Obiectivele generale:

1.Stimularea şi promovarea elevilor cu aptitudini deosebite şi a intereselor lor pentru studii. 2.Dezvoltarea capacităţilor şi talentelor elevilor în vederea asigurării unui potenţial intelectual înalt pentru viitorul societăţii.

1. Obiectivele specifice:

1.Stimularea interesului sporit al elevilor faţă de disciplina educacaţie fizică. 2.Dezvoltarea spiritului competitiv, calităţi volitive, fizice şi intelectuale ale elevilor. 3.Formarea unui cadru înalt de comunicare între elevi şi favorizarea schimbului de opinii şi experienţă. 4.Evaluarea nivelului de formare a competenţelor celor mai buni elevi din domeniul educaţiei fizice. 5.Selectarea celor mai buni pentru participare la etapa republicană.

2.Organizarea şi desfăşurarea olimpiadei

Olimpiada şcolară la educaţia fizică se organizează anual şi se desfăşoară în 2-ă etape, după cum urmează:

1.Etapa din cadrul unităţii de învăţământ. 2.Etapa raională – participă câte un băiat şi o fată din clasele a IX-a şi a XII-a.

**În cadrul etapei raionale se prezintă, cu două săptămâni înainte oferta de participare şi numele, prenumele elevului .**

3.Probele de concurs din cadrul olimpiadei

La fiecare etapă, olimpiada şcolară la educaţia fizică conţine probă teoretică şi probele practice.Pentru rezolvarea subiectelor la proba scrisă se acordă 60 minute. Subiectele la etapa din cadrul unităţilor sunt propuse de administaţia instituţiei şi a profesorului de educaţie fizică, iar cea raională de către specialistul Direcţiei Învăţământ şi Comitetul Olimpic Raional.

Proba teoretică de concurs se stabileşte în baza următoarelor criterii:

1. Să fie în conformitate cu prevederile curriculumului modernizat raportate la cerinţele superioare ale acestora atât din punct de vedere al volumului de informaţie cât şi al gradului de complexitate a cunoştinţelor, priceperilor şi deprinderilor, respective.
2. Se va ţine cont pentru fiecare etapă şi de comportamentul şi de temele audiate de elevi până la data desfăşurării concursului.
3. Să stimuleze, să dezvolte şi să pună în valoare gândirea creatoare, spiritul inovator şi aptitudinile elevilor în domeniul educaţiei fizice şi sportului.

Probele practice se desfăşoară în săli şi pe terenuri sportive bine amenajate, baza materială a căror permite desfăşurarea probelor de concurs în condiţii optime şi identice pentru toţi participanţii.

4.Evaluarea probelor scrise şi practice şi determinarea învingătorilor

Probele scrise se evaluează de către membrii juriului olimpic. Fiecare lucrare este evaluată de către doi membri ai comisiei. Divergenţele în aprecierea a celor doi evaluatori se argumentează în scris. Punctele acumulate la probele practice şi cele teoretice se acordă în conformitate cu locul ocupat în urma rezultatelor demonstrate de la fiecare probă separat. Dacă mai mulţi concurenţi au acelaşi rezultat, se calculează media locurilor.

Clasamentul general la probele Olimpice şcolare se determină în baza sumei punctajului obţinut de către concurent la toate probele de concurs. Învingători Olimpiadei vor fi declaraţi cei care vor avea cele mai bune rezultate la probele date.În cazul când doi şi mai mulţi participanţi au acumulat acelaşi punctaj, premiul respectiv se acordă deţinătorului a mai multor locuri de întîi, doi, trei etc.Concurenţii care nu au participat la una sau câteva probe în clasament general vor ocupa locul după acei care vor avea rezultatele la toate probele.

5.Condiţiile financiare, premii şi menţiuni

La etapa din cadrul unităţii de învăţământ cheltuielile vor fi suportate de instituţia de învăţământ şi vor fi premiaţi cu diplome şi premii de către administraţia instituţiei.

Cheltuielile pentru desfăşurarea Olimpiadei Raionale le va suporta Direcţia Învăţământ Hânceşti, iar cheltuielile ce ţin de deplasarea participanţilor le va suporta instituţia ce a delegat echipa.

Elevii învingători la etapa raională vor fi menţionaţi cu diplome şi premii ale DÎ Hânceşti. Tot aceşti învingători vor participa la etapa Republicană la Educaţia Fizică.

**Olimpiada de educaţie fizică include 6 probe de concurs :**

1. Probă de teorie – test de evaluare a competenţelor cognetive ( 60 minute );
2. Proba de atletism:
3. Alergare de suveică 3x10m, cu atingerea unui obiect ( fete şi băieţi cl.a IX ).
4. Alergare de suveică 5x10m, cu atingerea unui obiect ( fete şi băieţi cl.a XII )
5. Sărituri în lungime de pe loc ( fete şi băieţi cl.a IX şi a XII) .

 3. Proba de baschet ( test de evaluare a competenţelor de dribling, aruncări în coş, recuperarea mingii după recoşere de la panou, transmiterea mingii);.

1. Proba de volei : ( test de evaluare a competenţelor de preluare şi transmitere a mingii pe loc şi după deplasare, serviciul mingii de sus, de jos);
2. Proba de acrobatică ( combinaţie prestabilă din elemente acrobatice, conform curriculumului la disciplina educaţie fizică);
3. Proba de pregătire fizică generală prin metoda staţiilor;

Concurenţii vor executa exerciţiile la cinci din următoarele 10 staţii:

* Flotăti în poziţie sprijin culcat;
* Sărituri în lungime de pe loc cu mingea medicinală în mâini;
* Ridicarea halterilor mici cu braţele drepte prin lateral;
* Sărituri pe ambele picioare peste obstacol;
* Ridicarea trunchiului din poziţie culcat pe spate;
* Sărituri cu coarda;
* Genuflexiuni cu greutăţi;
* Aplecări cu mingea medicinală în mâini, braţele sus, din poziţia stând-picioarele depărtate;
* Din poziţia şezând în echer, întoarcerea corpului în dreapta şi stânga cu mingea medicinală în mâini, braţele înainte;
* Din poziţie de bază cu greutăţi în mâini-îndoierea şi dezdoirea braţelor ( pentru muşchii biceps al braţului);

**Cerinţe pentru exerciţilie la sol**

Combinaţie din elemente acrobatice maximum 10,0 puncte (băieţi, fete).

Clasa a IX-a băieţi.

P.i – p.b

1. Pas înainte, sprijin ghemuit, împingere cu ambele – stând pe cap şi mâini (menţinere), sprijin ghemuit.....2,0

2. Rostogolire înainte în sprijin ghemuit, rostogolire înainte în sprijin ghemuit cu picioarele încrucişate, întoarcere împrejur.............................................................................................................................................................1,5

3. Rostogolire înapoi în sprijin ghemuit, rostogolire înapoi în stând depărtat, prin săritură-îndreptare, braţele sus ............................................................................................................................................................................2,0

4. Echilibrul pe un picior, braţele lateral-sus.......................................................................................................1,0

5. Două răsturnări laterale în stând depărtat, alăturarea piciorului în p.b..........................................................3,0

6. Săritura cu extensie...........................................................................................................................................0,5

Clasa a IX-a fete.

P.i – p.b

 1. Echilibrul pe un picior, braţele lateral-sus.........................................................................................................1,0

 2. Rostogolire înainte în sprijin ghemuit, rostogolire înainte în sprijin ghemuit cu picioarele încrucişate, întoarcere împrejur.......................................................................................................................................................................................2,0

 3. Rulare înapoi în culcat pe spate, braţele sus, podul, culcat pe spate, stând pe omoplaţi, rulare înapoi peste umăr, semisfoara, braţele lateral, cu bătaia ambelor sprijin ghemuit........................................................................................2,5

 4. Rostogolire înapoi, îndreptare în p.b.................................................................................................................1,0

 5. Două răsturnări laterale, în stând depărtat, braţele lateral, alăturarea piciorului în p.b.......................................3,0

 6. Sîritura cu extensie ................................................................................................................................................0,5

Clasa a XII-a băieţi.

 P.i – p.b

 1. Fandare lateral cu dreptul, braţul drept lateral-sus, braţul stâng lateral-jos, p.i., fandare lateral cu stângul, braţul stâng lateral-sus, braţul drept lateral-jos, p.i................................................................................................................................0,5

 2. Echilibru pe un picior, îndreptare, braţele sus .....................................................................................................1,0

 3. Două răsturnări laterale executate în direcţii diferite: în dreapta şi în stânga, în stând depărtat, braţele lateral, alăturarea piciorului în p.b, întoarcere la 900 cu spatele spre direcţia mişcării, braţele sus .......................................................2,0

 4. Rostogolire înapoi în stând pe mâini mult depărtat, aplecare înainte, extensie braţele lateral, rostogolire înapoi în sprijin ghemuit, îndreptare în p.b .................................................................................................................................................2,5

5. Stând pe mâini, rostogolire înainte în sprijin ghemuit, rostogolire lungă înainte.................................................2,0

 6. Săritura cu întoarcere la 3600 ..............................................................................................................................0,5

 7. Un element mai dificil ..........................................................................................................................................1,5

Clasa a XII-a fete.

 P.i - p.b

 1. Semigenuflexiune, brațul drept înainte, stâng lateral, p.i. ; fondare lateral cu dreptul, brațul stâng înainte, dreptul lateral, p.i.; săritura cu întoarcere la 3600 ....................................................................................................................................1,0

 2. Poziția „Startul înotătorului”, rostogolire înainte, rostogolire lungă înainte în sprijin ghemuit cu picioarele încrucișate, întoarcere împrejur în sprijin ghemuit .......................................................................................................................1,5

 3. Rulare înapoi în stând pe omoplați, rulare înainte în culcat pe spate, brațele sus, podul ........................................1,5

 4. Rostogolire înapoi, rostogolire înapoi în semisfoară, îndreptare, brațele sus ...........................................................1,5

 5. Echilibru pe un picior ..................................................................................................................................................1,0

 6. Două răsturnări laterale executate în direcții diferite; în dreapta și în stânga, în stând depărtat, valul în dreapta, valul în stânga, alăturarea piciorului în p.b. ..........................................................................................................................................2,0

 7. Un element mai dificil .................................................................................................................................................1,5

**Notă ( pentru ambele clase ):** Conform regulamentului competițional la gimnastică penalizările pentru incorectitudine se clasifică în: mici – 0,1 puncte, medii – 0,3 puncte și greșeli mari – 0,5 puncte.

**Elementele cu grad sporit de dificultate ( salturi înainte, înapoi, sărituri cu piruiete ) sunt interzise spre executare în cadrul Olimpiadei.**

**II) Regulamentul desfăşurării competiţiilor la şah şi dame**

I Scopul.

Competiţiile de şah şi dame au menirea :

* Să impulsioneze activitatea secţiilor sportive;
* Evidenţa celor mai talentaţi elevi;
* Aprecierea celor mai bune echipe;

II Participanţii.

La competiţii participă selecţionatele liceelor şi gimnazilor. Componenţa echipei în grupă este de 3 băieţi şi 3 fete şi 1 profesor.

III Organizarea.

Competiţia este organizată de către DÎ Hânceşti.

IV Condiţiile desfăşurării.

Întîlnirile se vor desfăşura conform sistemului circular. Locul echuipei se determină după numărul de puncte acumulate în toate jocurile jucate. Pentru fiecare victorie se acordă 1 punct, remiză - 0,5 puncte, iar pentru înfrângere - 0 puncte. Durata jocului e de 20 min.

V Dreptul de joc.

Fiecare echipă prezintă:

* Oferta de participare cu viza medicului cu semnătura şi ştampila directorului,
* Fişa elevului;

VI Norme finaciare.

Cheltuielile ce ţin de delegare ( drumul tur-retur, hrana ) le suportă instituţia de învăţământ. Premierea învingătorilor sunt suportate de către DÎ Hânceşti.

VII Titluri şi premii.

Echipele clasate pe primele 3 locuri vor fi premiate cu diplome de gradul I,II,III şi pentru locul IV menţiune.

Repartizarea pe grupe de participare la proba dame, gimnazii ( fete şi băieţi ) zonale

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| I | II | III | IV |
| LT „M.Sadoveanu” Hâncești | GM Cățeleni | GM Mingir | GM Boghiceni |
| **LT „M.Eminescu” Hâncești** | GM „C.Tănase” Nemțeni | **LT „Șt.Holban” Cărpineni** | LT „D.Cantemir” Crasnoarmeiscoe |
| GM Caracui | GM Pogănești | GM „D.Crețu” Cărpineni | GM Tălăești |
| GM Bozieni | GM „S.Andreev” Cioara | GMG Cărpineni | **GMG Pervomaiscoe** |
| GM „A.Donici” Ciuciuleni | **GMG „K.Efteeva” Ivanovca** | GM „S.Anisie” Negrea | GMG „V.Movileanu” Secăreni |
| GM Logănești | GM Dancu | GM Voinescu |  |
|  | GM Obileni |  |  |

Echipele subliniate sunt gazdele competiţilor. Din fiecare subgrupă primele două clasate vor merge la etapa finală( fete şi băieţi).

Repartizarea de participare la proba dame licee ( fete şi băieţi ) , finala

1. LT „M.Sadoveanu” Hâncești
2. **LT „M.Eminescu” Hâncești**
3. LT „Șt.Holban” Cărpineni
4. LT Lăpușna
5. LT „D.Cantemir” Crasnoarmeiscoe

Gazda competițiilor LT „M.Eminescu” Hâncești

Repartizarea de participare la proba șah gimnazii ( fete şi băieţi ) , finala

1. LT „M.Sadoveanu” Hâncești
2. **LT „M.Eminescu” Hâncești**
3. LT „Șt.Holban” Cărpineni
4. GM „C.Radu” Leușeni
5. GM Mingir
6. GM „A.Donici” Ciuciuleni
7. GM Logănești
8. GM „S.Andreev” Cioara
9. GM Obileni
10. GM Voinescu
11. GMG „K.Efteeva” Ivanovca

Gazda competițiilor LT „M.Eminescu” Hâncești

Repartizarea de participare la proba șah licee ( fete şi băieţi ) , finala

1. LT „M.Sadoveanu” Hâncești
2. **LT „M.Eminescu” Hâncești**
3. LT „Șt.Holban” Cărpineni
4. LT Lăpușna

Gazda competițiilor LT „M.Eminescu” Hâncești

**III) Regulamentul desfăşurării competiţiilor la tenis de masă**

I Scopul.

* Să impulsioneze activitatea secţiilor sportive;
* Evidenţa celor mai talentaţi elevi;
* Aprecierea celor mai bune echipe;
* Propagarea unui mod de viaţă sănătos;

Participanţii.

La competiţii participă selecţionatele liceelor şi gimnazilor. Componenţa echipei în grupă este de 3 băieţi şi 3 fete şi 1 profesor.

III Organizarea.

Competiţia este organizată de către DÎ Hânceşti.

IV Condiţiile desfăşurării.

Întîlnirile se vor desfăşura conform sistemului circular. Locul echuipei se determină după numărul de puncte acumulate în toate jocurile jucate. Pentru fiecare victorie se acordă - 1 punct, iar pentru înfrângere - 0 puncte. Jocul se joacă din 5 seturi în felul următor, se trage la sorţ ( căpitanul ) şi cine cîştigă alege ordinea jocului.

Exemplu: dacă în primele 3 seturi e de 3-0 jocul e terminat. Scorul de 2-1 se joacă al 4-a set. Dacă al 4-a set se joacă remiză se joacă şi al 5-a.

I-III joc IV joc V joc

A------X A-------Y B-------X

B------Y

C------Z

Locurile se vor determina consecutiv după următoarele criterii:

* Victorii între ele;
* Raportul de mingi marcate şi omise în cadrul jocului desfăşurate;

V Dreptul de joc.

Fiecare echipă prezintă:

* Oferta de participare cu viza medicului cu semnătura şi ştampila directorului,
* Fişa elevului;

VI Norme finaciare.

Cheltuielile ce ţin de delegare ( drumul tur-retur, hrana ) le suportă instituţia de învăţământ. Premierea învingătorilor sunt suportate de către DÎ Hânceşti.

VII Titluri şi premii.

Echipele clasate pe primele 3 locuri vor fi premiate cu deplome de gradul I,II,III şi pentru locul IV menţiune.

Repartizarea de participare la proba tenis de masă gimnazii ( fete şi băieţi ) , finala

1. **LT „M.Sadoveanu” Hâncești**
2. LT „M.Eminescu” Hâncești
3. LT „Șt.Holban” Cărpineni
4. GM Caracui
5. GM Bălceana
6. GM Onești
7. GMG Cotul Morii
8. GM Pogănești
9. GM Logănești
10. GM Bozieni

Gazda competițiilor LT „M.Sadoveanu” Hâncești

Repartizarea de participare la proba tenis de masă licee ( fete şi băieţi ) , finala

1. **LT „M.Sadoveanu” Hâncești**
2. LT „M.Eminescu” Hâncești
3. LT „Șt.Holban” Cărpineni
4. LT Lăpușna

Gazda competițiilor LT „M.Sadoveanu” Hâncești

**IV) Regulamentul desfăşurării competiţiilor la volei**

I Scopul.

* Să impulsioneze activitatea secţiilor sportive;
* Evidenţa celor mai talentaţi elevi;
* Aprecierea celor mai bune echipe;
* Propagarea unui mod de viaţă sănătos;

Participanţii.

La competiţii participă selecţionatele liceelor şi gimnazilor. Componenţa echipei în grupă este de 6 băieţi şi 6 fete + rezervă şi 1 profesor.

III Organizarea.

Competiţia este organizată de către DÎ Hânceşti.

IV Condiţiile desfăşurării.

Întîlnirile se vor desfăşura conform sistemului circular. Locul echuipei se determină după numărul de puncte acumulate în toate jocurile jucate. Pentru fiecare victorie se acordă - 2 puncte, iar pentru înfrângere - 0 puncte. Jocul se joacă din 3 ori 5 seturi. Setul este jucat până la - 25 puncte cu interval de 2 puncte între între ele. Întreruperea între seturi e de 5 min.

Locurile se vor determina consecutiv după următoarele criterii:

* Victorii între ele;
* Raportul de mingi marcate şi omise în cadrul jocului desfăşurate;

V Dreptul de joc.

Fiecare echipă prezintă:

* Oferta de participare cu viza medicului cu semnătura şi ştampila directorului,
* Fişa elevului;

VI Norme finaciare.

Cheltuielile ce ţin de delegare ( drumul tur-retur, hrana ) le suportă instituţia de învăţământ. Premierea învingătorilor sunt suportate de către DÎ Hânceşti.

VII Titluri şi premii.

Echipele clasate pe primele 3 locuri vor fi premiate cu deplome de gradul I,II,III şi pentru locul IV menţiune.

Repartizarea pe grupe de participare la proba volei, gimnazii( băieţi și fete )

Prima etapă zonală

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| I | II | III | IV |
| **LT „M.Sadoveanu” Hâncești** | **GM „C.Tănase” Nemțeni** | GM Mingir | **GM „C.Radu” Leușeni** |
| GM Drăgușenii Noi | GM Obileni | **LT „Șt.Holban” Cărpineni** | GM Călmățui |
| GM Tălăești |  | GM Pășcani |  |
|  |
| V | **VI** | VII | VIII |
| GM Boghiceni | **GMG „K.Efteeva” Ivanovca** | **GM Bobeica**  | **GM Mirești** |
| **GM „A.Bunduchi” Buțeni** | GM Onești | GM Mitropolitul„A.Plămădeală” Stolniceni | GM Bujor |
|  | GMG Cotul Morii | GM „A.Donici” Ciuciuleni |  |

Echipele subliniate sunt gazdele competiţilor. Echipa învingătoare din prima etapă se întîlnesc în etapa a doua.

Etapa a doua zonală se vor întâlni din grupele:

1. Grupa **I-âi** cu grupa a **IV-a** , gazda **LT „M.Sadoveanu” Hâncești**
2. Grupa **a II-a** cu grupa a III-a , gazda **LT „Șt.Holban” Cărpineni**
3. Grupa a **V-**a cu grupa a **VIII-a** , gazda **GM „A.Bunduchi” Buțeni**
4. Grupa a **VI-a** cu grupa a **VII-a** , gazda **GM Bobeica**

 Echipă învingătoare din etapa a doua merge în finală.

Repartizarea de participare la proba volei licee ( fete şi băieţi ) , finala

1. **LT „M.Sadoveanu” Hâncești**
2. LT „M.Sadoveanu” Hâncești
3. LT „Șt.Holban” Cărpineni
4. LT Lăpușna
5. LT „D.Cantemir” Crasnoarmeiscoe
6. LT„ Universum” Sarata Galbenă

Echipa subliniată este gazda de primire a competiţiilor.

**V) Regulamentul desfăşurării competiţiilor la baschet**

I Scopul.

* Să impulsioneze activitatea secţiilor sportive;
* Evidenţa celor mai talentaţi elevi;
* Aprecierea celor mai bune echipe;
* Propagarea unui mod de viaţă sănătos;

Participanţii.

La competiţii participă selecţionatele liceelor şi gimnazilor. Componenţa echipei în grupă este de 5 băieţi şi 5 fete + rezervă şi 1 profesor.

III Organizarea.

Competiţia este organizată de către DÎ Hânceşti.

IV Condiţiile desfăşurării.

Întîlnirile se vor desfăşura conform sistemului circular. Locul echuipei se determină după numărul de puncte acumulate în toate jocurile jucate. Pentru fiecare victorie se acordă - 2 puncte, iar pentru înfrângere - 0 puncte. Jocul se joacă din 4 reprize a câte 10 min. În caz când se termină timpul regulamentar şi scorul e egal se adaugă 5 min de joc. Dar dacă după terminarea acestor 5 min, scorul a rămas acselaş, jocul se socoate terminat, înscriind câte - 1 punct la fiecare echipă.

Locurile se vor determina consecutiv după următoarele criterii:

* Victorii între ele;
* Raportul de mingi marcate şi omise în cadrul jocului desfăşurate;

V Dreptul de joc.

Fiecare echipă prezintă:

* Oferta de participare cu viza medicului cu semnătura şi ştampila directorului,
* Fişa elevului;

VI Norme finaciare.

Cheltuielile ce ţin de delegare ( drumul tur-retur, hrana ) le suportă instituţia de învăţământ. Premierea învingătorilor sunt suportate de către DÎ Hânceşti.

VII Titluri şi premii.

Echipele clasate pe primele 3 locuri vor fi premiate cu deplome de gradul I,II,III şi pentru locul IV menţiune.

Repartizarea pe grupe de participare la proba baschet, gimnazii( fete şi băieţi ), zonală

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | I |  | II |  | III |  | IV |
| 1 | LT „M.Sadoveanu” Hâncești | 1 | LT „M.Eminescu” Hâncești | 1 | LT „Universum” Sarata Galbenă | 1 | **GM Caracui** |
| 2 | **GM „A.Bunduchi” Buțeni** | 2 | GM Mirești | 2 | GM „S.Anisie” Negrea | 2 | GM Mingir |
| 3 | GM Fundul Galbenei | 3 | **GM Bozieni** | 3 | GM Bujor | 3 | GM Mereșeni |
|  |  |  |  |  | **GM „D.Crețu” Cărpineni** |  | GM Tălăești |

Echipele subliniate sunt gazdele competiţilor. Prima echipă învingătoare din subgrupă va merge la etapa finală.

Repartizarea de participare la proba baschet licee ( fete şi băieţi ) , finala

1. **LT „M.Sadoveanu” Hâncești**
2. LT „M.Sadoveanu” Hâncești
3. LT „Șt.Holban” Cărpineni
4. LT Lăpușna
5. LT „D.Cantemir” Crasnoarmeiscoe
6. LT„ Universum” Sarata Galbenă

Echipa subliniată este gazda de primire a competiţiilor.

**VI) Regulamentul desfăşurării competiţiilor la” Starturi vesele „ clasele a IV-a**

I Scopul.

* Evidenţa celor mai talentaţi elevi;
* Aprecierea celor mai bune echipe;
* Antrenarea copiilor în practica sistematică a exerciţiilor fizice şi a sportului prin fortificarea sănătăţii.
* Stimularea activităţilor extraşcolare din instituţiile de învăţământ preuniversitar.

Participanţii.

La competiţii participă selecţionatele liceelor şi gimnazilor. Componenţa echipei în grupă este de 5 băieţi şi 5 fete + rezervă şi 1 profesor.

III Organizarea.

Competiţia este organizată de către DÎ Hânceşti.

IV Probe de concurs.

**Ştafeta nr.1 – „ŞTAFETA”.**

Echipa se aranjează după linia de start în coloană câte unul. Ştafeta se află la primul participant.

La semnalul arbitrului de start, primul aleargă, încojoară popicea, se întoarce şi transmite ştafeta la următorul coiechipier etc.

Distanţa de 10-15m de la linia de start.

Învinge echipa care a finişat proba prima.

Puncte de pedeapsă: pornirea din timp, căderea ştafetei.

**„Transmiterile mingilor”nr.2**

Echipa este aranjată în spate liniei de start, unde se află patru mingi: una de baschet, una de volei și două mingi de tenis de câmp. În direcția deplasării la distanța de 10-15m, se instaleazăun jalon de întoarcere.

La semnalul arbitrului, primul participant transmite mingile în următorul mod: mingea de baschet prin rostogolire printre picioarele coiechipierilor, mingea de volei cu ambele peste cap, mingile de tenis de câmp prin lateral, una prin dreapta, cealaltă prin stânga**. (condiția obligatorie-transmiterile din mână-n mână, fiecare atinge mingea, ultimul participant pune migele jos ).** În momentul când toate, patru, mingile ajung la ultimul participant, acesta cu ele în brațe se deplasează la jalonul de întoarcere, îl încojoară și revine la echipă. Se aranjează în fruntea coloanei și transmiterile continuie în mod identic.

Ștafeta se finisează în momentul când primul participant revine cu mingile și traversează linia de start ( stop cronometru ).

Penalizări: pentru fiecare greșală-mingea este transmisă fără să fie atinsă de fiecare, transmiterile încep în fața linei de start, adică pe pista de deplasare, nu este înconjurat jalonul de întoarcere. În caz dacă participantul scapă mingile din brațe-este obligatoriu să se oprească. Săle recupereze și numai cu ele în brațe continuă parcurgerea distanței, în acest caz penalizare nu se consideră.

**„Badmenton” nr. 3**

Echipa se aranjează în coloană câte unu, în spatele liniei de start. La distanța de 4-5m, într-un cerc de gimnastică ( sau pe un scaun ) se află capitanul echipei.

Primul concurent deține o rachetă (paletă) de badmenton și un fluturaș. Timp de de lucru 3-5min.

La semnalul arbitrului, primul jucător efectuează o lovitură cu racheta a fluturașului, țintind coșul, transmite rachetca următorului participant din coloană, recuperează fluturașul din teren și-l transmite din mână-n mână. Capitanul poate ajuta colegii mișcând coșul în direcția zborului fluturașului, dar nu are dreptul să părăsească locul indicat.

În caz de încercare reușită, fluturașul se transmite de capitan jucătorului care a efectuat lovitura, în caz contrar, acesta îl recuperează din locul aterizării. Învinje echipa care mai mulți fluturași a nimerit în coș în timpul alocat.

Penalizări: pentru fiecare greșală-transmiterile fluturașului se efectază strict după linia de start.

**„Săniuși” nr.4**

Băieții se aranjează la linia de start. Primii doi băieți mențin un sac, în care sunt patru mingi. În fața lor, la o distanță de 10-15m, se aranjează fetele în coloană, în spatele liniei de întoarcere/sosire.

La semnalul arbitrului, primii doi băieți se deplasează în direcția fetelor în coloană, în spatele liniei de întoarcere/sosire scot mingile din sac, le transmit la prima fată, așternă sacul pe podea, pe care urcă prima fată cu mingile ( modul de „așezare/urcare” pe sac – liber ) și o „transportă” prin târitul sacului la linia de start. În spatele liniei de start „încarcă” sacul, iar cu mingi și-l trasmit următoarei perechi de băieți, care pleacă spre următoarea fată și repetă procedura, și în astfel de mod până ce nu se readuc toate fetele în spatele liniei de start, în partea unde se aflau băieții inițial.

Penalizări: pentru fiecare greșală- transportarea mingilor nu sunt toate.În caz dacă participantul scapă mingile este obligatoriu să se oprească. Săle recupereze și numai cu ele continuă parcurgerea distanței, în acest caz penalizare nu se consideră.

**Ştafeta nr.5 - „CONDUCEREA MINGII”**

La semnalul arbitrului de start, sportivul(elevul (a)) porneşte de la start cu mingea de baschet ce o conduce cu mâna dreaptă ori stânga, ocolind obstacole ( popicile ) şi se întoarce pe o linie dreaptă transmitând mingea colegului de la linia de start, care execută la fel. Învinge echipa care mai repede a finişat proba.

Distanţa de 10-15m , 3-5 popice vor fi.

Puncte de pedeapsă: doborârea popicilor, pornirea din timp.

**Ştafeta nr.6 - „INELUL FRĂŢIEI”**

Echipa se aranjează după linia de start în coloană câte unul. Primii vor fi băieţii. De lângă linia de start, fetele în coloană câte una ţinând între ele cercuri de gimnastică, formând un „gard”.

La semnalul arbitrului de start, primul băiat se deplasează printre cercuri de gimnastică, ocoleşte obstacolul şi se întoarce pe linie dreaptă înapoi, de la linia de start apucă cu mâna dreaptă ori (stânga) pe al doilea coiechipier trecând printre cercuri, ocolind obstacolul şi aşa până termină toţi băieţii ( nu se dau drumul de mâini !!!). După terminare se schimbă cu rolul inves, băieţii ţin cercurile de gimnastică.

Rezultatele fetelor şi băieţilor se vor cronometra aparte, apoi se adună împreună şi va constitui rezultatul de echipă.

Puncte de pedeapsă: darea drumul de braţe, neocolirea obstacului.

Locurile se vor determina consecutiv după următoarele criterii:

* Victorii acumulate ale probelor de concurs.
* Raportul de puncte acumulate şi omise în cadrul probelor de concurs.

V Dreptul de joc.

Fiecare echipă prezintă:

* Oferta de participare cu viza medicului cu semnătura şi ştampila directorului,
* Fişa elevului;

VI Norme finaciare.

Cheltuielile ce ţin de delegare ( drumul tur-retur, hrana ) le suportă instituţia de învăţământ. Premierea învingătorilor sunt suportate de către DÎ Hânceşti.

VII Titluri şi premii.

Echipele clasate pe primele 3 locuri vor fi premiate cu deplome de gradul I,II,III şi pentru locul IV menţiune.

Repartizarea pe grupe de participare la proba „Starturi vesele „clasa a 4, licee şi gimnazii.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| I | II | III | IV | V |
| LT „M.Sadoveanu” Hâncești | LT „M.Eminescu” Hâncești | GM Mingir | GM „S.Anisie” Negrea | GM Boghiceni |
| LT „Universum” Sarata Galbenă | GM„A.Donici” Ciuciuleni | GM „D.Crețu” Cărpineni | GM Dancu | **GM Onești** |
| GM Fundul Galbenei | GM Mereșeni | GM Bălceana | GM „C.Tănase” Nemțeni | GMG Cotul Morii |
| **GM „A.Bunduchi” Buțeni** | **GM Logănești** | GMG Cărpineni | GM Mirești | GM Pogănești |
| LT Lăpușna | LT „D.Cantemir” Crasnoarmeiscoe | GM Voinescu | **GM „K.Efteeva” Ivanovca** | GM „S.Andreev” Cioara |
|  | GM Drăgușenii Noi | **LT „Șt.Holban” Cărpineni** |  |  |

Echipele subliniate sunt gazdele competiţilor. Prima echipă învingătoare din subgrupă va merge la etapa finală.

**VII) Regulamentul desfăşurării concursului raional de atletism „ Speranţele Olimpice”, cl. a VII**

I Scopul.

* Popularizarea atletismului;
* Evidenţa celor mai talentaţi elevi;
* Antrenarea copiilor în practica sistematică a exerciţiilor fizice şi a sportului prin fortificarea sănătăţii.
* Dezvoltarea Mişcării Olimpice.

Participanţii.

La competiţii participă elevi din cadrul liceelor şi gimnazilor. Componenţa echipei este 2b+2f din fiecare clasă şi 1 profesor.

III Organizarea.

Competiţia este organizată de către DÎ Hânceşti.

IV Probe de concurs.

|  |  |
| --- | --- |
| Participă clase V - VII |  |
| Alergare de viteză (sec). | Alergare de rezistenţă (min.sec). | Aruncarea mingii mici din elan 150g (m). | Săritura în lungime de pe loc (cm). |
| 60m | 300m | 500m | 600m | 800m |
| V | B | + |  | + |  |  | + | + |
| F | + | + |  |  |  | + | + |
| VI | B | + |  |  | + |  | + | + |
| F | + |  | + |  |  | + | + |
| VII | B | + |  |  |  | + | + | + |
| F | + |  |  | + |  | + | + |

Probele practice se desfăşoară pe terenuri sportive bine amenajate, baza materială a căror permite desfăşurarea probelor de concurs în condiţii optime şi indentice pentru toţi participanţii.

Clasamentul general la probele Olimpice şcolare se determină în baza sumei punctajului obţinut de către concurent la toate probele de concurs.

Învingători probilor Olimpice vor fi declaraţi care va avea cel mai mic punctaj acumulat.

În cazul când doi şi mai mulţi participanţi au acumulat acelaşi punctaj, premiul respectiv se acordă deţinătorului a mai multor locuri de întîi, doi, trei etc.

Concurenţii care nu au participat la una sau câteva probe în clasament general va ocupa locul după acei care vor avea rezultatele la toate probele.

V Dreptul de participare.

Fiecare echipă prezintă:

* Oferta de participare cu viza medicului cu semnătura şi ştampila directorului,
* Fişa elevului;

VI Norme finaciare.

Cheltuielile ce ţin de delegare ( drumul tur-retur, hrana ) le suportă instituţia de învăţământ. Premierea învingătorilor sunt suportate de către DÎ Hânceşti.

VII Titluri şi premii.

Echipele clasate pe primele 3 locuri vor fi premiate cu deplome de gradul I,II,III şi pentru locul IV menţiune.

**VIII) Regulamentul desfăşurării cursei „Olimpice ” de cros ( individual) de primăvară**

I Scopul.

Competiţiile are menirea:

* Verificarea nivelului de pregătire a eleviilor;
* Popularizarea atletismului;
* Evidenţa celor mai talentaţi elevi;
* Antrenarea copiilor în practica sistematică a exerciţiilor fizice şi a sportului prin fortificarea sănătăţii.
* Dezvoltarea Mişcării Olimpice.

Participanţii.

La competiţii participă elevi din cadrul liceelor şi gimnazilor. Componenţa echipei la o probă este 5b+5f din clasele V-VII; VIII-IX; X-XII şi 1 profesor.

III Organizarea.

Competiţia este organizată de către DÎ Hânceşti.

IV Probe de concurs.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Proba  | Clasa V-VII | Clasa VIII-IX | Clasa X-XII |
| băieţi | fete | băieţi | fete | băieţi | fete |
| 600m |  | + |  |  |  |  |
| 800m | + |  |  | + |  |  |
| 1000m |  |  | + |  |  | + |
| 1500m |  |  |  |  | + |  |

Probele practice se desfăşoară pe terenuri sportive ori şosea asfaltată, la care permite desfăşurarea probelor de concurs în condiţii optime şi indentice pentru toţi participanţii.

V Dreptul de participare.

Fiecare echipă prezintă:

* Oferta de participare cu viza medicului cu semnătura şi ştampila directorului,
* Fişa elevului;

VI Norme finaciare.

Cheltuielile ce ţin de delegare ( drumul tur-retur, hrana ) le suportă instituţia de învăţământ. Premierea învingătorilor sunt suportate de către Mişcarea Olimpică din raion şi DÎ Hânceşti.

VII Titluri şi premii.

Elevii clasaţi pe primele 3 locuri vor fi premiaţi cu deplome şi medalii de gradul I,II,III şi pentru locul IV menţiune.

**IX) Regulamentul desfăşurării competiţiilor la mini-fotbal” Guguţă” cu participarea echipelor de copii cu a.n.2008-2009**

I Scopul.

* Popularizarea fotbalui între elevi;
* Evidenţa celor mai talentaţi elevi;
* Aprecierea celor mai bune echipe;
* Antrenarea copiilor în practica sistematică a exerciţiilor fizice şi a sportului prin fortificarea sănătăţii.
* Selectarea echipei pentru etapa republicană;

Participanţii.

La competiţii participă selecţionatele liceelor şi gimnazilor. Componenţa echipei în grupă este de 6 băieţi + rezervă şi 1 profesor.

III Organizarea.

Competiţia este organizată de către DÎ Hânceşti.

IVCondiţiile desfăşurării.

Jocul se desfăşoară pe terenuri cu demensiunile 20x40m sau 30x60m cu porţile 2x3m ori 2x5m. Componenţa echipei pe teren e de 6 jucători ( 1 portat + 5 jucători ). Durata jocului e de 2 reprize, timpul acordat e de 20min. fiecarei reprize, pauza fiind de 5 min. Se joacă după sistemul circular. Locul echipei se determină după numărul de puncte acumulate în toate jocurile. Pentru victorie se acordă 3 puncte, egalitate 1 punct şi înfrângere 0 puncte. În timpul jocului este nelimitat schimbul jucătorului de pe teren.Locurile se vor determina consecutiv după următoarele criterii:

* Victorii acumulate ale probelor de concurs.
* Raportul de puncte acumulate şi omise în cadrul probelor de concurs.

V Dreptul de joc.

Fiecare echipă prezintă:

* Oferta de participare cu viza medicului cu semnătura şi ştampila directorului,
* Fişa elevului;

VI Norme finaciare.

Cheltuielile ce ţin de delegare ( drumul tur-retur, hrana ) le suportă instituţia de învăţământ. Premierea învingătorilor sunt suportate de către DÎ Hânceşti.

VII Titluri şi premii.

Echipele clasate pe primele 3 locuri vor fi premiate cu deplome de gradul I,II,III şi pentru locul IV menţiune.

Repartizarea pe grupe de participare la proba mini-fotbal, licee şi gimnazii.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | I |  | II |  | III |  | IV |
| 1 | **LT „Universum” Sarata Galbenă** | 1 | **GM Caracui** | 1 | GM Cățeleni | 1 | **GM Dancu** |
| 2 | GM Mingir | 2 | GM Logănești | 2 | GM „C.Tănase” Nemțeni | 2 | GM Pogănești |
| 3 | GM Bălceana | 3 | GM „A.Bunduchi” Buțeni | 3 | **GM Obileni** | 3 | GMG Pervomascoe |
| 4 |  | 4 | GM Bozieni | 4 | GMG „K.Efteeva” Ivanovca | 4 | GM „S.Andreev” Cioara |

Echipele subliniate sunt gazdele competiţilor. Prima echipă învingătoare din subgrupă va merge la etapa finală.